

伊勢市の情報をお届けします



広報

いせ

Ise City

市の花
ジンドウツツジ

令和6年
(2024年)

6月1日号

No.369

特集

なぜ怖い?

線状降水帯

平時

五十鈴川
河川敷

災害時

五十鈴川
河川敷

Topics

- 伊勢市防災大学の受講生を募集…………… P6
- こども医療費助成制度の所得制限を撤廃…………… P9
- 大学などの受験料・模擬試験料を補助…………… P10
- 伊勢まつり 参加団体を募集!…………… P12
- 6月は環境月間!! ……………… P14・15
- 市営住宅の入居者を募集…………… P21

増水した朝熊川(朝熊町地内)

なぜ怖い？ 線状降水帯

危機管理課 (TEL 21-5523 FAX 20-3151)

梅雨・台風のシーズンが近づいてきました。また、近年では、線状降水帯による顕著な大雨によって、毎年のように各地で数多くの甚大な被害が発生しています。

大雨や台風に注意し、命を守るために、私たちはどんな準備ができるでしょうか。



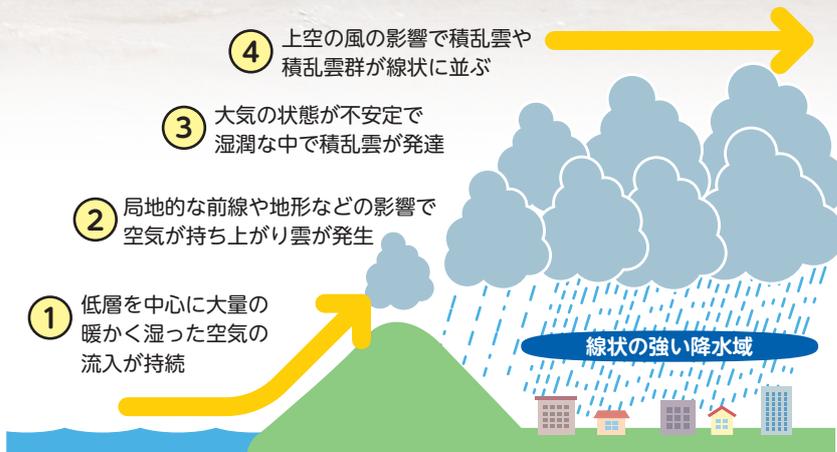
大雨により崩落した道路(前山町地内)

線状降水帯とは

次々と発生する発達した雨雲(積乱雲)が列をなし、数時間にわたってほぼ同じ場所を通過または停滞することで作り出される雨域を「線状降水帯」といいます。

線状降水帯による大雨の可能性が高いことが予想された場合に、気象台が半日程度前から気象情報において呼びかけを行います。

線状降水帯の代表的な発生メカニズムの模式図



顕著な大雨に関する気象情報とは

気象台が発表する防災気象情報の一つで、線状降水帯の発生と大雨災害発生の危険度が急激に高まっていることを呼びかける情報です。

伊勢市にも発表されました

令和5年6月2日、津地方気象台から三重県南部に「顕著な大雨に関する気象情報」が発表されました。

市内では五十鈴川が増水したことから周辺地区に避難指示を発令しました。その後も雨が降り続き、土砂災害の危険性が高いことから市内の広範囲に避難指示を発令しました。



増水した五十鈴川

出典：国土交通省 川の防災情報



どのように
対策したら
いいんだろう？

ステップ
1

正しく、知る



伊勢市防災マップ 検索 Q

住まいの情報を知ろう！

自分のまちにどのような災害リスクがあるのかを「正しく知る」ことが大切です。市の防災マップを見て、あらかじめ災害ごとのリスクを確認しておきましょう。また、災害が起きたら自宅や身の回りがどのような状況になるかイメージを持つことも大切です。

参考動画

一般住宅への実物大浸水実験(浸水深3m)

YouTube 防災科学技術研究所/NIED



防災情報を知ろう！

要 事前登録 防災メール

防災行政無線の放送内容と火災情報・防犯情報を、登録したメールアドレスへ配信します。

登録用URL

・パソコン、携帯電話(スマホ)用

URL <https://plus.sugumail.com/usr/ise/home>

・フィーチャーホン(ガラケー)用

URL <https://m.sugumail.com/m/ise/home>



土砂災害の危険箇所

土砂災害の警戒情報や危険度情報について、三重県土砂災害情報提供システムで確認することができます。

URL <https://www.sabo.pref.mie.jp>

三重県土砂災害情報提供システム

検索 Q



河川の水位

市内46カ所に設置された危機管理型水位計により、中小河川の水位を確認することができます。この水位計は、観測地点の水位が上昇し、基準となる水位に到達したら計測を行い、氾濫するまでの水位を確認できます。

URL <https://k.river.go.jp>

川の水位情報

検索 Q



伊勢湾沿岸の潮位

令和5年度から、高潮による氾濫が発生する危険性が高まった場合、三重県が「高潮氾濫発生情報」を発表しています。

発表される情報の基準となる津松阪港の潮位は三重県潮位情報システムから確認することができます。

URL https://www.bosaimie.jp/X_MIE_PUB_VF_kk600

三重県潮位情報システム

検索 Q



身にせまる災害を一目で確認

キキクル (大雨・洪水警報の危険度分布)

大雨警報や洪水警報が発表されるような重大な災害が発生する恐れのある状況の中で、地域の危険度の高まりが把握できるサービスです。気象庁のホームページからリアルタイムで確認できます。



キキクル

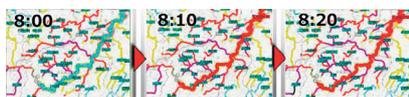
検索 Q

出典：気象庁



雨による災害の危険度を 地図上にリアルタイム表示

雨による災害の危険度が10分ごとに更新されます



※常に最新の情報を確認してください。

土砂災害・浸水害・洪水害 の3種類が確認可能



危険度を 5段階に色分けして表示

高	災害切迫	警戒レベル5 相当
危険度	危険	警戒レベル4 相当
	警戒	警戒レベル3 相当
	注意	警戒レベル2 相当
低	今後の情報等に留意	

※洪水情報の危険度分布の「今後の情報等に留意」は水色表示となっています。

必要な備えをする



「もしも」のとき、
わが家はどうする？



近くの避難所
はここだね

家族会議をしよう

安全に避難するために、避難場所や避難経路を事前に確認しておくことが重要です。日頃から家族で話し合い、家族みんなが安全に避難できるよう、情報を共有しておきましょう。

一例 家族会議で話し合うこと

- 避難する場所やそこまでのルートは？
- 避難経路に危険箇所はない？
- 家族の連絡方法や集合場所は？
- 無事をどう伝える？

家族会議で決まったことは冷蔵庫など、
毎日目が届く場所に貼っておきましょう！



“防災さんぽ”で、避難時の ルートの危険箇所をチェック

「防災さんぽ」とは、自宅から避難する際に、周辺に危険な場所が無いかをあらかじめ歩いて確認することです。次のことを確認しながら歩いてみましょう。



- 自宅から避難所までに危険な場所がないか？
- 非常持ち出し品を持ちながら移動できるか？
- 避難所まで移動ができないときに、代わりとなる避難場所を決めてあるか？

いざというときのための 非常持ち出し品を見直そう！

家族そろってすばやく避難できるように、日頃からバッグに詰めて準備をしておきましょう。



自分だけに特に必要なものも
忘れないようにしましょう



- 持病の薬
- 介護用品
- ベビー用品
- アレルギー対応食
- メガネ
- ペット用品 など

避難のタイミングを事前に確認

5段階の警戒レベル

大雨などの際に発表される防災情報は5段階のレベルに分類されています。それぞれのレベルにおいて自分たちがとるべき行動を事前に話し合い、決めておきましょう。



どんな行動をとるべき？



警戒レベル
3

高齢者等避難

避難に時間を要する人は支援者とともに避難



警戒レベル
4

避難指示

災害が発生する恐れが極めて高い状況！

全員避難！



警戒レベル
5

緊急安全確保

命を守るための最善の行動を



市内で災害が発生！

警戒レベル1

警報級の可能性

心構えを高める



警戒レベル2

注意報

避難行動の確認

気象庁が発表

警戒レベル4までに必ず避難！

市が発令

※外出することで、かえって危険が及ぶ状況では、近くの安全な場所への避難や自宅内の2階以上など、より安全な場所に避難しましょう。

ステップ

3

とっさに行動できるようにする

人間の心理には、目の前に危機が迫ってくるまで、その危機を認めようとしにくい傾向があります。必要な情報をできるだけ早く入手して、いざというときに行動できるか確認してみましょう。



次の質問に回答し、災害時の行動意識について、あてはまるものに○を付けましょう。

	あてはまる	どちらかといえばあてはまる	どちらかといえばあてはまらない	あてはまらない
質問 1 災害時、避難するかしないかの判断が適切にできる				
質問 2 災害時、周りが避難していなくても、自分の判断で避難するかしないか決められる				
質問 3 地震が起こったとき、命を守る行動を、とっさにとれる				
質問 4 災害が発生したとき、スムーズに避難できる				
質問 5 災害時には、まずは、自分の身の安全は自分で守るべきだと思う				

参考文献 松川杏寧ほか：構成概念妥当化パラダイムを用いた防災リテラシー尺度の開発、地域安全学会論文集 No.39,2021.11

「どちらかといえばあてはまらない」または「あてはまらない」に○が付いた場合や自信がない回答がある場合は、**ステップ 1** や **ステップ 2** に戻ってその原因が何かを考えてみましょう。

お知らせ

みえ風水害対策シンポジウム・防災講演会

主催 三重県・三重大学 みえ防災・減災センター、津地方気象台、三重県、三重大学 共催 伊勢市

線状降水帯をテーマにした講演会を開催します。線状降水帯の予測精度向上に向けた研究や大雨への備えについて、三重大学の立花教授や津地方気象台長から分かりやすく紹介します。また、三重大学の川口教授による能登半島地震についての報告もあります。

とき 6月23日(日)、13:00～16:00

ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢・4階 会議室

申し込み 右の二次元コードからオンライン申請、または電話で

三重県・三重大学 みえ防災・減災センター (TEL) 059-231-5694 (FAX) 059-231-9954へ

みえ風水害対策シンポジウム 検索



入場無料
定員
150人



市長からのお願い

災害時に命を守るためには、災害が発生した際にどのように行動するか、またどのような備えが必要か一人ひとり考えたり、家族で話し合ったりしておくことが大切です。

いざというときに適切な行動がとれるように、普段から災害に対する心構えと備えをしていただくようお願いいたします。

伊勢市長 鈴木 健一

その他「伊勢の防災」について詳しくはこちら



防災 伊勢市 検索

防災知識を深め、一緒に災害に強いまちづくりを目指そう!!

令和6年度

伊勢市防災大学の受講生を募集

危機管理課 (TEL) 21-5523 (FAX) 20-3151

防災について、見て・聞いて・楽しく学べる講座を、7月～令和7年3月に、全7回開催します。気象台・自衛隊の講話や防災学習施設の見学などを予定しています。
5回以上受講した人に、修了証を授与します。

とき・講座内容・講師 下表のとおり

ところ 防災センター・4階多目的ホール(倉田山公園内)
(第4回は人と防災未来センター(兵庫県神戸市))

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)
定員 45人(申し込み多数の場合は抽選)

申し込み 6月1日(出)～30日(日)に、申込書を直接または郵送・ファクス・Eメールで同課(〒516-8601 若洲1丁目7-26、☐kikanri@city.ise.mie.jp)へ
※申込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。



とき	講座内容 (予定)	講師
第1回 7月28日(日) 10:00～12:00	●開校式 ●防災基礎講座 巨大災害から地域と生活を守るための基礎知識と心構えについて学びます。	川口 淳さん (三重大学 教授)
第2回 8月25日(日) 10:00～12:00	●台風・大雨に備える 気象情報や避難情報の理解を深め風水害に備える知識を学びます。	津地方気象台職員
第3回 10月27日(日) 10:00～11:30	●クロスロードゲーム クロスロードゲームを体験し、立場による考え方の違いや行動の違い、価値観を学びます。	伊勢市防災コーディネーター
第4回 11月24日(日) 8:00～18:00	●人と防災未来センター見学 語り部による震災体験談を聞きます。	人と防災未来センター 語り部
第5回 令和7年 1月19日(日) 10:00～12:00	●災害派遣活動の体験談 自衛隊の災害派遣活動の体験談を聞いて、今後の大規模災害を考えるきっかけづくりとします。	水野 克輝さん (陸上自衛隊 三重地方 協力本部長)
第6回 2月16日(日) 10:00～12:00	●避難スイッチ 避難のタイミングを独自に決めておく「避難スイッチ」という考え方を学びます。	竹之内 健介さん (香川大学 准教授)
第7回 3月9日(日) 10:00～12:00	●学んだこと発表会 受講者の皆さんが学んだことや、今後に向けての抱負などを発表します。 ●修了式	-

※とき・講座内容・講師などについては、都合により変更することがあります。

図柄入りナンバープレートで 伊勢志摩をPRしよう!

企画調整課 (TEL) 21-5510 (FAX) 21-5522

令和2年5月11日に図柄入りの「伊勢志摩ナンバープレート」の交付が開始されてから4年が過ぎました。

同ナンバープレートは、伊勢志摩の魅力地域内外に発信し、当地域への愛着を深めてもらえるよう開始したものです。

図柄入りナンバープレート(モノトーン)交付手数料(2枚1組)

普通自動車	軽自動車	大型車
7,500円	8,250円	11,620円

※図柄入りナンバープレートは、「希望ナンバー制度」による申し込み(受注生産)となります。

図柄入りナンバープレートは、上の表の交付手数料に加え、1,000円以上の寄付をすることでフルカラーになります。



伊勢志摩ナンバープレート交付対象

伊勢市・鳥羽市・志摩市・玉城町
度会町・南伊勢町・明和町



図柄デザインの作品名は、「吹き行く魅力」。心温まる有数の観光施設や人の交流を赤い風で表し、恵み豊かな海に囲まれ潮風が満ちている様子を青い風で表現しています。

詳しくは、図柄ナンバー申込サービス (URL <https://www.graphic-number.jp>) または、近くの自動車販売店・整備工場・行政書士などへ相談してください。[図柄ナンバー申込サービス 検索]



寄付金の活用方針

皆さまからいただいた寄付金は、地域交通のサービス改善、観光振興などに活用するものとされており、寄付金の活用方針や使途は、関係市町や地方運輸支局などが参画する伊勢志摩ナンバー協議会で決定します。図柄入り伊勢志摩ナンバープレートの申し込みによる寄付金については、伊勢志摩地域の魅力発信のための観光事業に活用させていただきます。

犯罪被害者等支援のご案内

危機管理課 (TEL) 21-5524 (FAX) 20-3151



犯罪被害者等支援シンボルマーク「ギョっとちゃん」

市では、犯罪被害者等に対する総合窓口を市役所東館・3階 危機管理課に設置しています。市民の皆さんが安全で安心して暮らせる地域社会の実現を目的に「伊勢市犯罪被害者等支援条例」を制定し、関係各課・外部の関係団体（三重県・警察・公益社団法人みえ犯罪被害者総合支援センター・みえ性暴力被害者支援センターよりこなど）と連携しながら、社会全体で犯罪被害者等を支援する取り組みを進めています。

条例の基本的な考え方・主な取り組み

- 社会全体で犯罪被害者等に対する支援を推進します。
- 総合的な窓口を設置し、犯罪被害者等に寄り添い、心身の状態の変化に応じた途切れることのない支援を行います。
- 市民の皆さんに犯罪被害者等支援についての理解が深まるように、広報・啓発活動を行います。
- 犯罪被害にあった直後の、経済的な負担を軽減するため、犯罪被害者等に対し「支援金の支給」や「日常生活の支援」を行います。

支援金および助成金

- **遺族支援金【30万円】**
 - ・ 犯罪行為により亡くなられた犯罪被害者のご遺族
 - **重傷病支援金【10万円】**
 - ・ 犯罪行為によって重傷病（療養期間が1カ月以上かつ通算3日以上入院）を負った犯罪被害者本人
 - **精神療養支援金【2万5千円】**
 - ・ 犯罪行為によって、精神疾患（療養期間が3カ月以上かつ通算3日以上労務に服することができない）を負った犯罪被害者本人
 - **家事援助費用の助成【上限は1時間につき3,000円×30時間】**
 - ・ 調理、洗濯、住居の掃除および整理整頓など
 - **一時保育費用の助成【上限は1日につき3,000円×5日】**
 - ・ 子育て短期支援事業、一時預かり事業、子育て援助活動支援事業
 - **転居費用の助成【上限20万円】**
 - ・ 犯罪行為に起因して転居する場合の費用
 - **家賃の助成【月家賃の2分の1：上限は3万円×6カ月】**
 - ・ 犯罪行為に起因して転居した場合の新たな住居の家賃
- ※いずれも要件がありますので、詳しくは同課に問い合わせてください。

伊勢市×企業

連携で地域を元気に!

企画調整課

(TEL) 21-5548 (FAX) 21-5522

包括連携協定を締結した企業と協力し、健康の日における啓発事業「乳がんを知ろう!リンパトーンストレッチ体験」を開催(4月11日)しました。

この日は、中北薬品株式会社から派遣された乳がん啓発運動指導士に、リンパマッサージとストレッチをしながら乳房のセルフチェックができる体操を教えてもらいました。



- 協定企業 中北薬品株式会社
- 協定締結 令和5年11月21日
- 協定内容 災害時などにおける物資などの供給、健康増進、子育て支援および教育支援、地域のまちづくり支援

「相続手続」

相続手続きについてお困りの方、お気軽にご相談ください。(土日、夜間も対応可)



行政書士やまぐち事務所

伊勢市小俣町明野290-8 電話 65-5282

伊勢の雨漏りお任せ!

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

情熱リペア

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



有料広告

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。



御園こども広場 音楽あそび♪

ハートプラザみその・こども広場 (TEL 22-7355)

- とき** 6月27日(木)、10:30～11:30
- ところ** ハートプラザみその・2階 教養娯楽室
- 対象** 市内在住の、1歳以上の就学前の子どもとその保護者
- 内容** 楽しく音楽と触れ合いましょ♪
- 講師** 光田 真知子さん
- 定員** 10組(先着順)
- 申し込み** 6月1日(出)・9:00～26日(休)・17:00に、直接または電話で同広場へ

健康の日における啓発事業 むし歯・歯周病予防

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

お子さんだけでなく、子育て中の親御さんや妊婦さん、しっかり歯磨きできていますか。お口の環境を整えて、家族みんなでむし歯・歯周病予防に取り組みましょう。

- とき** 6月11日(火)、①9:30～11:30 ②13:00～15:00
- ところ** ①イオン伊勢店 ②駅前子育て支援センター(健康福祉ステーション・6階)
- 対象** 妊娠している人、乳幼児を子育て中の人(親子)
- 内容** むし歯・歯周病予防に関するパネル展示、歯科衛生士による仕上げ磨きの実習、相談会
- 申し込み** 不要

子育てママ支援 Let'sバレトン with 赤ちゃん

いせトピア (TEL 21-0900 FAX 21-0909)

- とき** 6月24日(月)、10:30～11:20
- ところ** いせトピア・1階 リハーサル室
- 対象** 市内在住または通勤・通学している、6カ月程度までの子どもとその母親
※妊娠中の方は医師の許可が必要です。
- 内容** 赤ちゃんを抱っこしながらバレトン(フィットネス・バレエ・ヨガをつなぎ合わせたエクササイズ)を行います。産後のケア・ボディメイクに最適です
- 講師** 鈴木 恵美さん(健康運動指導士)
- 定員** 8組(申し込み多数の場合は抽選)
- 持ち物** 抱っこ紐、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物
- 申し込み** 6月1日(出)・8:30～8日(出)に、右の二次元コードからオンライン申請



離乳食教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

- とき** 6月21日(金)、10:30～11:30
- ところ** 中央保健センター(健康福祉ステーション・5階)
- 対象** 市内在住の乳児(生後4～6カ月)の保護者
- 内容** 離乳食(初期～中期)の話、試食
- 定員** 15人(先着順)
- 持ち物** 筆記用具
- 申し込み** 6月3日(月)・8:30～20日(木)・12:00に、右の二次元コードからオンライン申請、または電話で健康課へ



パパとママの教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

- とき** 6月24日(月)、①9:00～10:00②10:30～11:30
- ところ** ママ☆ほっとテラス(健康福祉ステーション・6階)
- 対象** 市内在住の初妊婦とパートナー
- 内容** 沐浴体験、妊婦模擬体験、保健師の話 など
- 定員** 各4組程度(先着順)
- 持ち物** 母子健康手帳、沐浴体験用のバスタオル(人形を拭きます)
- 申し込み** 右の二次元コードからオンライン申請、または電話で健康課へ
※都合がつかない場合は個別での対応も可能ですので健康課へ連絡してください。



産後ママの教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

- とき** 7月1日(月)、10:30～11:30
- ところ** ママ☆ほっとテラス(健康福祉ステーション・6階)
- 対象** 市内在住の、おおむね1～4カ月児とお母さん
- 内容** 赤ちゃんとのふれあい遊び、外出時のポイント、お母さんのストレッチ
- 定員** 5組程度(先着順)
- 持ち物** 赤ちゃんの下に敷くバスタオルなどの敷物
※抱っこ紐の使い方がわからない人は、説明書と共に持参してください。
- 申し込み** 6月3日(月)・8:30から、右の二次元コードよりオンライン申請、または電話で健康課へ
※都合がつかない場合は個別での対応も可能ですので、健康課へ連絡してください。



子どもに関する相談窓口 (*) 祝日・振替休日・年末年始は除きます。

内容	とき	ところ	問い合わせ先	
おっぱい相談会 ※要予約 (助産師による個別相談)	毎週火曜日(*)	① 9:00～ ② 10:30～	健康課 〔中央保健センター(健康福祉ステーション・5階)〕 (TEL)27-2435 (FAX)21-0683)	
おしゃべりタイム ※要予約 (妊婦さん・産後ママの交流会)	毎月第2～4 木曜日(*)	① 10:00～11:00 ② 11:00～12:00		
子育て相談(巡回) 〔妊産婦・乳幼児期の保健(身体計測・栄養相談など)〕 ●持ち物：母子健康手帳、バスタオル(2歳未満の乳幼児がいる場合)	6月 4日(火)	9:30～11:00		
	6月11日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30		
	6月18日(火)	9:30～11:00		
6月25日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	小保保健センター		
受け付けは6月3日(月)から ママ☆こころの相談室 ※要予約 〔対象：妊婦と乳幼児の保護者(精神科・心療内科を受診中または、カウンセリングを受けている人を除く)〕	6月20日(木)	① 9:30～10:15 ② 10:30～11:15 (各回1人ずつ)	中央保健センター (健康福祉ステーション・5階)	
子育て支援(乳幼児期の子育て全般)	月曜日を除く	9:00～17:00	駅前子育て支援センター キッズ☆もっとテラス (健康福祉ステーション・6階)	駅前子育て支援センター キッズ☆もっとテラス (TEL)63-5488)
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〕	子育て応援課 (TEL)21-5713 (FAX)21-5555)
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 (健康福祉ステーション・5階)	こども発達支援室 (TEL)63-5444 (FAX)21-0683)

9月1日(日)から

こども医療費助成制度の所得制限を撤廃

医療保険課 (TEL) 21-5554 (FAX) 20-8555

こども医療費助成制度は、中学校卒業までの子どもに対し医療費を助成する制度です。これまでは保護者・扶養義務者などの前年所得(1～12月)を基準にして更新していましたが、9月1日(日)から所得制限を撤廃します。

現在資格のある人

現在の福祉医療費受給資格証の有効期限は8月31日(土)です。8月下旬に新しい受給資格証を送付します。9月1日(日)からは、新しい受給資格証を使用してください。

現在資格のない人

一定以上の所得がある・所得が未申告などの理由で、現在こども医療費の助成を受けていない人は、申請が必要です。

新たに対象となる見込みの人には、6月17日(月)に申請書を送付します。7月8日(月)までに申請した人には、8月下旬に受給資格証を送付します。

- 受付開始日 6月20日(休)
- 申請方法 直接同課・3総合支所生活福祉課・9支所へ、または郵送(〒516-8601 岩淵1丁目7-29)で同課へ
- 申請に必要なもの(窓口来庁の場合)
来庁者の本人確認ができる物(運転免許証・パスポートなど)、申請者・同世帯員のマイナンバーが確認できる物(原本)、健康保険証(対象者全員分)、通帳
保護者が来庁しない場合は、必ず事前に申請書の申請者欄へ保護者自筆での記入をお願いします。
※期日を過ぎて申請した場合は、随時の対応となります。
※申請書がない人は、同課または3総合支所生活福祉課に申し出てください。
※生活保護受給中または児童福祉施設などに入所している人は、別公費によって助成されているため申請の必要はありません。別公費の受給資格を喪失した場合、別途手続きが必要です。

こども医療費助成制度の認定要件から所得制限を撤廃しますが、助成額の一部は三重県の補助金制度を利用しているため、引き続き保護者・扶養義務者の所得を確認します。ご理解とご協力をお願いします。

幼保連携型認定こども園

めいりん ことども園

お問い合わせ **28-4094**
https://meirin-y.com/
最新の情報は、めいりんことども園ホームページをご覧ください

要予約 **入園説明会**

令和7年4月入園をお考えの方は、ぜひご参加下さい。

第1回 **6月16日(日)** AM10時～AM11時
【にこにこ園舎：明倫小学校おとなり】

第2回 **8月4日(日)** AM10時～AM11時
【にこにこ園舎：明倫小学校おとなり】

第3回 **9月8日(日)** AM10時～AM11時
【きらきら園舎：旧豊宮崎文庫おとなり】

入園前のさくらんぼくらぶ、フナさくらんぼはホームページをご覧ください

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/

有
料
広
告

養育費の受け取りを支援

子育て応援課 (TEL 21-5713 FAX 21-5555)

養育費は、子どもの健やかな成長のため、生活を支える大切なものです。ひとり親家庭の人が養育費を確実に受け取れるよう、養育費を公的に取り決めるための公正証書などの作成費用や、養育費保証契約に係る費用を補助します。

対象 伊勢市の住民基本台帳に記載されており、かつ市内在住のひとり親(所得制限あり)

補助対象 **公正証書等作成費補助** …養育費取り決めに要した経費のうち、申請者本人が負担した費用の補助

- 公正証書作成の際に要した公証人手数料などの費用
- 調停申し立て、または裁判に要した収入印紙代、戸籍謄本等添付書類などの費用
(上限3万円、1人1回限り)

養育費保証料補助 …保証会社と養育費保証契約を結ぶ際、申請者本人が支払った保険料の補助
(上限5万円、1人1回限り)

申し込み 直接同課(市役所東館・2階)へ

大学などの受験料・模擬試験料を補助

子育て応援課 (TEL 21-5713 FAX 21-5555)

経済的な事情で子どもの進学に向けた挑戦に不安がある世帯を支援するため、大学などの受験料や、受験する年度に受ける模擬試験料を補助します。

対象 大学などの受験生(20歳未満)または中学3年生の子どもを養育する、申請日時点で子どもとともに市内在住の、次のいずれかに該当する人

- 児童扶養手当受給世帯
- 児童扶養手当受給者と同等の所得水準の、ひとり親世帯
- 令和6年度市民税非課税世帯

補助金額

①大学等受験料

令和6年度に大学などの入学試験に支払った受験料…**補助上限額53,000円**

②模擬試験受験料(令和6年度実施分)

20歳未満の子ども

令和6年度に受験する大学などの入学試験に向け、支払った模擬試験の受験料…**補助上限額8,000円**

中学3年生の子ども

令和6年度に受験する高等学校などの入学試験に向け、支払った模擬試験の受験料…**補助上限額6,000円**

申請期間 6月3日(月)～令和7年3月31日(月)

※申請は1人の子どもにつき、同じ年度に1回限り(各対象経費ごとに複数の受験料を合算して申請可能)です。

申請方法

直接同課(市役所東館・2階)へ



伊勢警察署だより

伊勢警察署 (TEL・FAX 20-0110)

ミーポくん



ルールを守って特定小型原動機付自転車(電動キックボードなど)に乗りましょう

●車道通行が原則

道路左側端を通行し、右側を通行してはいけません。

●交差点は二段階右折

後方確認とウインカーでの合図が必要です。

●信号・標識に従う義務

信号機や一時停止などの道路標識に従わなければいけません。

ほかにも…

- 16歳未満の者の運転禁止
- 飲酒運転の禁止
- スマホなどの「ながら」運転の禁止
- 二人乗りの禁止
- 自賠責保険(共済)への加入義務
- 乗車用ヘルメットの着用(努力義務)など

一人ひとりを大切に…!



施設見学会&入園説明会

6/30(日)両日とも
7/3(水)10時～

電話でご予約を! 1日15組マテ 園内&遊戯室にて

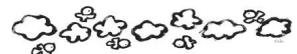
☆子育て支援☆ 「いちご広場」毎月第1・2・4水曜開催中!

0歳児・3歳児 各2名募集中 詳しくはHPで ⇒

中島こども園

お問合せは ☎ 28-2438

～幼保連携型認定こども園～



マリアこども園 施設見学実施!

2024年度 途中入園児募集中!

ご入園に向けて、個別説明会も実施します。



日程をご相談に応じます。

～お気軽にお問い合わせ下さい～

TEL 0596-25-7490



有
料
広
告

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

入館者数 約33万6千人(令和5年度)

伊勢図書館



TEL 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
6月10日(月)～19日(水)は特別整理期間のため休館
※休館期間中は蔵書点検(伊勢図書館および各分室の全ての資料が所定の場所にあるか、現物で確認する作業)などを行っています。

上映会

時 6月9日(日)、14時～(開場は13時45分)
所 2階・視聴覚室
内 「テレビ70年記念ドラマ 大河ドラマが生まれた日」(75分)
出演:生田斗真 阿部サダヲ ほか ※敬称略
定 40人(当日先着順)

あかちゃんえほんのじかん

時 6月27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

小俣図書館



TEL 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

おはなし会

①赤ちゃんおはなし会 時 6月13日(木)、11時～
②たんぽぽおはなし会 時 6月8日(土)、15時～
③ピッポの会・紙芝居 時 6月16日(日)、11時～
所 2階・会議室
定 ①10組程度、②③各20人程度(先着順・当日会議室で受け付け)

図書館おはなし会&工作

時 6月22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「アイスクリーム」を作ります
定 20人程度(先着順・当日会議室で受け付け)

上映会

時 6月15日(土)、15時～ 所 2階・視聴覚室
内 「おしりたんてい 1 ププッとかいけつ! おしりたんていとうじょう!」(アニメ・60分)
定 20人程度(先着順・当日視聴覚室で受け付け)

図書館 de ビブリオバトル! in 小俣

時 6月23日(日)、14時～(開場は13時45分)
所 2階・会議室
内 数人のバトルが、おススメの本について1人5分の持ち時間で語ります。その後、全員が一番読みたくなった本を選ぶというゲーム感覚の書評バトルをします
定 バトラー(発表者)6人・オーディエンス(観客)30人程度(各先着順、バトラーは中学生以上)
申 6月1日(土)・9時から、直接または電話で同館へ

おはなし会

時 毎週土曜日(6月15日を除く)、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
5週目 ストーリーテリング(絵本や紙芝居などを使わずに語るおはなし会)

たなばた星ものがたり ～宇宙ロケットをつくろう～

時 7月7日(日)、14時30分～
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 七夕のお話を讀んだ後、七夕にちなんだ工作をします
定 10人(先着順)
申 6月22日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

図書館につくろう! キラキラの星空★

時 6月29日(土)、14時30分～(1時間程度)
所 2階・会議室
対 小学生(保護者同伴可)
内 星の出てるお話を讀みます。その後、好きな星座を作ります。みんなに作ってもらった星座は、後日1階・児童コーナーに展示します
定 10人程度(先着順)
申 6月2日(日)・9時から、直接または電話で同館へ

わくわくストーリーテリングおはなし会

時 6月30日(日)、11時～ 所 2階・会議室
対 3歳以上(大人も参加できます)
内 想像をふくらませて、耳で楽しむおはなし会です。楽しい手あそび歌もあります
定 20人程度(先着順・当日会議室で受け付け)

「平山郁夫」原画タペストリー展

時 6月15日(土)～7月11日(木) ※最終日は15時までです。
所 2階・ギャラリー
内 日本画家・平山郁夫さんの指導・監修を受けて制作されたタペストリー(壁掛けなどに使われる織物の一種)の展示

七夕キラキラおはなし会

時 7月7日(日)、14時30分～ 所 2階・会議室
対 暗い所でおはなしが聞ける子ども
内 「七夕のおはなし」をブラックライトで光るパネルシアターを使って行います。おはなしの後、みんなで流れ星ステッキを作ります。
※部屋を暗くするため、途中で入退場はできません。
定 30人程度(先着順)
申 6月15日(土)・9時から、直接または電話で同館へ

両館共通

七夕コーナー

時 6月20日(木)～7月7日(日)
内 七夕コーナーを設置します。短冊に願いごとを書いてみませんか

とき

10月12日(土)・13日(日)

ところ

高柳商店街周辺～県道鳥羽松阪線～伊勢市駅周辺

市民有志による実行委員会が企画する「伊勢まつり」は、市民の皆さんが「見て・参加して・楽しめる」お祭りです。

初参加、少人数も大歓迎です。見ているだけではもったいない! ぜひ一緒に盛り上げましょう!!

みんなで盛り上げよう!

参加団体を募集!

市民交流課内・伊勢まつり実行委員会事務局

(TEL) 21-5549 (FAX) 21-5522 ✉kouryu@city.ise.mie.jp



パレード

約600mにわたって県道を行進し、会場を華やかに彩っていただきます。マーチング・踊り・みこしなど、さまざまなパレードができます。



イベント

一之木交差点や尼辻交差点で、楽器演奏、ダンス、マジック、人形劇などを披露していただきます。工夫をこらして会場を盛り上げてください。



出展・出店

地場産品を販売するもよし、活動を介绍するもよし。沿道に並ぶ出展・出店テントは、伊勢まつりの風物詩です。

料金

出展・出店は有料です。詳しくは同事務局へお問い合わせください

申し込み

6月3日(月)～14日(金)〔必着〕に、右の二次元コードからオンライン申請、または申込用紙を同事務局(市役所本館・2階)へ



令和6年度
受講生募集!

楽しくわかる スマホ教室

デジタル政策課 (TEL) 21-5569

スマートフォンの使い方講座を開催します。基本操作を学べる基本コースと、もっとスマートフォンを活用したい人を対象とした応用コースがあります! ぜひ、参加してください!

問い合わせ コネクシオ株式会社 (TEL) 0120-104-137

〔受付時間〕10:00～17:00【月～金曜日(祝日・振替休日を除く)】

受講無料



とき・内容 右表のとおり

ところ いせトピア・3階 会議室2

講師 スマホインストラクター

対象 市内在住の人

定員 各回8人

申し込み 6月7日(金)〔郵送の場合は消印有効〕までに、右の二次元コードからオンライン申請、または往復はがきでコネクシオ株式会社へ



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 〒450-6039

〒

愛知県名古屋市中村区
名駅1-1-4
JRセントラルタワーズ
39階
コネクシオ株式会社
「伊勢市スマホ教室応
募」係

何も記入しないで
ください。

63 〇〇〇-〇〇〇〇

〒

住所
氏名様

- ①第1希望【第〇回】
- ②第2希望【第〇回】
- ③第3希望【第〇回】
- ④氏名(ふりがな)
- ⑤連絡がしやすい電話番号
- ⑥利用機種

開催回	とき	内容
第1回	7月4日(木) 10:00～12:15	【基本コース】 ・カメラを使う ・インターネット・二次元コードを使う
第2回	7月4日(木) 13:30～15:45	
第3回	7月22日(月) 10:00～12:15	【応用コース】 ・LINEを使う (初級編)
第4回	7月22日(月) 13:30～15:45	・LINEをもっと使う (中級編)

・申し込み多数の場合は抽選となります。

・受講の可否は、6月20日(休)頃、返信用はがきまたはEメールでお知らせします。
・コネクシオ株式会社「TEL」0120-104-137から連絡をさせていただく場合があります。

・講座は途中15分程度の休憩を設けます。

・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。

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。

畠中真理子ピアノリサイタル

畠中さん (TEL) 090-4113-7991)

時 6月22日(出)、14:00～(開場は13:30) **所** シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢・大ホール **内** クラシックピアノのコンサート(演奏曲: イタリア協奏曲〔バッハ〕、ピアノソナタ作品28「田園」〔ベートーヴェン〕、謝肉祭作品9〔シューマン]) **料** 2,000円(当日券は2,500円)

申 6月22日(出)までに、直接シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢または村井楽器伊勢店へ

第九回みたす寄席

伊勢・船江温泉みたすの湯 (TEL) 29-4126)

時 6月30日(日)、13:30～ **所** 伊勢・船江温泉みたすの湯 **内** みたすの湯の落語会。落語協会所属の二つ目「橘家文吾」が出演 **定** 24人(先着順) **料** 2,000円

申 6月29日(出)までに電話またはEメール(✉mitasuyose@mts-ise.com)へ氏名・フリガナ・電話番号・メールアドレス・枚数・椅子席希望の有無を記入)、みたすの湯ホームページ(<https://mts-ise.com/yu>)からオンライン申請

伊勢学サロン in 旧御師丸岡邸 ～文化人御師の書画等蔵出し解説～

NPO 法人旧御師丸岡宗大夫邸保存再生会議
(TEL) 27-0455 (FAX) 23-6645)

時 6月16日(日)、13:30～15:30 **所** 旧御師丸岡宗大夫邸(宮町1丁目9-7) **内** 伊勢の先人たちの文化的様相を学ぶ場として、資料として保管されている御師の絵画などを展示解説、御師邸の保存再生生活用についての理解を進めるための建物見学 **申** 不要

原水爆禁止国民平和行進

原水爆禁止伊勢地区協議会・向井さん (TEL) 23-2729)

時 6月12日(火)、9:00～10:30 ごろ **所** 外宮前広場～県道37号線 **内** 外宮前広場で出発集会を行い、その後県道37号線を核兵器廃絶を訴えながら、度会橋手前まで行進

子ども4シーズンキャンプ2024

皇學館大学教育学部・叶ゼミ
(TEL) 22-8613 ✉kano.seminer@gmail.com)

時 6月・8月・10月・1月に実施(6月8日(出)・19時から、同大学711教室で説明会を行いますので、参加してください) **所** 皇學館大学 **対** 4回全てに参加できる小学5・6年生 **内** 春夏秋冬のキャンプを通して、子どもたちのキャンプ技術・季節に適應する力・積極的に行動する力を培う **定** 男女各4人ずつ(申し込み多数の場合は抽選) **料** 40,000円(全4回分) **申** 6月8日(出)～12日(火)に、Eメールで参加者名・性別・学校名・学年を同ゼミへ

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。

無料法律相談

伊勢法律事務所 (TEL) 20-0555)

時 6月9日(日)・15:00～17:45、18日(火)・16:00～18:45

所 げんこころ一む(イオンタウン伊勢ララパーク・1階) **対** 交通事故・相続などについて、相談したい人 **内** 弁護士による45分間の無料相談 **定** 先着順に案内 **申** 3日前までに電話で同事務所へ(電話がつかない場合は同事務所公式LINEから問い合わせてください。)



子ども服リサイクル会

二見町子ども会育成会連絡協議会・北畠さん (TEL) 080-6969-9304)

乳幼児から小学生までの子供服リサイクル会です。使わなくなった子供服があれば、当日持参してください。気軽にお越しください

時 6月16日(日)、9:00～16:00 **所** 二見浦小学校、二見中学校内・ふたみホール

団員募集!

伊勢シンフォニックバンド・村林さん (TEL) 090-8738-2214)

伊勢シンフォニックバンドは、1975年結成の市民吹奏楽団です。練習は毎週土曜日・19:00～、いせトピアや進修小学校で行っています。

対 高校生以上で楽器を持っている人(高校生は保護者の同意が必要)

料 月額2,500円(高校生は月額500円)

※詳しくは電話で同事務局・村林さんへ

インクルーシブセーリング体験

セイラビリティ伊勢・景山さん

(TEL) 090-2343-7811 ✉info@sailability-ise.com)

時 ①6月30日(日) ②7月28日(日)、10:00～12:00(午前の部)、13:00～15:00(午後の部)[1回30分程度] **所** ゴーリキマリンビレッジ(大湊町1125-10) **内** 小型で安全なユニバーサルデザインのハンザヨットを使った体験乗船会(年齢や障がいの有無を問いません)

※詳しくは電話またはEメールで景山さんへ

ひまわりあんしん事業・電話相談

三重弁護士会 高齢者・障害者支援センター

(相談専用電話番号) (TEL) 059-228-3167)

時 原則毎月第2・4金曜日(12月は第2金曜のみ)、10:00～12:00

対 65歳以上の人またはその親族(相談内容は、65歳以上の本人の問題に限ります) **内** 同センター所属の弁護士による、電話相談

時 とき **所** ところ **対** 対象 **内** 内容
定 定員 **持** 持ち物 **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 8月1日号 → 6月14日(金)
8月15日号 → 6月28日(金)

脱炭素で「快適・健康・お得」な暮らしを始めませんか？

エコな住宅で快適な生活を！

近年のエネルギー価格高騰で、困っている家庭も多いのではないのでしょうか。
省エネ・節電に取り組むことで、光熱費を抑えられます。さらに、環境にやさしいエコな住宅にすることで、地球にやさしいだけでなく、より光熱費を抑えることができます！
壁や窓などの断熱性を向上させ、LED照明・エコキュートなどの省エネ・高効率な機器を導入し、さらには太陽光発電で電気を作るなど、エコな住宅に見直すことで、快適でお得な生活を目指しましょう。



エコな住宅にするには、どうしたらいいの？

太陽光発電・蓄電池の設置 【暮らしのメリット】

- ☑ 発電した電気をリアルタイムで使え、電気代が節約できる
- ☑ 余った電気を売って収入を得ることができる
- ☑ 停電時に、発電した電気を使用できる
- ☑ 蓄電池があれば、昼間発電した電気を貯めて、夜間に使用できる

今ならエコな住宅にするためのお得な情報がいっぱい！



太陽光発電

LED照明

断熱窓

蓄電池

エコキュートなど

LED照明・エコキュートなどの導入 【暮らしのメリット】

- ☑ 電気・ガスの省エネにつながり、光熱費を削減できる
- ☑ LED照明は寿命が長く、交換の手間が少ない
- ☑ LED照明には虫が寄り付きにくい

窓などの断熱性の向上 【暮らしのメリット】

- ☑ 熱の流出・流入を防ぎ、室内の温度が一定に保てる
- ☑ 熱中症・ヒートショックなどのリスク軽減につながる
- ☑ 結露を防ぎ、カビやダニの発生を抑える
- ☑ 冷暖房の効率が上がり、光熱費を削減できる

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。



(有) つた運輸

伊勢市小俣町宮前704の3

TEL(0596)28-3000(代)

エコな住宅 お得な情報

伊勢市の補助事業

太陽光発電・蓄電池に補助

6月中旬
申請開始
予定



写真引用元：環境省ウェブサイト

市では、再生可能エネルギーの利用促進を図るとともに、エネルギーの地産地消を促進するため、住宅に太陽光発電・蓄電池を設置し、発電した電力を一定程度自家消費する人に対して補助金を支給します。詳しくは6月3日(月)に、市のホームページに掲載します。

対象設備	太陽光発電設備、蓄電池 ※太陽光のみの設置または太陽光・蓄電池の同時設置の場合が対象で、蓄電池のみの設置は対象外です。 ※蓄電池は15.5万円/kWh(工事費込み、税抜き)以下のものが対象です。
補助金額	太陽光発電設備…7万円/kW(上限10kW) 蓄電池…価格(工事費込み、税抜き)の3分の1(上限10kWh)
主な要件	FIT制度・FIP制度による売電をしないこと、発電した電力量の30%以上を自家消費することなど ※この補助制度は、三重県が国の地域脱炭素移行事業の採択を受けて実施する「三重県太陽光発電設備等設置費補助金」制度を活用して実施するものです。

三重県の事業

太陽光パネル・蓄電池の共同購入 参加者募集中!

参加募集期間
9月4日(水)
まで

『太陽光パネル・蓄電池』みんなが集まるから「おトク」
安心・便利な共同購入で、環境に、家計にやさしい暮らし



県では太陽光パネル・蓄電池の「共同購入」を実施しています。みんなで集まって、おトクに購入する取り組みです。

まずは
無料登録!

登録から調査の申し込み・購入までの流れ



問い合わせ 三重県 みんなのおうちに太陽光事務局
TEL 0120-728-300
【受付時間】10:00～18:00(土・日曜日、祝日を除く)



三重県 みんなのおうちに太陽光 検索

国の補助事業

給湯省エネ2024事業

家庭のエネルギー消費で大きな割合を占める給湯分野について、住宅に高効率給湯器(エコキュート・エネファームなど)を導入する場合に費用が補助される事業です。



※エコキュート購入の場合、「みえデコ活!省エネ家電購入応援キャンペーン」(「広報いせ」5月1日号・17ページ参照)が併用できます。

国の補助事業

先進的窓リノベ2024事業

住宅の窓を断熱改修(リフォーム)する場合、窓の性能や大きさなどに応じ、一戸当たり5万円～200万円まで補助されます。



国の補助事業 住宅省エネ2024キャンペーン
補助事業合同お問い合わせ窓口
TEL 0570-055-224
【IP電話など】03-6625-2874
【受付時間】9:00～17:00

生活協同組合 コープみえ **みやがわ店**
リニューアルオープン!!
6月27日(木) 9時30分

イメージ図

新店舗では、県内産の新鮮な魚介類や豊富なお惣菜を揃え、交流スペースも新設しました!より一層みなさまの食とくらしを豊かに支えるため、スタッフ一同、励んでまいります。
みなさまのご来店を心よりお待ちしております。

みやがわ店LINE
友だち追加してね♪



オープニングイベントや今後の情報を発信しています

コープみえみやがわ店
店長 間野敏博



コープみえ
みやがわ店 伊勢市小俣町本町340
TEL 0596-24-6566 (9時～17時)

有
料
廣
告

健康づくり通信

申し込み・問い合わせ
健康課(中央保健センター)
〔宮後1丁目・健康福祉ステーション 5階〕
(TEL) 27-2435 (FAX) 21-0683

11日は健康の日

申し込み
二次元コード

健康づくり通信内の申し込みは、下の二次元コードから申し込みができます。



参加費などの記載のないものは無料

申し込みは6月3日(月)からなるほど納得！
シニア健康講座(運動)
ロコモティブシンドロームとは

運動機能が低下し要介護や寝たきりなどの危険が高い状態をロコモティブシンドロームと言います。健康的な生活を送るためにロコモの理解と予防のポイントを学びます。
とき 6月28日(金)、9時15分～11時
ところ 中央保健センター・健康増進室

対象 市内在住のおおむね65歳以上の人
内容 理学療法士による話、自宅で簡単にできる運動の紹介、今から始めるロコモ予防

の講座(基礎編)
定員 30人程度
※シニア健康講座(運動)などの受講経験がない人を優先します。

持ち物 傷害保険料10円、飲み物、タオル、運動のできる服装、運動マット(持っている人)
申し込み 6月3日(月)から、右の二次元コードよりオンライン申請または、電話・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・申込期限 下表のとおり

対象 市内在住の人
テーマ よく噛んで食べよう

参加費 400円(当日持参)
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、米1/2カップ
申し込み 5月27日(月)・8時30分から、上の二次元コードよりオンライン申請または、電話・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
6月18日(火)	ハートプラザ	20人	6月11日(火)
6月19日(水)	みその	20人	6月12日(水)
6月20日(木)	小保保健センター	20人	6月13日(木)

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

みんなdeいせし健康体操

とき 6月3日(月)・17日(月)・24日(月)、9時～9時30分
ところ 中央保健センター
対象 市内在住の人
内容 いせし健康体操推進員と、動画を見ながら体操

持ち物 運動のできる服装、飲み物
申し込み 不要

主な相談など

とき	ところ
①成人健康相談・成人栄養相談(電話・面談) ※面談のみ要予約	
月～金曜日(祝日・振替休日・年末年始を除く) 8:30～17:00	中央保健センター(MiraiSE内 健康福祉ステーション・5階)
②エイズ、梅毒、B型・C型肝炎検査(完全予約制)	
6月11日(火) 6月25日(火)	9:00～11:00 伊勢保健所(県伊勢庁舎内)

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(TEL) 27-2435、(FAX) 21-0683
②伊勢保健所(TEL) 27-5137、(FAX) 27-5253

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



休日・夜間応急診療所(八日市場町)

内科・小児科(TEL・FAX) 25-8795、歯科(TEL・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 10:00～12:00	内科医1人体制
	日曜日・祝日	13:00～17:00	-
		19:30～22:00	-
歯科	日曜日・祝日	10:00～12:00	-
		13:00～17:00	-

※感染症対策を実施しながら診察を行っています。
※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。臨時休診の場合は、市のホームページ・ケーブルテレビなどでお知らせします。

■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 (TEL) 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。
[URL] <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
TEL 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 月～土曜日、19:00～翌日8:00
日曜日・祝日・年末年始(12月30日～1月3日)、8:00～翌日8:00(24時間)
電話番号 (TEL) # 8000、(TEL) 059-232-9955

糖尿病予防講演会

現在、糖尿病患者の増加が問題になっており、20歳以上の糖尿病が強く疑われる人の割合は12.1%にもなります。

糖尿病は、偏った食生活や運動不足など、ライフスタイルと深く関わっています。「糖尿病ってどんな病気?」「糖尿病を予防するためには、どうしたらいいの?」など、分かりやすく解説します。

とき 7月6日(土)、13時30分～15時30分
ところ ハートプラザみそ

対象 市内在住の人

内容 パネル展示・講演(糖尿病を知ろう!)・今日からできる予防と対策(講師 村田和也さん(伊勢赤十字病院 糖尿病・代謝内科医師 健康センター長)、管理栄養士(健康課))

定員 100人(先着順)

申し込み 6月3日(月)から、下の二次元コードよりオンライン申請または、電話・ファクスで健康課へ

※本講演は、7月5日(金)～11日(木)に開催する「健康文化週間」のイベントの一つです。この他のイベントについて詳しくは、

報いせ「6月15日号」でお知らせします。



今年度から対象年齢が拡大！
20歳も対象に！
歯周病検診

歯みがきのプラークコントロールが正しくできていないと、若い人も歯周病にかかります。厚生労働省の調査でも、20歳代の約25%が歯周病でした(下図参照)。歯周病は初期症状が現れにくく、気付かないうちに進行します。また歯を失うだけでなく、糖尿病・心疾患などの病気を悪化させる原因になるといわれています。ぜひ、この機会に歯周病検診を受け、健康な歯を保ちましょう。



検診を希望する人は、下の二次元コードから実施歯科医院を確認し、直接申し込んでください。
実施期間 6月1日(土)～12月31日(火) (1人1回のみ)
対象 自分の歯が1本以上ある人

る人で次の①または②に該当する人

- ① 受診日時点で市に住民登録がある、20歳・30歳・35歳・40歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の人
- ② 伊勢市国民健康保険加入の今年度40歳～74歳(昭和25年4月1日～60年3月31日生まれの人)

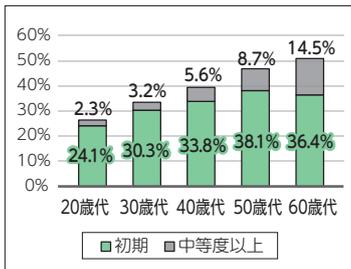
※昭和24年9月1日～25年3月31日生まれの人は75歳の誕生日を迎える前日までです。

検診内容 歯と口に関する問診、歯ぐきの簡易検査(特定部位のみ)

※検診は無料ですが、詳しい歯ぐきの検査・歯のクリーニング・治療などが必要な場合、通常通り費用が必要です。

持ち物 健康保険証、受診券
※受診券は伊勢市国民健康保険加入者のみ必要で、6月下旬に特定健康診査受診券と一緒に郵送します。

～20歳代の約4人に1人は歯周病～



令和4年度 厚生労働省歯科疾患実態調査より

望まない受動喫煙を防ごう!

世界保健機構(WHO)が定める毎年5月31日の「世界禁煙デー」にちなみ、日本でも5月31日～6月6日は厚生労働省が定める「禁煙週間」となっています。

たばこが健康に悪影響を与えることは明らかで、吸わない人にもたばこの煙を吸わせてしまう「受動喫煙」が社会問題になっています。市でも「伊勢市受動喫煙防止対策ガイドライン」に基づき、受動喫煙防止対策の強化に取り組んでいます。

副流煙にも有害物質が含まれています

喫煙者が吸い込む主流煙よりも、たばこから立ち昇る副流煙の方が、有害物質が2～4倍も多く含まれています。また喫煙者が吐き出す呼出煙も吸うことで、受ける害がいっそう多くなります。受動喫煙が原因で発症する肺がんや心筋梗塞により、年間15,000人が死亡するとの報告もあり、健康被害は深刻です。

受動喫煙を避けるためにできること

喫煙者は、自分の喫煙が周囲の人の健康に悪影響を与えていることを十分に理解し、自分のたばこの煙を他人に吸わせないように、マナーを守りましょう。

電子たばこの蒸気からも発がん性物質の発生が報告されています。また、最近増えている加熱式たばこ(たばこ葉などを燃焼させず専用機器を用いて電気で加熱することで煙を発生させるもの)も、主流煙には有害物質が含まれており、厚生労働省は「望まない受動喫煙」対策の中で、加熱式たばこも規制対象にしています。

健康のために禁煙にチャレンジを!

健康のためには禁煙が一番です。

禁煙は自力でも可能ですが、医療機関での禁煙治療や禁煙補助薬を利用するとニコチン切れの症状を抑えることができ、比較的楽に、しかも自力に比べて3～4倍禁煙に成功しやすくなるのが分かっています。禁煙外来または主治医に相談してみましょう。禁煙するのに遅すぎることはありません。この機会にチャレンジしてみましょう。



たばこと健康 伊勢市 検索

たばこと健康

お答えします!

健康に関する素朴な疑問

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、皆さんの生活にお役立てください。



伊勢総合病院
内科・総合診療科副部長
谷崎 隆太郎 医師

質問 イライラした時はカルシウムを取った方がよいのでしょうか??

回答 いいえ、カルシウムではなく、むしろ鉄です。



カルシウムの役割とは?

皆さんは、「そんなにイライラするなんてカルシウム足りないんじゃないの?」と言ったり、言われたりしたことがありますか?そして、カルシウムを取ったらイライラしなくなった経験はありますか?

血液中のカルシウムがもつ機能の一つに、脳や筋肉に信号を送る神経の働きを助ける作用があります。しかし、実はカルシウムが不足したからといってそれがイライラの原因にはならないのです。「脳に信号を送るカルシウムが減ったら何かしら影響があるのでは?」と思うかもしれませんが、私たちの体内ではカルシウムの99%は骨と歯に含まれており、もし血液中のカルシウムが少なくなっても、直ちに骨からカルシウムが溶け出して補充されるため、そもそも減多なことでは血液中のカルシウムは低下しないのです。

一方で、不足するとイライラする栄養素は、実際に存在します。それは…そう、「鉄」です。



したりと肉体的な悪影響の方だと思いますが、実は、鉄が不足すると肉体的な悪影響だけでなく、精神的な悪影響も現れることが分かっています。



人間がリラックスして落ち着くためにはセロトニンという脳内物質が必要ですが、このセロトニンが体内で産生される過程で、鉄を必要とします。すなわち、鉄が不足するとセロトニンが不足して、イライラや抑うつ・パニック発作の原因またはその悪化などにつながります。鉄不足が子どもたちの学習力の低下と関連していたという研究もあります。



食生活を見直そう

というわけで、何だか最近疲れやすいという人はもちろんのこと、何だか最近イライラしやすい、落ち込みやすいといった人は、今一度食生活を見直して鉄分の摂取を心がけてみてください。食品だけでなく、サプリメントなどで補充しても大丈夫ですよ。



「鉄」が不足すると…

人間は生きるために酸素が必要不可欠ですが、体内で酸素の運搬や貯蓄に関わる重要な栄養素こそが鉄なのです。この鉄が不足すると、体の隅々の細胞の酸素が不足することで、さまざまな不都合な症状が現れます。鉄不足の症状でよく知られているのは、運動時に疲れやすかったり、日常生活でも息切れを

過去の「広報いせ」掲載分は、市のホームページでいつでもご覧になれます。

健康なんでも相談室 伊勢市 検索 🔍



※市のホームページでも鉄分補給に関する「低カロリー・バランス食レシピ」を公開しています。鉄を多く含む食材や、鉄分補給レシピを紹介していますので、ぜひご覧ください。





社協はげんきなこころ応援します

Vol.63

げんここ 地域福祉通信

<https://ise-shakyo.jp>

伊勢社協 検索

地域福祉情報をお伝えするコーナーです

伊勢市 福祉総合支援センターより [TEL](tel:21-5712)21-5712 [FAX](tel:63-5420)63-5420

生活サポートセンターあゆみ	TEL 63-5224 FAX 27-2412
地域福祉課	TEL 63-5334 FAX 27-2415
伊勢市ボランティアセンター (八日市場町13-1) [福祉健康センター・1階]	TEL 63-6370 FAX 27-2415
東部支所(二見町茶屋456-2)	TEL 43-5551 FAX 43-4427
西部支所(小俣町元町536)	TEL 27-0509 FAX 27-0570
北部支所(御園町長屋2767)	TEL 22-6617 FAX 22-6604
げんここ一む(小本町曾祢538) [イオンタウン伊勢ラパーク・1階]	TEL 63-7130 FAX 65-6121

自立した暮らしのお手伝いをしませんか?

社会福祉協議会では、地域で生活している高齢者や知的・精神障がいのある皆さんが、安心して生活を送れるよう、福祉サービスを利用する手続きや日常的なお金の管理などの支援を行う日常生活自立支援事業を行っています。生活支援員が月1回程度訪問し、皆さんの生活をサポートします。

Interview

生活支援員 **更谷 あやさん**



きっかけ

2年前に伊勢市に引っ越してきたのですが、その前から自分の親に後見人が必要になったらどうしようかと考えるようになり、他市で市民後見人養成講座を受講したのがきっかけでした。伊勢市でも、権利を守り自立した生活を支える日常生活自立支援事業を担う生活支援員の募集があることを「広報いせ」で知り、応募してみました。

やりがい

担当している人の中には、認知機能が低下し、なかなか顔を覚えていただけない人もいます。でも、会話が噛み合い、表情が明るくなる瞬間は、とてもうれしいです。

制限された時間の中で関係性を築くことは簡単ではないですが、とてもやりがいのある仕事だと思っています。

これから生活支援員を目指す人へ

毎年、勉強のための研修会や同じ立場の生活支援員の皆さんとの交流会もあり、さまざまなつながりの中で、楽しみながらスキルアップしていくことができます。誰でも初めは不安ですが、専門員がきちんと教えてくれるので、安心してチャレンジしてみてください。

令和6年度 生活支援員 養成講座

ご参加
ください



- とき 6月25日(火)、9:30～16:30
- ところ ハートプラザみその・2階 保健会議室(御園町長屋2767)
- 対象 市内在住で日常生活自立支援事業に協力する意思があり、1日を通して参加できる人
- 定員 20人(先着順)
- 申し込み 6月17日(月)までに参加申込書に必要事項を記入し、Eメールまたはファクスで伊勢日常生活自立支援センターへ
※参加申込書は伊勢市社会福祉協議会のホームページに掲載しています。
- その他 当講座修了者には修了証を発行します。
生活支援員登録は、令和7年3月31日時点で70歳未満の人に限りです。

こんな時には▶▶▶



- 自分が使える福祉サービスが分らない。
- 公共料金の支払いが滞りがち。きちんと支払いたいけど…。
- 銀行の手続き。一人でするかな。
- 通帳を何度も紛失してしまう。誰か代わりに預かって。
- 重要書類を手元に置いておくのが怖い。

ぜひ、日常生活自立支援事業を利用してください

日常生活自立支援事業・令和6年度生活支援員養成講座 いずれも申し込み、問い合わせはこちらへ

伊勢日常生活自立支援センター(八日市場町13-1 福祉健康センター・2階)
TEL 20-8618 FAX 27-2412 iseshakyo-kenriyogo@mie.email.ne.jp

障がい者サポーター制度

高齢・障がい福祉課 (TEL 21-5558 FAX 20-8555)

障がい者サポーターとは、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、障がいへの理解を深めていただくものです。

※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する必要があります。講座を実施する際には「広報いせ」などでお知らせします。



障がい者サポート企業・団体

障害者雇用率や障がい福祉への貢献などといった要件を満たしている企業および団体などを「障がい者サポート企業・団体」として認定しています。

企業・団体のノウハウ(知識・経験)やスキル(能力)を生かして、障がいのある人への支援につながる取り組みを、より一層進めていただきます。障がい者サポーター制度の普及などに積極的に協力いただける企業・団体を募集しています。

高齢・障がい福祉課からのお願い

子ども用車いすにご理解を！

子ども用車いすは一見するとベビーカーに見えますが、病気が障がい理由で座ることができないなど、「これが無いと移動できない」子どもたちが使用しています。

■折りたたみません

座る姿勢が取れないなどの身体的特徴から、車体を折りたたむことは容易ではありません。

■重量があります

車いす自体の重量に加え、医療機器を搭載している場合もあります。車体を持ち上げて大きな段差などを越えることは非常に困難です。



子ども用車いすマーク

◎市では、「子ども用車いすマーク」を配布しています。街なかでこのマークを見かけたらそっと見守り、困っている様子が見られたら、声をかけてみましょう。皆さんのご理解、温かい配慮をお願いします。

自立した生活を応援

在宅支援サービス

高齢・障がい福祉課 (TEL 21-5559 FAX 20-8555)

① 緊急通報装置貸与事業(固定電話回線がなくても設置できるようになりました)

緊急事態発生時に迅速かつ適切に対処できるよう、緊急通報装置を貸与します。

- ▶対象 65歳以上の単身世帯高齢者または重度身体障がい者で、身体状況などの理由から日常生活動作に支障があり、緊急時の通報手段の確保が困難かつ近隣に扶養義務者がいない人
- ▶利用料金 通話料全額、装置レンタル料(市民税の課税状況により異なります)
※親族などの協力者が必要です。
※緊急通報装置・携帯用無線機・人感センサーをセットで室内に設置します。

② 訪問理美容サービス事業

訪問理美容サービスを受ける際の出張費の一部を助成します。

- ▶対象 65歳以上の単身世帯の人または高齢者のみの世帯の人、下肢または体幹機能障がい1・2級の人、内部障がい1級の人で寝たきりの状態のため理美容店へ行くことが困難な人
- ▶助成額 1回につき1,000円(技術料は全額自己負担)
- ▶利用回数 年12回まで(申請時期により異なります)

③ 救急医療情報キット配備事業

自宅での万が一の事態に備えるため、医療情報や緊急連絡先などを書いた用紙を専用の容器に入れて自宅に保管しておくためのキットを配布します。緊急時には、救急隊員がその情報を活用します。

- ▶対象 65歳以上の単身世帯の人または高齢者のみの世帯などの人、障害者手帳の交付を受けている人

④ 「食」の自立支援事業

自宅に栄養のバランスのとれた食事を届け、安否確認を行います。

- ▶対象 65歳以上の単身世帯または高齢者のみの世帯などで、老衰・心身の障がいおよび傷病などの理由により、定期的な見守りが必要で食事の確保が困難な世帯などの人
- ▶利用料金 実費相当分(業者や食事の種類により異なります)
- ▶利用回数 週3回まで(平日の昼食のみ)

6月1日～7日は水道週間

安全な水を未来へ

上水道課 (TEL 42-1512 FAX 42-1540)

水道は、市民の皆さんの暮らしを支える重要なライフラインです。このため、災害に強い水道を目指し、安全で安心な水を供給し続けなければなりません。

市では、人口の減少などによる給水収益の減少が見込まれる中、計画的に施設の耐震化や老朽化対策を行うとともに、安定給水のために施設の最適化に取り組んでいます。

● 管路の耐震化

地震など大規模な災害に対応するため、口径の大きいものや、災害時に重要な拠点となる病院などにつながる水道管を、国の補助金を活用し、優先的に耐震化を行っています。

● 老朽管の更新

市の水道事業は昭和26年に開始しており、これまで約70年間整備・拡張・更新を行ってきました。

水道管は、使用年数が40年を超えると老朽管と呼ばれ漏水発生の原因となることから、計画的に更新を進めています。

● 水質検査結果

令和5年度に行った水質検査では、市内の各水源地・配水場などにおいて、全て水質基準に適合していました。

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。



● 漏水調査

市内を4つの地域に分けて、水道管とそこから各メーターまでの引込管の漏水調査を各地域4年に1度行っています。

● 宅地内の水道施設の維持管理

原則、水道メーターから蛇口までの水道施設の維持管理は、建物の所有者が行う必要があります。そのため、この間で漏水などが発生した場合、建物の所有者が市指定の給水装置工事事業者へ依頼し、修理を行わなければなりません。修理について、市への連絡は不要です。

住宅の新築・増築や建て替え・解体などを行う場合は、市への申し込みが必要です。必ず市指定給水装置工事業者に依頼し、申し込みをしたうえで、工事を行ってください。

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。



水道メーターの取り換えにご協力を

水道事業では、法律で定められた有効期限(8年)が過ぎる前に、新しい水道メーターに取り換えています。

- **取り換え費用は?** 費用負担はありません。
- **取り換え日程は?** 事前に、はがきで取り換え日程をお知らせします。
- **作業時間はどのくらい?** 作業は20分ほどで終わりますが、その間水道の使用はできません。

市営住宅の入居者を募集

募集団地 下表のとおり

募集戸数 各団地1戸

入居日 8月1日(木)以降

申し込み 6月5日(水)～18日(火)・8:30～17:00(土・日曜日を除く、月曜日は19:00まで)に、申込用紙と必要書類を伊勢市営住宅等管理事務所(吹上2丁目8-23)へ

※申し込み多数の場合は抽選となります。

※契約の際に、緊急連絡先が必要です。

※募集戸数に満たなかった団地は、7月22日(月)～8月30日(金)に、先着順で受け付けます。

入居者を募集する市営住宅

【家賃月額：14,300円～43,600円(団地、部屋数および入居する世帯の所得により異なります)】

団地	建設年度	構造(注)	部屋数	階数
倭B団地(倭町)	昭和57	PC4階建	3DK	1階
倭隠岡団地(倭町)	昭和63	RC4階建	3DK	2階
一之木第2団地(一之木4丁目)	昭和60	PC3階建	3DK	2階
浦口団地(浦口4丁目)	平成6	RC3階建	3DK	1階
宮中横団地(浦口4丁目)	平成13	RC3階建	3DK	3階
高倉団地(二俣2丁目)	平成1	RC3階建	3DK	1階
二俣団地(二俣3丁目)	平成18	RC3階建	2DK	1階
竹ヶ鼻第1団地(竹ヶ鼻町)	平成7	RC4階建	3DK	2階

※全ての団地にお風呂があります。

※空調設備(エアコンなど)は設置していません。

※エレベーターは二俣団地にのみ設置しています。

※一之木第2団地に駐車場はありません。

※倭B団地・一之木第2団地には給湯器・シャワーはありません。(注) PC・コンクリート板プレハブ造り、RC・鉄筋コンクリート造り

住宅政策課 (TEL 21-5596 FAX 050-1704-1924)

伊勢市営住宅等管理事務所 (TEL 63-8379 FAX 63-8391)

申し込み資格 次の要件を全て満たす人

- 市内に住所または勤務先があり、住宅に困っている
- 市区町村税を完納している
- 本人および同居親族が暴力団員でない
- 収入基準月額が15万8,000円以下(就学前の子どもがいる世帯・高齢者世帯・障がい者世帯は月額21万4,000円以下)である

※他の要件もありますので、申し込み時に確認してください。

下記の市営住宅は6月5日(水)以降いつでも申し込みが可能

【家賃月額：9,200円～43,000円(団地、部屋数および入居する世帯の所得により異なります)】

団地	建設年度	構造(注)	部屋数	階数
万所団地(辻久留3丁目)	平成11	RC3階建	3DK	2階
相合団地(小俣町相合)	昭和46	PC2階建	2DK	1、2階

※全ての団地にお風呂があります。

※空調設備(エアコンなど)は設置していません。

※各団地ともエレベーターはありません。

※相合団地には駐車場、シャワーがありません。

※申し込みは、申込用紙と必要書類を直接住宅政策課へ提出してください。

※定期募集(左表)と重複して申し込むことはできません。

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



募集

花火大会エコボラン ティアを募集

観光振興課

(TEL) 21-55542 (FAX) 21-5651

とき 7月13日(土)、15時30分～22時

※荒天などで大会が延期になった場合は、延期します。

ところ 花火大会会場内(度会橋付近)

対象 ①親子枠：小学生以上の子どもとその親権者(就学前の子ども連れは不可)

②一般枠：高校生以上の健康な人(18歳未満の人は親権者の同意が必要)

内容 会場内のエコステーションでのごみ分別案内など

定員 100人程度

申し込み 6月30日(日)までに、申込書をファクスまたはEメールで同課 (FAX) 21-5651
1 hanabi@city.ise.mie.jp >

※申込書は、市のホームページに掲載しています。



※夕食と飲み物をお渡しします(報酬や交通費は支給しません)。

※ボランティア保険未加入者は同保険(保険料350円は自己負担)に加入していただきます。

※この活動はハローボランティア・ネットワークみえの協力で運営されています。

学校給食調理士を募集

教育総務課

中学校給食共同調理場

(TEL) 31-11155 (FAX) 36-3678

小学校給食の調理業務を行う調理士(会計年度任用職員)を募集しています。資格は不要です。

申し込み ハローワークを通じて申し込み

※詳しくは、市のホームページを確認するか、同課へお問い合わせください。

わせてください。



伊勢市民ダンス& 体操フェスティバル2024 出場団体を募集

スポーツ課

(TEL) 22-7895 (FAX) 23-8641

とき 10月27日(日)、12時30分～16時(予定)

ところ 県営サンアリーナ・サブアリーナ

内容 10人以上のチームで演技を発表(発表時間は原則5分以内で、種目の制限なし)

募集数 25団体(先着順)
料金 1人につき200円(保険代を含む)

※参加賞があります。

申し込み 7月20日(土)までに、申込書を郵送またはファクスで伊勢市レクリエーション協会・平沼さん(TEL) 51-610072 宮後2丁目16-23、

(TEL) 25-7867へ

※申込書は同課にあるほか、市のホームページに掲載しています。



大仏山公園 硬式テニス教室 参加者募集

大仏山公園管理事務所

(TEL) 23-6565

とき 6月17日(月)～8月21日(水)、①初級・中級コース：毎週月・水曜日、10時～12時、

②初心者コース：毎週火曜日、13時～14時30分

ところ 県営大仏山公園・テニスコート

参加費 各1万円(①②とも全8回分)

申し込み 6月12日(水)までに、電話で同事務所へ

※天候により期間が延長になる場合があります。

※受講開始後のキャンセルはできません。

講座

「広げようサポーターの輪」

認知症サポーター養成講座

福祉総合支援センターより

(TEL) 21-5611 (FAX) 63-5420

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」です。認知症につ

いて、また認知症の人やその家族への関わり方について、気軽に学びませんか。

とき 6月21日(金)、10時～11時30分

ところ 福祉総合支援センターより(健康福祉ステーション・7階)

※車でお越しの場合は2・3階の駐車場を利用してください。無料処理を行います。

対象 市内在住の人

内容 キャラバンメイトが、認知症への理解・認知症の人に接するときの心構え・社会資源などを分かりやすく伝えます。

※キャラバン・メイトは、認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法などを伝える講師役です。

定員 20人(先着順)

申し込み 6月3日(月)から、左の二次元コードよりオンライン申請、または電話・ファクスで同センターへ

※手話通訳・要約筆記が必要な人は、6月17日(月)までに同センターへ連絡してください。



人権啓発講座

人権政策課

(TEL) 21-5545 (FAX) 21-5555

保護者などを対象に、さまざまな人権問題の理解を旨として人権啓発講座を開催します。第1回となる今回のテーマは、子どもの人権です。
 とき 7月21日(日)、13時30分～15時45分
 講演 「こんな時子どもはステキに育つ」はぐくもう『自尊心』講師・園田雅春さん(元大阪教育大学教授)と
 ところ 御園公民館・2階講堂(御園総合支所併設)
 定員 10人程度(先着順)
 申し込み 住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またはファクス・Eメールで同課(jinken@city.ise.mie.jp)へ
 ※第2回以降は、10月6日(日)「性の多様性」・11月17日(日)「インターネットと人権」・令和7年1月19日(日)「障がい者の人権」を予定しています。詳しくは今後の「広報いせ」でお知らせします。

※各回単独の受講も可能です。



外国人への日本語学習支援者養成講座

市民交流課内

伊勢市国際交流協会

(TEL) 21-5549 (FAX) 21-5522

外国人への日本語学習支援について学べます。
 とき 第1回：6月15日(出)・第2回：6月29日(出)、各回ともに10時～15時(12時～13時は昼休憩)
 ところ いせ市民活動センター南館・2階

対象 日本語学習支援ボランティアに興味のある人・これから始めたい人・始めて間もない人

内容 第1回：日本語ボランティアの楽しさ・難しさ、いせ日本語教室紹介など、日本語文法(形容詞)
 第2回：日本語文法(動詞)など

※日本語文法とは、外国人に日本語学習支援をするための文法で、国語文法ではありません。
 講師 松岡知津子さん(三重大学国際交流センター准教授)
 定員 各回20人(先着順)
 申し込み 5月27日(月)～6月

12日(水)に、電話または同協会のホームページから

※オンライン(Zoom)での

視聴もできます。詳しくは同

協会のホームページをご覧ください。

ください。



甲種防火管理新規講習

消防本部予防課

(TEL) 25-1268 (FAX) 29-0134

防火管理者として必要な資格を取得するための消防法施行規則第2条の3で定める防火管理講習を実施します。
 とき 8月6日(火)・7日(水)
 ところ シンフォニアテクノロジーホール伊勢・大会議室

対象 各事業所で防火管理上必要な業務を適切に行うことのできる管理的または監督的な地位にある人

内容 防火管理の意義および制度、火気管理(火災の基礎知識、危険物の安全管理、地震対策を含む)、施設・設備の維持管理、防火管理に係る訓練・教育・防火管理に係る消防計画についての講習

※令和7年2月に本年度第2

回目を開催予定です。

定員 104人

料金 8000円

申込期間 1次募集：6月26日(水)～7月3日(水)、2次募集

：7月21日(日)・22日(月)

※1次募集で満席となった場合、

2次募集は実施しません。

申し込み 一般財団法人日本

防火・防災協会のホームページ

からオンライン申請、または

申請書をファクスで同協会

(FAX) 031627416977

へ

※申請書は同協会のホーム

ページに掲載しています。

ページに掲載しています。



令和6年度

消防設備士試験(前期)

消防本部予防課

(TEL) 25-1268 (FAX) 29-0134

試験種類

●甲種：特・1～5類

●乙種：1～7類

とき 7月28日(日)

ところ 高田短期大学(津市

一身田豊野195)

申込期間 6月6日(木)～17日

(月)(当日消印有効)



普通食

おかずのみ 570円(税込)

ご飯付き 620円(税込)

※安否確認致します!

※昼だけ、夕方だけでもOK!(週1回でもOK)

※土曜日・日曜日も配達致します。

※やわらか食・透析食・腎臓食などもあります

ライフデリ伊勢店 伊勢市小俣町元町18 ☎ 0596-63-7116

配達エリア 伊勢市(一部地域除く) 定休日/お正月3日

【「広報いせ」を見た!と言って頂ければ詳しく説明させていただきます】

有料広告



申し込み・問い合わせ先
 一般財団法人消防試験研究セン
 ター三重県支部 (TEL) 0599-
 2261-8930、(FAX) 0599-
 12251-6736

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

(TEL) 37-3121 (FAX) 37-4914

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

訓練科・訓練期間・定員など

下表のとおり

訓練場所 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。

※詳しくは、同センターへお問い合わせください。

※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。



入所月	訓練科名	定員	訓練期間	説明会日程	入所選考日
7月	ものづくりアシスト科 (短時間4カ月コース)	13人	7月3日(水)~ 10月25日(金)	6月3日(月)	6月7日(金)
	電気設備技術科 (ビジネススキル講習付)	5人	7月18日(木)~ 令和7年 2月13日(木)	6月3日(月)・10日 (月)・17日(月) のうち、いずれ かの日に参加し てください。	6月28日(金)
	住宅リフォーム技術科 (ビジネススキル講習付)	5人			

※入所選考後でも追加募集を行う場合がありますので、同センターへお問い合わせください。



伊勢からパリへ

第35回 日本パラ陸上

競技選手権大会

スポーツ課

(TEL) 22-7895 (FAX) 23-8641

パラ陸上競技における国内最高峰の大会が三重県初開催、伊勢の地で開催されます。肢体・まひ・視覚・知的など、さまざまな障がいのある選手が、その種類と程度によりクラス分けされたカテゴリーで、順位を競います。三重県からは8人の選手が参加します。

陸上競技は、わずかな差が勝敗を分け、熾烈な戦いが繰り広げられる競技です。パラ陸上では、身体能力だけでなく車いすや義足・義手といった用具を使いこなす選手のテクニックや、競技パートナー(ガイドランナーやアシスタント)と選手とのコンビネーションも見どころの一つです。

今大会はパリで開催されるパラリンピック日本代表選考会も兼ねています。伊勢からパリへ、選手の熱い戦いをぜひご覧ください。

このほか、当日会場ではインクルーシブスポーツ体験など、さまざまなイベントが行われます。

とき 6月8日(土)・9日(日)

ところ 三重交通Gスポーツの杜 伊勢・陸上競技場(県宮総合競技場)

認知症にやさしいまちづくり
オレンジカフェよりせい

福祉総合支援センターよりせい
(TEL) 21-5611 (FAX) 63-5420

認知症の人や家族同士が交

流し、ゆつたりとすごす場です。

とき 6月28日・7月26日・

8月23日(毎月第4金曜日)、
10時~11時30分

ところ 福祉総合支援センターよりせい・交流スペース
(Mitsumichi内健康福祉ステーション・7階)

対象 認知症の人やその家族

内容 保健師や認知症地域支援推進員と一緒に交流、認知症の相談

持ち物 飲み物など(必要な人)

申し込み 不要

※車でお越しの場合は2・3階の駐車を

料処理を行います。

電波のルールは必ず
守りましょう

総務省東海総合通信局
不法無線局の相談
(TEL) 052-971-9107

テレビ等の受信障害の相談
(TEL) 052-971-9648

電波の利用には原則、免許が必要
が不要です。無線機器を使用する際は、必ず「技適マーク」が

付いているか確認してください。

※詳しくは、同局へお問い合わせください。

2024年度 新年度入学ご案内

★現在新中3・新中2の部は、各校舎共調整中です。

ホームページ

エーススクール

検索



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

TEL (0596) 27-0236 (代)

小中学生の部

新中1・2・3 / 英語、数学、90分授業 / 理科、社会、国語、90分授業
中間、期末テスト対策、特別講義(無料)

¥13,200
/5教科(税込)

新小5・6 / 180分+特別講義
内容:90分授業週2回(算数・国語・英語)、特別講義(理科・社会)

¥9,900
/5教科(税込)

新小4 / 110分+特別講義
内容:110分授業週1回(算数・国語)、特別講義(理科・社会)

¥6,600
/4教科(税込)

有
料
広
告

三重県内男女共同参画連携
映画祭2024

「オレンジ・ランプ」上映会

市民交流課内・NPO男女共同参画れいんぼう伊勢

(TEL) 0800-69978-4186・

0800-69978-4187

(FAX) 21-55222)

とき 6月30日(日)、13時30分
～15時30分(開場は12時30分)
ところ ハートプラザみそ
の・多目的ホール

内容 若年性認知症と診断された39歳の主人公と妻が、元気の認知症の先輩たちに出会うことで「人生を諦めなくていい」気持ち、夫婦の世界が変わっていく。実話に基づく、希望と再生の物語。監督：三原光尋、出演：貴地谷しほり、和田正人ほか※敬称略

定員 230人(先着順)
申し込み 6月3日(月)・9時から、左の二次元コードよりオンライン申請、または電話でれいんぼう伊勢へ



© 2022「オレンジ・ランプ」製作委員会

※託児を希望する人は、6月20日(休)までにれいんぼう伊勢へ申し込んでください(生後4カ月以上の就学前の子どもで、定員5人、子ども1人につき500円)。

同時開催

・認知症情報コーナー
・フードドライブ(※)
※不要な食品・飲料・生理用品があれば提供をお願いします。詳しくはホームページをご覧ください。



ワンコイン響ライブ Vol.21
エレクティオンメドラム

シンフォニアテクノロジープール伊勢

(TEL) 28-5105 (FAX) 28-5106

エレクティオンとドラマが作り出す、新感覚な世界観で楽曲をお届けします!

とき 7月7日(日)、13時30分
ところ シンフォニアテクノ

ロジープール伊勢・大ホール
出演 坂口姫美伶さん(エレクティオン)、織戸理さん(ドラム)

料金 500円(全席自由)
前売り券の販売 6月7日

(金) 10時から、同館または村井楽器(株)伊勢店 (TEL) 22-11238) で受け付け
※詳しくは同館のホームページをご覧ください。

第42回環境学習会
どうなってるの私たち

伊勢リサイクルプラザ

(TEL) 38-2800 (FAX) 38-2800)

私たちにとって大切な環境について、学び合いませんか。
とき 6月29日(土)、13時30分
～15時

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・度会町在住または通勤している人

内容 「内陸部から海」こみを減らす講師・度会町職員、「清掃工場へ持ち込まれるごみの現状」講師・伊勢広域環境組合職員

定員 30人程度(当日先着順)
※事前申し込みは不要です。

伊勢アート・コラボレーション
竹取物語

シンフォニアテクノロジープール伊勢

(TEL) 28-5105 (FAX) 28-5106

舞踊・演劇・音楽など、多分野のアートが互いに影響を受けながら新しいアートを生み出すアートコラボレーションの特性を持つ創作舞台「竹取物語」(3部構成)の公演です。またプレ公演として「十五の夜」を行います。

竹取物語

とき 8月31日(土)、14時～(開場は13時30分)

ところ シンフォニアテクノロジープール伊勢・大ホール

内容 第1部：かぐや姫の誕生、第2部：貴公子たちの求婚、第3部：かぐや姫の昇天



竹取物語 チラシより

定員 1150人
料金 500円(全席自由)
高校生以下は無料

前売り券の販売 6月1日(土) 10時から、直接または電話で同館へ

十五の夜に

とき 6月2日(日)、14時～(開場は13時30分)

ところ シンフォニアテクノロジープール伊勢・大会議室

内容 串間太持さんによる一人芝居
定員 400人
料金 1000円(全席自由)
高校生以下は無料

前売り券の販売 5月24日(金) 10時から、直接または電話で同館へ
※詳しくは同館のホームページをご覧ください。

もったいない教室

伊勢リサイクルプラザ

(TEL) 38-2800 (FAX) 38-2800

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。

とき・内容・定員 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・度会町在住または通勤している人

参加費 各200円

※EMぼかし作りは、今年度3回まで無料です。

申し込み 各開催日の1カ月前から、電話で同プラザへ

※申込受付日は、月・金曜日まで

とき	内容	定員 (先着順)
7月7日(日)	パッチワークでティッシュカバー作り	9人
7月13日(土)	EMぼかし作り	15人
8月10日(土)	EMぼかし作り	15人
8月31日(土)	お薬手帳ケース作り	7人
9月1日(日)	布ぞうり作り	3人
9月7日(土)	新聞紙でちぎり絵作り	7人
9月14日(土)	EMぼかし作り	15人
9月29日(日)	カルトナー ^{de} 本作り	7人

※いずれも開始時間は10:00で、終了時間は教室によって異なります。

※都合により中止になる場合があります。

日(祝日・振替休日を除く) 9時30分~15時30分です。 ※持ち物など詳しくは、申し込み時にお知らせします。



おばた児童館まつり

小俣児童館

(TEL) 24-8412

とき 6月30日(日)、9時~12時 (チケット交換は11時30分まで)

ところ 小俣農村環境改善センター

対象 市内在住の人

内容 要チケット: 駄菓子・スライム・くじ引き・ポン菓子・プラバンづくり・魚すくい、無料: ゲームコーナー・地震体験

チケット販売 6月17日(月)~24日(日)(日曜日を除く)・10時~18時に、同館へ

※当日のチケット販売はありません。

※当日のチケット販売はありません。

お知らせ

第105回 高柳の夜店

商工労政課

(TEL) 21-5512 (FAX) 21-5651

伊勢高柳商店街振興組合

(TEL) 28-1101 (FAX) 22-4441

とき 6月1日(土)~7月6日(土)のうち、1・6・3・8のつく日、および期間中の毎週土曜日(計18回)

ところ 高柳商店街

内容 大型絵画の展示、各団体による太鼓やダンスの披露、近隣市町の伝統的行事や特産品などを紹介する市町の日、各学校の日など各種イベント
※内容は変更する場合があります。

教科書見本を展示

学校教育課

(TEL) 22-7881 (FAX) 23-8641

令和7年度は中学校の教科書が変わるため、今年度は教科書を選ぶ年になります。教科書見本を保護者や市民の皆さんにご覧いただき、ぜひご意見を聞かせてください。

展示・意見募集期間

いせトピア3階(教科書センター) : 6月14日(金)~28日(金)、9時~21時(17日(月)を除く)

小俣図書館1階 : 5月29日(水)~6月5日(水)、9時~19時(最終日は16時まで)(4日(火)を除く)

二見生涯学習センター1階 : 6月6日(木)~13日(木)、9時~21時(最終日は16時まで)(9日(日)・10日(月)を除く)

伊勢図書館2階 : 6月20日(木)~27日(木)、9時~19時(最終日は16時まで)(26日(水)を除く)

意見提出方法 会場にあるアンケート用紙に記入し、アンケート提出箱へ

※教科書センターには小中学校および高等学校の教科書見本を常設展示しています。期間外もいせトピア開館中は閲覧することができます。

伊勢市補助金 設置費用に50万円利用できます ※利用には条件があります。市役所様にお問合せ下さい

地震対策に耐震シェルターを設置しよう

減災寝室 ¥60万円~(税込)

0120-57-2535 扇光 株式会社

〒515-0505 三重県伊勢市西豊浜町1433

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100余年

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

0120(28)4531 藤原屋ホームページ http://fujiiwaraya-ise.jp

伊勢の畳屋

水防訓練を実施

維持課

(TEL) 21-5589

(FAX) 050-1704-1924

近年、想定を上回る降雨により水害が頻発しています。その被害を最小限に抑えるため、水防訓練を実施します。見学は自由です。

とき 6月2日(日)、9時30分～12時

※大雨などの警報が発令された場合、6月9日(日)に延期します。

ところ 宮川ラブリバー公園(宮川大橋下流付近)

内容 水防工法(越水防止工法)などの訓練

第72回

都市計画審議会

都市計画課

(TEL) 21-5591

(FAX) 050-1704-1924

市の都市計画について調査審議を行います。

とき 6月6日(木)、15時～

ところ 市役所本館・3階委員会室

内容 役員などの選出について、景観・土地利用届出などの件数について

※傍聴の受け付けは、当日14時30分から市役所本館・3階議会会議室で行います。傍聴希望者が多数の場合は、抽選を行います。

事業所脱炭素化支援補助金

環境課

(TEL) 21-5540 (FAX) 21-5522

事業所における脱炭素の取り組みを促進するため、中小企業者が実施する次の事業に対し、補助金を交付します。

対象事業

●温室効果ガス排出量算定

●省エネルギー診断の受診

●これらに付随して行う温室効果ガス削減目標の設定、省エネルギーのための設備更新の企画など

補助金額 補助対象経費の2分の1(千円未満切り捨て、上限20万円)

公有財産を売却

資産経営課

(TEL) 21-5526 (FAX) 21-5700

市が所有する公有財産(車両)をインターネットオークション「KSIインターネット公有財産売却」の一般競争

入札で売却します。

入札参加条件 一定の資格を満たす個人・法人(KSIのログインIDを取得する必要があります)

入札参加申込期間 5月24日(金)・13時～6月11日(火)・14時

入札期間 6月25日(火)・13時～7月2日(火)・13時

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。



農用地利用計画の変更(除外・編入)

農林水産課

(TEL) 21-5645 (FAX) 21-5651

次のとおり、農用地利用計画の変更の申し出を受け付けます。

受付期間 7月1日(月)～31日

(水) 農用地区域からの除外

次の要件を全て満たすこと。

●農用地区域外に代替できる土地がない

●農用地除外後、1年以内に農地を転用する具体的な計画とその必要性があり、かつ除外する土地の規模が適当である

●農用地区域の境界と除外し

ようとする農地が原則接しており、周辺の営農に支障を及ぼさない

●農地を除外することにより、認定農業者などの経営に支障を及ぼさない

●農業用排水路などの土地改良施設の機能に支障を及ぼさない

●土地基盤整備事業(区画整理・農業用排水設備など)が完了してから8年以上が経過している

農用地区域への編入

農用地区域への編入を希望する場合は、同課へ連絡してください。

申し出 農用地利用計画変更申出書と必要書類を直接同課へ

※申出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。



注意!

本市では、令和6・7年度に農業振興地域整備計画の全体見直しを行う予定です。この間、除外および編入の審査には通常よりも期間を要する見込み(1年半程度)です。

有料広告

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



伊勢駅前事務所【三重弁護士会所属】

弁護士法人

愛知総合法律事務所

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49名、税理士2名、司法書士2名、社労士2名在籍

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://www.aichisogo.or.jp/office/ise/ 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

障害者相談員

高齡・障がい福祉課

(TEL) 21-55558 (FAX) 20-85555

障がいのある人の生活を支援するため、障害者相談員が市などの関係機関と連携し、障がいのある人やその家族からの相談に応じています。

障害者相談員

	氏名 (敬称略)	連絡先		
		電話	ファクス	
身体障害者 相談員	肢体	齋藤 茂	090-5603-9071	—
		清原 もと代	25-3227	—
	視覚	鈴木 守	24-0870	—
		聴覚	大屋 真理子	—
知的障害者 相談員	小林 えり子	22-2027	—	
	尾野 博美	36-0532	—	

また、障がい者地域相談支援センターでは、障がいの種別や年齢にかかわらず相談支援を行っています。

※障がい者地域相談支援センターについて詳しくは、市のホームページをご覧ください。



障害者就労施設などからの物品などの調達方針

高齡・障がい福祉課

(TEL) 21-55558 (FAX) 20-85555

「国等による障害者就労施設等からの物品等の調達の推進等に関する法律」に基づき、令和6年度の伊勢市の調達方針を定めました。

この方針は、障がい者就労施設などからの物品などの調達の推進を図るため、その目標額などを定めたものです。※調達方針の全文など詳しくは、市のホームページに掲載しています。

調達する物品などの目標額

種別	調達品目など	調達目標額
物品	イベント・キャンペーンなどでの啓発物品など	63万円
役務	清掃作業、除草作業、軽作業(郵便物の封入、ラベル貼り、袋詰めなど)、回収業務など	6,017万円

6月2日(日)～8日(土)は危険物安全週間

消防本部 予防課

(TEL) 25-1263 (FAX) 29-10134

ガソリンは消防法上における危険物であり、ガソリンを携行缶で購入する際に取り扱いを誤ると火災や爆発などの重大事故につながる恐れがあります。取り扱いには細心の注意を払いましょう。

●消防法令の基準に適合した携行缶を使用しましょう。

●利用者自らガソリンを携行缶に入れることは禁止されています。

●本人確認・使用目的確認が義務付けられていますので、ご協力をお願いします。

令和6年度分所得(課税)証明書などの発行

課税課 税務係

(TEL) 21-55530 (FAX) 21-55555

6月3日(月)から、令和6年度分の市・県民税に係る所得(課税)証明書などの発行が可能となります。発行を希望する人は、同係・3総合支所生活福祉課・9支所窓口、ま

たは郵送・市のホームページからオンラインで申請してください。

また、伊勢市に住民登録があり、利用者証明用電子証明書を搭載したマイナンバーカードを持っている人は、コンビニなどに設置されているマルチコピー機でも取得できます(コンビニでは、6月1日(土)から、令和6年度分の証明書が取得できます)。ただし、収入がないなどの理由で税情報がない場合は、コンビニでの発行はできません。※申請方法など詳しくは、市のホームページをご覧ください。



4月1日から令和7年3月31日まで、コンビニ交付サービスの手数料を100円減額しています。便利でお得なコンビニ交付サービスをぜひご利用してください。



有料広告

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



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
¥7,700 (税込)

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
¥7,700 (税込)

お困り事、お任せください!

お片付け

お家や店舗
工場・納屋など
整理整頓します!

**遺品整理
不用品回収**

伊勢のみなさん!
私がお伺いします!

通話無料 **0120-499-328**

携帯からは **090-4086-9776**

カメシタ三重

三重県伊勢市二見町西1131
株式会社オアシス・サービス

遺品整理士：地区統括会員認定第 ISO9415 号
遺品査定士：不正防止特別会員認定第 AMO1631 号
事件現場特殊清掃士：地区統括会員認定第 CSC02053 号

**市・県民税
納税通知書を送付**

課税課 市民税係

(TEL) 21-55534 (FAX) 21-55535

市・県民税の納税通知書を6月中旬に送付します。なお特別徴収（給与天引き）の方法で納付する人には、会社などへ5月中に通知書を送付しており、会社などから納税者へ配布されます。

市・県民税の申告はお済みですか？

所得税の確定申告が必要ない場合でも、源泉徴収票に記載されていない控除（医療費控除など）があれば、市・県民税申告をすることで税額が軽減される場合がありますので、申告をしてください。

例
○公的年金の収入が400万円以下で確定申告をする必

要がない人

○年末調整により所得税が0円であっても市・県民税がかかる人

申告書は、市のホームページ内の「住民税試算システム」で作成することができます。作成した申告書は印刷し、氏名などを記入して、関係書類とともに同係へ提出してください。なお、申告データを電子メールなどで提出することはできません。



定額減税を実施

物価高に賃金上昇が追い付いていない現状に対し、令和6年度の市・県民税に定額減税を実施します。対象となるのは、令和6年度の個人住民税所得割が課税される人です。減税額は、1万円×（納税義務者本人+扶養親族数）

で計算します。令和5年中の合計所得金額が1805万円以下（給与収入2000万円以下に相当）である必要があります。外国人居住者は扶養親族の算定対象から除きます。定額減税の概要については、内閣官房のホームページ「新たな経済に向けた給付金・定額減税一体措置」をご覧ください。

所得税の定額減税については、国税庁のホームページ「定額減税特設サイト」をご覧ください。

同様の手続きは、3総合支所・9支所でも利用できます。また、仕事などで来庁できない人はオンラインでの手続きも可能ですので、利用してください。

※詳しくは市のホームページをご覧ください。

※全ての手続きがお悔やみコーナーで完結するものではありません。

※詳しくは市のホームページをご覧ください。

※全ての手続きがお悔やみコーナーで完結するものではありません。

※詳しくは市のホームページをご覧ください。



お悔みコーナーの利用

医療保険課 福祉医療係

(TEL) 63-90035 (FAX) 20-18555

家族が亡くなられた場合、さまざまな手続きが必要になります。遺族の負担を軽減するため、「お悔やみコーナー」では一括して手続きを行うことができます。

同様の手続きは、3総合支所・9支所でも利用できます。また、仕事などで来庁できない人はオンラインでの手続きも可能ですので、利用してください。

※詳しくは市のホームページをご覧ください。

※全ての手続きがお悔やみコーナーで完結するものではありません。

※詳しくは市のホームページをご覧ください。



焼肉 けんちゃん

ランチがお得!!

若どりランチ.....693円
Aセット.....990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.....1,540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.....1,870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 (L013:45) / 17:00~21:30 (L020:30) 定休：水曜日

弁護士法人 心

相談料0円 (相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金・過払い金・借金 以外は初回30分程度)

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

松阪駅1分 津駅0.5分

平日9時~21時・土日祝9時~18時受付 (12/31~1/8は除く、大型連休中の休業もご留意ください)

0120-272-782

詳細は→ <https://www.kokoro.law>

有料広告

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料 納入通知書を送付

・国民健康保険料について

・医療保険課 国民健康保険料係

(TEL) 21-5555-1 (FAX) 20-8555-5

・後期高齢者医療保険料について

・医療保険課 後期高齢者医療係

(TEL) 21-5555-2 (FAX) 20-8555-5

・介護保険課

(TEL) 21-5556-4 (FAX) 20-8555-5

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納入通知書を、次のとおり送付します。

国民健康保険料

送付時期 6月中旬(世帯主宛て)

※倒産・解雇・雇止めなどにより離職した人は、国民健康保険料が軽減される場合があります。

※令和5年11月以降に出生した人、または出産予定の人

は、国民健康保険料が軽減されます(届出が必要です)。

国民健康保険料の制度改正

◆賦課限度額の変更

1世帯当たりの支援金分の賦課限度額が変更となります。

医療分と介護分に変更はありません。

・支援金分: 22万円 ↓ 24万円
 ◇保険料の軽減判定額の拡大
 2割軽減と5割軽減の判定所得の基準を改め、保険料軽減を拡大します。前年中の所得の申告がないと対象世帯であっても保険料が軽減されませんので、所得がなかった場合でも申告をお願いします。
後期高齢者医療保険料
送付時期 7月中旬(本人宛て)
 ※保険料算定のために所得の申告が必要な人(被保険者とその世帯主)には、6月上旬に申告書を送付します。
 ※1人当たりの賦課限度額が変更になります。
 ※低所得者の保険料について軽減措置があります。
介護保険料
送付時期 6月中旬(本人宛て)
 ※低所得者の保険料について軽減措置があります。
共通
 納入通知書には、普通徴収(納付書払い・口座振替)の人は年間の保険料額が、特別徴収(年金天引き)の人は年間の保険料額・天引きされる対象年金の種類・天引き額が、また仮徴収額に変更があった場合はその変更額などが記載

されています。
 ※10月から特別徴収になる人は、納入通知書に特別徴収の内容が記載されています。
 保険料の支払いが困難な場合は相談を
 保険料の滞納が続くと、医療費・介護サービス費用がいったん全額自己負担になるなど給付制限を受ける場合があります。納付が困難な場合は、各担当課へ相談してください。

「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!

※政治活動また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

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
 (TEL) 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。
6/1～30 伊勢の歴史探訪～追憶の離宮院～(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。(月2回(1日・16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～
 ※市議会放送・特別番組放送時を除く。
市議会放送
 市議会6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、議会議務局(TEL) 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 (TEL) 0120-222-505 (FAX) 050-3156-7279

特別番組 めざせ!! 甲子園2024 (30分番組)
 8月、阪神甲子園球場で開幕する全国高校野球選手権大会。全国大会に向け練習に励む、伊勢志摩地域の10の硬式高校野球部にスポットを当て、各校の甲子園を目指す意気込みなどを伝えます。
6/22～28 明野・伊勢・伊勢工・宇治山田・宇治山田商
6/29～7/5 英心・皇學館・鳥羽・南伊勢・水産
放送時間 8時30分・14時30分・18時30分・22時30分～
 ※放送内容は変更になる場合があります。
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・14時に放送します。
カトビ (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再放送します。
放送時間 14時30分・23時35分～

お木曳の記憶
 ～平成18年 第一次お木曳行事～(14分番組)
 神宮式年遷宮で使う御用材を外宮・内宮へ運ぶ行事「お木曳」。平成18年に行われた第一次お木曳行事、全奉曳団の模様を再放送します。
6/1～ 二見町西奉曳団
6/8～ 二見町今一色奉曳団
6/16～ 二見町荘奉曳団
6/24～ 小侯町奉曳団・小侯分団
放送時間 8時30分・14時44分・23時46分～
企画番組 (1日・8日・16日・24日に内容更新)
6/1～ 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
6/8～ 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① ほか
6/16～ ぐるぐるグルメ・皇學館大学 大学生テレビ局 ほか
6/24～ 紡ぐ～美し国の技～、特別番組「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。

6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(TEL)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〕(TEL)21-5717

【認定司法書士による多重債務相談】

時 6月20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 6月3日(月)の9:00以降、伊勢市消費生活センター(TEL)21-5717へ電話

交通事故

時 6月19日(水)、13:00～
所 広報広聴課(TEL)21-5515
定 4人(先着順)
申 6月13日(木)・17:00までに、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)(TEL)059-224-2201

空家

空家に関する困りごとなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 住宅政策課(TEL)21-5597

登記

時 6月11日(火)、13:00～
所 広報広聴課(TEL)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 6月6日(木)、13:30～
所 広報広聴課(TEL)21-5515
定 2人(先着順)
申 6月5日(水)・16:00までに、広報広聴課へ電話または来所

時 月～金曜日、9:00～17:00
所 伊勢公証役場(岩淵2丁目5-1 伊勢駅前三交ビル・5階)(TEL)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 6月18日(火)、13:00～
所 広報広聴課(TEL)21-5515
申 相談日当日の13:00～15:00に、広報広聴課へ来所

時 6月25日(火)、13:00～
所 小俣総合支所生活福祉課(TEL)22-7858
申 相談日当日の13:00～15:00に、小俣総合支所生活福祉課へ来所

※偶数月の第4火曜日(祝日の場合は翌日)は小俣総合支所で、奇数月の第2火曜日(祝日の場合は翌日)は二見総合支所で開催します。

人権

時 6月13日(木)、13:00～
所 広報広聴課(TEL)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(TEL)28-6158

小中学生

子育てでの悩みや不安、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〕(TEL)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

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、11:00～16:00
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(TEL)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・1階〕(TEL)22-7894

生活に困っている人

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・2階〕(TEL)63-5224

働きづらさを抱えた人

さまざまな理由で、働きづらさを抱えた人の相談・支援など

時 月・火・木・金曜日、10:00～16:00
所 いせ就労チャレンジ☆カフェ〔本町5-3浦田ビル・2階〕(TEL)65-6114

福祉の総合相談

日常生活での困りごとなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
※月曜日のみ、19:00まで
所 福祉総合支援センターよりせい〔MiraiSE内健康福祉ステーション・7階〕(TEL)21-5583

高齢者

介護や認知症・福祉の相談など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 東地域包括支援センター(TEL)44-1165
五十鈴地域包括支援センター(TEL)20-5500
北地域包括支援センター(TEL)65-5070
中部地域包括支援センター(TEL)27-2424
南地域包括支援センター(TEL)21-0080
西地域包括支援センター(TEL)20-5055

障がい者・障がい児

日常生活やサービスの利用相談など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 障がい者地域相談支援センター〔福祉健康センター・2階〕(TEL)21-1130、(FAX)27-2412

家庭児童・女性

児童虐待・DV・ヤングケアラー・いじめなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
※月曜日のみ、19:00まで
所 福祉総合支援センターよりせい〔MiraiSE内健康福祉ステーション・7階〕(TEL)21-5709

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・2階〕(TEL)21-1122、(FAX)27-2412

ひきこもり

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市ひきこもり地域支援センターつむぎ〔福祉健康センター・2階〕(TEL)63-5670

出張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 6月20日(木)、13:30～15:30
所 浜郷コミュニティセンター(浜郷支所内)
問 社会福祉協議会地域福祉課(TEL)63-5334

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。

R E I W A n o O K I H I K I

伊勢御遷宮委員会事務局 (伊勢商工会議所・5階) (TEL) 25-5215 (FAX) 63-5339

受け継ぐ、伊勢の伝統・文化財

令和のお木曳

第一回

「お木曳」が始まる。

その言葉に伊勢で生まれ育ち、伊勢で暮らす多くの皆さんはその日が近づくにつれ、心躍るのではないのでしょうか。令和8・9年の各団のお木曳に向けて、本格的な準備が始まっています。

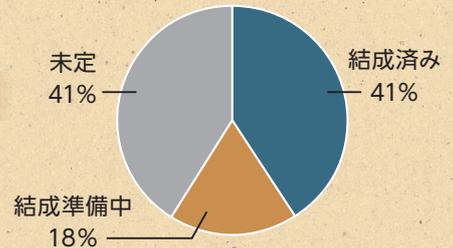
詳しくは伊勢御遷宮委員会事務局のホームページをご覧ください



団の結成・準備が進行中!

現在、48の団が結成済み・結成準備中です(令和6年2月末現在)。貴重な機会に向けて、各地域が一体となって、準備が進んでいきます。

団の結成状況 (令和6年2月末現在)



お木曳までのスケジュール



この日までに団を結成

令和7年2月11日(予定)

令和8年

令和9年

各団の結成

※なるべく早めに

奉曳団
連合会
結成式

お木曳の準備

木やりの練習、
車・備品の確認など

お木曳
第一次

お木曳の準備

第一次の教訓を
基に準備

お木曳
第二次

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

Webでも相談できます。方法など詳しくは、市のホームページを確認してください。

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 TEL 27-2435

*本サービスは、民間業者に委託して運営しています。

人の動き (4月末) 総人口 119,634人 (-72人) 世帯数 56,355世帯 (+110世帯)

男性 56,730人 (-37人) 女性 62,904人 (-35人)

広報いせ 第369号

発行日/令和6年6月1日
発行/伊勢市
編集/情報戦略局 広報広聴課
印刷/株式会社アイブレーション

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
TEL) 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(TEL) 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・雑紙として分別してください。

UD FONT by MORISAWA
見やすいデザインの世界を使用しています。

本紙以外からも伊勢市の情報を配信中!
登録はコチラから!
Facebook
X (旧Twitter)
LINE
YouTube