

伊勢市の情報をお届けします



広報

いせ

Ise City



市の鳥
インヒヨドリ

令和6年
(2024年)

7月1日号

No.371



生活を支え、未来をつくる！

特集

伊勢市役所の 仕事



Topics

- チャイルドシートのレンタルを始めます …… P7
- 小学生のみんな！あつまれ！！ …… P8
- 第72回伊勢神宮奉納全国花火大会 …… P12・13
- 令和のお木曳 …… P15
- 健康なんでも相談室 …… P18



生活を支え、未来をつくる！



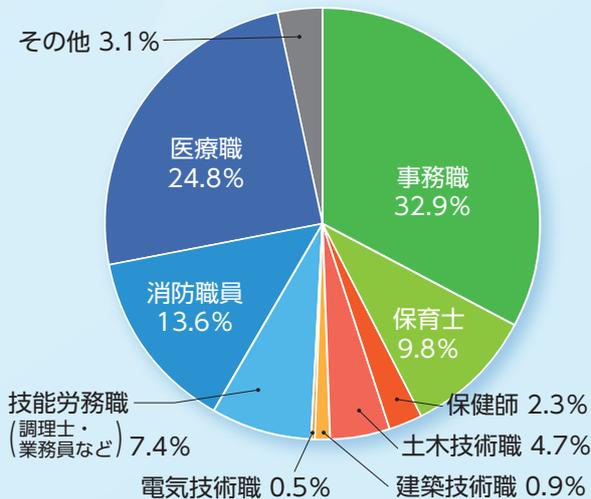
伊勢市役所の仕事



職員課 (TEL 21-5505 FAX 21-5522)

市役所では、市民の皆さんの生活に深く関わる仕事を行っています。
その仕事を円滑に進めるため、さまざまな部署があり、
各部署で職員が担当の業務を行っています。

職種別職員割合



伊勢市役所では、令和6年4月1日現在で、消防や病院を含め1,527人(正規職員)の職員が働いています。

事務職をはじめ、さまざまな職種がありますが、どのような仕事を行っているかご存じでしょうか？今回は皆さんに市役所の仕事を身近に感じてもらうため、事務職、保育士、保健師、土木技術職の若手職員が、その思いとともに仕事について紹介します！

いろいろな分野の仕事から、
4つの職種に携わる職員の思いを紹介します！

Interview 01

事務職

2015年入庁
情報戦略局 広報広聴課 奥野さん



情報が伝わったと実感できることが、やりがいにつながっています

広報いせの特集記事やケーブルテレビの行政放送などを担当しています。情報を分かりやすく、正しく伝えることの難しさや責任を感じますが、完成したのに対し、市民の方から「良かったよ」と言ってもらえたときはうれしいですね。行政のカたい情報をどのように分かりやすくお伝えするか、日々探求していますが、このように情報が「伝わった」と実感できることが大きなやりがいにつながっています。

何気ない会話からアイデアが生まれる！周りをうまく巻き込み、より良い仕事につなげる

仕事で行き詰まりそうなときは、一人で抱え込まずに周りに頼ることを意識しています。相談をすると一緒になって考えてくれますし、解決に向けた意見を出してくれます。周りをうまく巻き込むことでより良い仕事につながると思いますし、何気ない話の中からアイデアが生まれることもあるため、会話を大切にしています。



Interview 02

保育士

2015年入庁
しごうこども園 松村さん



**昨日できなかったことが今日できた！
子どもたちの成長を間近で見られる喜びがあります**

子どもが好きで、保育士を目指しました。今年度は1歳児クラスの担任をしていて、一人一人と丁寧に向き合うという姿勢で関わっています。仕事は、食事や排せつなど生活習慣の自立への関わりや、遊びを通して社会性を育むといった保育のほか、行事や子どもたちが工作する題材の準備などがあります。行事を終えた後や、一年を振り返った時に、ぐっと成長した子どもたちの姿を見られるのがこの仕事の魅力です。

大事にしているのはコミュニケーション。他の先生たちの経験談も参考にできる

保護者の方とは、送り迎えのときや連絡ノートの中で、園での様子を伝えたり、子育てへの不安や悩みを聞いたり、こまめにコミュニケーションを取って子どもと一緒に育てていくことを意識しています。私自身が仕事で悩んだ時には、先輩にすぐ相談するようにしています。定期的に異動があるので、たくさんの先生と出会え、保育の経験や工夫を学べるのも魅力です。



Interview 03

保健師

2016年入庁
健康福祉部 健康課 牧さん

幅広い年代の健康課題にアプローチ。心の距離が近い仕事です

保健師は妊婦から高齢者まで幅広い年代の健康課題にアプローチする仕事です。私は、母子健康手帳の発行やお子さんの健康診査、子育ての相談など、母子の健康に関することを担当しています。お子さんが生まれたお家に訪問して、保護者の方と成長を確認したり相談を受けたりして、一緒にお子さんの成長を見守っています。そのように、市民の方と近い距離感で関わることが保健師ならではの魅力です。

相手の価値観や気持ちに寄り添って、不安を和らげる

一番大切にしていることは相手の価値観や気持ちに寄り添うことです。育児への不安について、何度か電話相談を受けた方に「一度お家でお話しませんか」と提案したことがありました。ご自宅でじっくりお話をすることで、リラックスして話される様子を見て、不安を少しでも和らげることができたと感じました。この瞬間が保健師をやっていて良かったと感じるときです。



Interview 04

土木技術職

2018年入庁
都市整備部 基盤整備課 中西さん

形に残り、地図に載る。地元貢献ができ、大きな達成感を味わえる

道路や公園の整備を担当しており、工事の設計や発注、経費の積算などの仕事をしています。地図に載ることや形に残ることに魅力を感じ入庁しましたが、完成までには想像以上に調整業務が多いことに驚きました。調整に苦労することもあります。やっぱり自分が関わった道路や公園が利用されているところを見ると、達成感がありやりがいを感じます。「地元貢献」できるのが市役所で働く魅力だと思います。

職員と市民の両方の視点をバランスよく持って仕事に取り組む

公務員という公平な立場でありつつも、利用者の立場で考えることを大切にしています。市営大仏山公園のリニューアル工事では、地元の小学生のアイデアを取り入れ、また、子どもたちが公園づくりに触れて実感してもらうために工事見学会を行いました。公園づくりを通じて、子どもたちが土木の仕事に興味を持ってもらえたことは、公園が利用されることと同じくらいうれしかったですね。



若手職員に聞きました！

これからの伊勢市役所の仕事



一仕事を進める中で意識していきたいことはありますか？一

奥野：入庁したての頃は、周りのサポートを受けながらいろんなチャレンジをさせてもらいました。小さな成功を積み重ねていくことが自信につながっていくと思います。職員同士で助け合いながら、成功を重ねていける職場にしたいと思いますね。

中西：助け合いは大事ですよ。私も市営大仏山公園を整備したとき、子どもたちに出前授業をしたり、オープニングイベントではインクルーシブスポーツ体験を実施したりするため、教育部署と協力して進めていきました。他の部署と協力することでより良いものができましたし、継続していきたいと感じました！

松村：リニューアルした公園は、子どもたちにも人気ですよ！保育

園で子どもたちは、生活習慣を身に付けたり、遊びの中で友達と関わることで人間関係を学んだりするなど、人生の大切な時期を過ごしています。一人一人の育ちを見据えてより深く理解し、丁寧に関わっていききたいですね。

牧：保健師もお子さんを含めさまざまな世代の健康に関する相談を受けるため、一人で判断することが難しい場面があります。その時には職員で集まって相談するのですが、うまくコミュニケーションをとり、いろんな視点からの意見を取り入れて対応できればいいなと思います。

一では、これから伊勢市をどんなまちにしていき、それに向けてどんな仕事をしていきたいですか？一

松村：これからも、子どもが安心して園で生活でき、保護者の方も

安心してお子さんを預けられる場にしていきたいです。子どもたちと一緒にいろいろな経験を積み重ねながら、活気と人間力のある子に育てていきたいと思います！

中西：「安全安心で暮らしやすいまちづくり」を目指したい、これに尽きます！100点の答えを出すことは難しいですが、市民の目線と市職員の目線をバランスよく持って、伊勢のまちをもっと良くしていきたいですね。

牧：幅広い年代の方々が健やかに過ごせるよう、保健師の価値観を押し付けるのではなく相手がどうしたいのかを聞きながら、一緒になって考えていくことが理想だと思います。一人一人の生活や価値観に寄り添える職員になりたいですね。

奥野：安心してお子さんを預けられたり、相談ができたり、住むことができたりと、当たり前のように安心して生活できる環境を作り続けていきたいですね！そういったまちだと感じてもらえるようにしたいです！

職員採用のご案内

あなたも伊勢市役所で一緒に働きませんか？

職員採用の募集スケジュールや例年の流れについては、市のホームページに掲載しています。少しでも興味のある人は、ぜひご覧ください！

伊勢市 職員採用 検索 🔍



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。



パパとママの教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

- とき** 7月28日(日)、①9:00～10:00 ②10:30～11:30
- 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** 8月5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、抱っこ紐と説明書(使い方を確認したい人)

申し込み 7月1日(月)・8:30から、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。

離乳食教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

- とき** ①7月19日(金)・②7月26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** ①市内在住の乳児(生後7～11カ月)の保護者
②市内在住の乳児(生後4～6カ月)の保護者
- 内容** ①離乳食(後期～完了期)の話・試食
②離乳食(初期～中期)の話・試食

定員 ①②各15人(先着順)

持ち物 筆記用具

申し込み 7月1日(月)・8:30～開催日前日の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



ママ安心サポートいせ

マタニティママの教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

子育てが楽しく・安心してスタートできるよう、保健師・助産師とおしゃべりしながら、一緒に出産に向けての準備をしましょう。

- とき** 7月22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** 市内在住の初妊婦
- 内容** ミニ講話「赤ちゃんを迎える準備について(育児用品や授乳のことなど)」、交流会

定員 5人程度(先着順)

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



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～	ママ☆ほっとテラス (健康福祉ステーション・6階)	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・産後のママの交流会)	毎月第2～4 木曜日(*) ① 10:00～11:00 ② 11:00～12:00	二見老人福祉センター	
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)	7月 2日(火) 9:30～11:00 7月 9日(火) 9:30～11:00 13:00～14:30 7月23日(火) 9:30～11:00 13:00～14:30	中央保健センター (健康福祉ステーション・5階) 小保保健センター	
受け付けは7月1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)〕	7月18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)	
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)

7月1日(月)から!

子育て応援課 (TEL 21-5561 FAX 21-5555)

チャイルドシートのレンタルを始めます

家庭の負担を軽減し、家族での子育てを支援するため、一時的に子どもを預かるときや家族の帰省時などに便利な、チャイルドシートのレンタルを始めます。

申込開始日 7月1日(月)

貸出窓口 NPO法人 三重みなみ子どもネットワーク(岩淵2丁目3-13、TEL 28-5692)
〔月～金曜日、9:00～17:00(祝日、振替休日、年末年始を除く)〕

貸出期間 1回につき2週間まで(乳幼児用5台、幼児用5台)

対象 市内在住で普通自動車運転免許がある、使用児童の3親等以内の親族(父母を除く)

内容 一時的にチャイルドシートを必要とする子どもの家族に、チャイルドシートを貸し出し(取り付けが簡単なISOFIX方式)

料金 1台1,000円

申し込み 7月1日(月)から右の二次元コードよりオンライン申請、または直接・電話で貸出窓口(TEL 28-5692)へ

※チャイルドシートは、安全かつ適正に利用してください。

※期限までに返却できない場合は、延滞料金がかかります。

※利用者の過失による事故などで発生した損害にかかる賠償は、利用者の責任となります。



夏休み親子リサイクル教室

参加費
無料

伊勢リサイクルプラザ
(TEL・FAX 38-2800)

参加者募集

夏休み親子リサイクル教室日程

とき	教室名	定員(先着順)
7月20日(土)	夏休み自由研究アドバイス (ダンボールコンポスト作り)	7組
7月21日(日)	ペットボトルでミニ水族館作り	10組
7月27日(土)	廃食油でキャンドル・石けん作り	10組
7月28日(日)	ペットボトルで万華鏡作り	7組
8月 3日(土)	新聞紙でちぎり絵作り	7組
8月 4日(日)	浴衣の着付け	5組
8月11日(祝)	牛乳パックでペン立て作り	10組
8月18日(日)	ペットボトルでミニ水族館作り	10組
8月24日(土)	EM石けん作りとごみ分別の話	7組
8月25日(日)	牛乳パックでブンブンごま・キューブ作り	10組

夏休み親子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 左表のとおり、10:00～12:00

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、度会町在住の小学生と保護者
※子どものみの参加はできません。

申し込み 7月10日(火)から電話で同プラザへ(土・日曜日、祝日を除く)
9:30～15:30
※詳しくは申し込み時にお知らせします。

※都合により、中止になる場合があります。

伊勢地区医師会 准看護学校

生徒募集

幅広い年代が在籍(10代～50代)

正看護師への道も開ける

【過去10年実績】

准看護師資格試験合格率 100%

就職率 100%



働きながら2年間で資格が取れる県内唯一の学校!

8月8日(木)オープンキャンパス(13:30～15:00頃) 詳細はHPをごらんください。

<https://ise-med.or.jp>

伊勢市勢田町613-12
Tel. (0596) 24-8228

有
料
広
告



小学生のみんな! あつまれ!!

参加
無料

親子で学ぶ!

エネルギーの創・蓄・省と工作教室

～環境にやさしいランタンづくり～

環境課 (TEL 21-5540 FAX 21-5522)

ソーラーライトの工作キットを組み立てながら、暮らしの中のエネルギーや太陽光発電の仕組み、LEDについて学び、環境意識を高めます。

と き 7月27日(土)、10:00～12:00

ところ 二見老人福祉センター・集会室

内容 太陽光発電・LEDなどについての学習、ソーラーライト工作

講師 パナソニック株式会社エレクトリックワークス社 社員

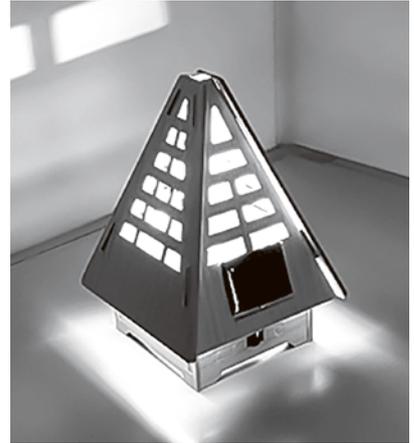
対象 市内在住の小学4～6年生とその保護者

※保護者は児童1人に対し2人まで。

定員 20組(先着順)

持ち物 筆記用具

申し込み 7月1日(月)・12:00～19日(金)に、右の二次元コードからオンライン申請



企業&大学連携講座

電気とお菓子で 親子の絆を深めよう!

社会教育課 (TEL 22-7886 FAX 23-8641)

親子で参加し、夏休みの自由研究に役立つ楽しいイベントを開催します。

と き 8月6日(火)、9:30～12:00

ところ IXホールディングス株式会社(株式会社マヌヤ)
(集合場所…小俣図書館駐車場)

対象 市内在住の小学生とその保護者

※1人の保護者に対して、子どもは何人も参加しても構いません。

内容 賢い電気の使い方・停電情報お知らせサービス(中部電力パワーグリッド株式会社)、モーターを作って動かしてみよう!(三重大学研究・社会連携統括本部URA室)、工場見学(IXホールディングス株式会社)

定員 40人

※申し込み多数の場合は7月17日(水)、14:00から小俣公民館・1階で抽選を行い、その様子を公開します。

申し込み 7月1日(月)～15日(祝)に、右の二次元コードからオンライン申請

※抽選結果は、7月19日(金)までに応募者全員にEメールでお知らせします。



伊勢市青少年育成市民会議講座

家事で子どもの生きる力を育む ～洗濯たたみ編～

社会教育課 (TEL 22-7886 FAX 23-8641)

子どもの生きる力を育み、親子の絆を深める「お手伝い」について、学びます。

と き 7月28日(日)、10:00～12:00

ところ いせトピア・3階 研修室

対象 小学1～4年生とその保護者

内容 ・家事やお手伝い、自立の大切さと意義について
・洗濯たたみの具体的な方法の学習と実践

講師 桑井 龍三さん
(桑井塾 塾長)

定員 30組程度

※申し込み多数の場合は7月17日(水)、14:00から小俣公民館・1階で抽選を行い、その様子を公開します。

持ち物 タオル(40cm×110cm程度)、半袖Tシャツ、靴下、ズボンまたはスカート、筆記用具

申し込み 7月1日(月)～15日(祝)に、右の二次元コードからオンライン申請

※抽選結果は、7月19日(金)までに応募者全員にEメールでお知らせします。



8月1日(木)から保険証が変わります!!

74歳までの人へ

国民健康保険

医療保険課 国民健康保険給付係
(TEL) 21-5646 (FAX) 20-8555

新しい保険証の受け取り方法

現在お持ちの保険証の有効期限は7月31日(水)です。7月下旬に、新しい保険証を簡易書留で送付します。
※手渡しによる交付を希望する人は、7月3日(水)までに、医療保険課または3総合支所生活福祉課・9支所へ申請してください。【7月10日(水)以降交付】
※特別な事情もなく保険料(税)を滞納している世帯には、医療費が全額自己負担となる「資格証明書」を交付します。

退職・就職したら届け出が必要です

会社などを退職・就職した場合、14日以内に国民健康保険への加入や脱退の届け出が必要です。届け出が遅れると、資格取得日へさかのぼって保険料を納める必要があります。さらに、その間の保険給付が受けられない場合があります。また、資格を喪失しているにも関わらず、保険証を使うと、後で医療費を全額負担しなければならない場合があります。

特定疾病療養受療証

- 70~74歳の人…受療証の有効期限はありません。引き続き現在の受療証を使用してください。
- 70歳未満の人…現在お持ちの受療証の有効期限は7月31日(水)です。7月下旬に新しい受療証を送付します。

限度額適用認定証(※1)・標準負担額減額認定証(※2)

現在お持ちの認定証の有効期限は7月31日(水)です。更新を希望する人は、7月10日(水)以降、医療保険課または3総合支所生活福祉課・9支所へ申請してください。なお、新たに交付を受ける場合は申請が必要です。必ず申請してください。

申請時の持ち物 世帯主と認定証が必要な人のマイナンバーを確認できる物、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)、認定証が必要な人の保険証

(※1)(※2)の用語の解説

- 限度額適用認定証…医療費の窓口負担額が自己負担限度額までになります。
- 標準負担額減額認定証…入院時の食事代が減額されます。
※住民税非課税世帯に属する人は、2つを併せた認定証を交付します。

75歳以上の人へ

後期高齢者医療保険

三重県後期高齢者医療広域連合
(TEL) 059-221-6883 (FAX) 059-221-6881
医療保険課 後期高齢者医療係
(TEL) 21-5552 (FAX) 20-8555

新しい保険証の受け取り方法

新しい被保険者証(若草色)は、7月中旬に、三重県後期高齢者医療広域連合から簡易書留で送付されます。
現在お持ちの被保険者証(ピンク色)の有効期限は7月31日(水)です。8月1日(木)以降は使用できません。
8月1日(木)以降に、医療機関を受診する時は新しい被保険者証(若草色)を提示してください。

マイナンバーカードを保険証として使ってください

正確なデータに基づく診療・薬の処方が受けられ、より良い医療を受けることができます。
窓口での「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示の必要がなくなります。
後期高齢者健康診査や薬の情報をマイナポータルで閲覧できます。

限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証

入院するときや高額な外来診療を受けるときは、限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証を医療機関などの窓口で提示することで、医療費の支払いが自己負担限度額までとなります。また、住民税非課税世帯の人は、入院時の食事代なども減額されます。

現在認定証を交付されている人で、所得区分に変更がなければ自動更新され、7月末に新しい認定証を送付します。

なお、新たに認定証の交付を受ける場合は、申請が必要です。

7月中旬に通知 令和6年度の保険料額

保険料額は、被保険者全員が定額を負担する「均等割額」と、その人の所得に応じて負担する「所得割額」の合計額になります。なお、保険料額は前年中の所得を用いて計算します。

令和6年度の保険料額決定通知書は7月中旬に送付します。

サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円
7月8日(日)2種類同時発売!

発売期間 7/8(月)~8/8(木)

公益財団法人三重県市町村振興協会

~幼保連携型認定こども園~

マリアこども園 施設見学実施!

2025年度入園に向けて、個別説明会も実施します

*2024年度 途中入園児も募集中!



日程はご相談に応じます。

~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

「伊勢市立図書館前」

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

おはなしプーさんの夏のおはなし会スペシャル

時 7月13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!大型絵本や大型紙芝居、簡単な工作を行います。外国語指導助手(ALT)による英語絵本の読み聞かせもあります(小学校低学年向けの内容)
定 20人(先着順)
申 6月29日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

図書館工作 2024

～どこにできるかな?めいろ絵本～

時 7月15日(祝)、14時～15時 所 2階・視聴覚室
対 5歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴)
内 どこにできるかな?じぶんでみちを歩いてゴールをめざす!かわれみち絵本をつくらう!
定 8人(先着順)
申 7月6日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

お仕事やってみ隊! in トショカン

時 1～4年生向け…7月21日(日)、13時30分～14時30分
5・6年生向け…8月4日(日)、13時30分～15時
所 2階・視聴覚室 対 小学生(1～4年生向けは保護者同伴)
内 図書館で働いている人たちのウラガワをいっしょに体験しちゃうおう! 定 各日3人(先着順)
申 7月6日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

体験してみよう!電子図書館

～親子体験会～

時 7月20日(土)、11時～・11時30分～・14時～・14時30分～
(各回25分程度) 所 2階・視聴覚室
対 市内在住の小学生以下の子どもとその保護者
※伊勢市立図書館利用カードが必要です。
内 iPadを用いて「伊勢市電子図書館」の体験をしていただきます
定 各回6組(先着順)
申 7月7日(日)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

伊勢・小俣図書館 合同企画

第15回読書感想画展 作品募集

～本の世界を描く、君はすてきなアーティスト～

内 本を読んで心に浮かんだあなただけの風景を、自由に描いてみませんか?応募していただいた読書感想画は後日、伊勢・小俣両図書館で展示します
応募方法 7月1日(月)～8月31日(土)に、本を読んだ感想を絵にしたもの(八つ切り画用紙・横書き、画材は自由)を、直接どちらかの図書館窓口へ



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
3・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
※7月13日は「おはなしプーさんの夏のおはなし会スペシャル」を行います。申し込みが必要です。

あかちゃんえほんのじかん

時 7月25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

上映会

時 7月14日(日)、14時～(開場は13時45分)
所 2階・視聴覚室
内 「陽光桜」(114分) 監督・脚本:高橋玄
出演:笹野高史、的場浩司、宮本真希 ほか ※敬称略
定 40人(当日先着順)

夏休み子ども映画会

時 7月28日(日)、14時～(開場は13時45分) 所 2階・視聴覚室
内 「おしりたんてい コズミックフロント」(アニメ・50分)
定 40人(当日先着順)

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

0120-28-3001

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)

有料広告

小俣図書館

「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

Hello!!English～英語えほんおはなし会～

時 7月15日(祝)、15時～ 所 2階・会議室
対 小学生以下の子どもとその保護者
内 ALTによる英語を楽しむおはなし会です。簡単な英語絵本を、英語と日本語で読み聞かせします
定 20人程度(先着順・当日会議室で受け付け)

図書館でBOOKビンゴ!!

時 7月20日(出)～8月31日(出)
所 1階・カウンターでビンゴカードを配布します
内 図書館の本を読んで、ビンゴにチャレンジ! ビンゴカードが完成した人には🎁プレゼントがあるよ!

展示会「戦争と平和を考える」

時 7月20日(出)～8月15日(休) ※最終日は15時まで
所 2階・ギャラリー
内 わたしたちのまちと、わたしたちの大切な人の心を戦争の影がおおいつくした時代がありました。当時にあったもの、今も目の前にあるものをみつめ、戦争と平和を考える展示を行います

調べ学習講座 2024 ひゃっか王からの挑戦状

①「図書館にかくされた宝物をさがせ!編」
②「まちがいだらけのひゃっかじてん!編」
時 ①7月21日(日) ②7月28日(日)、いずれも14時～15時30分
所 2階・会議室 対 小学3～6年生
内 ひゃっか王から君に挑戦状が届いたよ! 百科事典の使い方を学んだあとに、謎解きゲームにチャレンジしよう。チャレンジした君には、すてきな参加賞があるよ!!
※①②とも参加した人には🎁プレゼントがあります。
定 各8人(先着順) 申 7月3日(水)9時から、直接または電話で同館へ

おはなし会

①赤ちゃんおはなし会 時 7月11日(休)、11時～
②たんぼおはなし会 時 7月13日(出)、15時～
③ピッポの会・紙芝居 時 7月21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 7月27日(出)、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「きょうりゅう」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 7月20日(出)、15時～ 所 2階・視聴覚室
内 「潜入!深海大峡谷 光る生物たちの王国」(49分)
定 20人程度(先着順・当日視聴覚室で受け付け)

「なつまつりおたのしみカード」配布

時 7月13日(出)～8月22日(休) 所 1階・カウンター
対 小俣図書館で貸し出しを行った小学生以下の子ども
内 8月23日(金)～25日(日)に開催する「おばたとしょかんなつまつり!!」に参加するための「なつまつりおたのしみカード」を配布します。詳しくは、館内のポスターをご覧ください

体験してみよう!電子図書館 ～親子体験会～

時 7月14日(日)、11時～・11時30分～・14時30分～・15時～(各回25分程度) 所 2階・会議室
対 市内在住の小学生以下の子どもとその保護者
※伊勢市立図書館利用カードが必要です。
内 iPadを用いて「伊勢市電子図書館」の体験をしていただきます
定 各回6組(先着順)
申 7月1日(月)9時から、直接または電話で同館へ

伊勢警察署だより

伊勢警察署 (TEL・FAX 20-0110)

ミーボくん



SNSでの投資の話は詐欺!

SNS型投資詐欺とは?

SNSを通じて、暗号資産や株に投資すれば利益が得られると信じさせ、お金をだまし取るものをいいます。

★ポイント

○SNSやマッチングアプリなどで知り合った人の話を安易に信用しない
○相手の言うことを聞く前に、信頼できる人や機関に相談する
SNSで投資の話が出たら要注意!
振り込む前に、警察安全相談電話(#9110)へ相談してください。

★危険度チェック

- 投資に関する広告やURLをクリックした
- SNS上で投資に関するグループトークに招待された
- SNSで知り合った相手からLINEなどでもうけ話をされた
- 著名人や投資専門家から投資方法を説明された
- 投資用アプリのダウンロードを勧められた
- 投資資金を個人名義の口座へ入金するよう要求された

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49名、税理士2名、司法書士2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://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

有
料
告
白

日本三大競技花火大会

第72回伊勢神宮奉納全国花火大会

観光振興課内・伊勢神宮奉納全国花火大会委員会事務局 (TEL 21-5542 FAX 21-5651)

今年も伊勢の夏の夜空を彩る、伊勢神宮奉納全国花火大会を開催します。
この花火大会は、全国の有名な花火師が集まる、日本三大競技花火大会です。
花火師の心意気が込もった一玉一玉を、心ゆくまでお楽しみください。



大会情報
(パソコン・スマホ用)

とき **7月13日(土)**、19:20 ~ 21:00
※雨天決行、荒天などの場合は9月7日(土)に延期します。
〔9月7日(土)に開催できない場合は8日(日)に順延〕
ところ **宮川河畔 (度会橋上流)**

伊勢市の観光PRキャラクター
はなてりやちん



全国の有名な
花火師さんたちが
伊勢に集まる
んやに!



場所取りについて

- 花火大会の当日まで場所取りは禁止です
- 場所を確保したら、必ずその場所に誰か居るようにしてください
- テープ類・スプレー・ペンなどの使用による場所取りは、堤防が汚れるため禁止です

まちをきれいに 大会翌日の早朝清掃

花火大会の翌日、宮川堤公園の早朝清掃を行います。皆様のご協力をお願いします。

とき 7月14日(日)、6:00~ (小雨決行)
※花火大会が雨天などで延期の場合は、早朝清掃も延期となります。
※延期の場合は、再度「広報いせ」でお知らせします。

ところ 度会橋下 (宮川堤公園)

内容 花火大会会場周辺の清掃活動

持ち物 作業をしやすい服装、清掃用具
※ごみ袋は用意します。



伊勢神宮奉納全国花火大会 交通規制図

17時～23時

※県道38号伊勢大宮線は15時30分～23時
会場周辺は駐車禁止です。駐車場には限りがありますので、
公共交通機関をご利用ください。

凡 例	交 通 規 制 時 間
車両通行禁止 (ただし自衛車を除く)	車両通行禁止 (20時30分～23時)
指定方向外進行禁止	指定方向外進行禁止
一方通行	一方通行
立ち入り禁止区域	立ち入り禁止区域
渋滞区域	渋滞区域
歩行者横断禁止	歩行者横断禁止

この区間は毎年激しい
交通渋滞が発生します

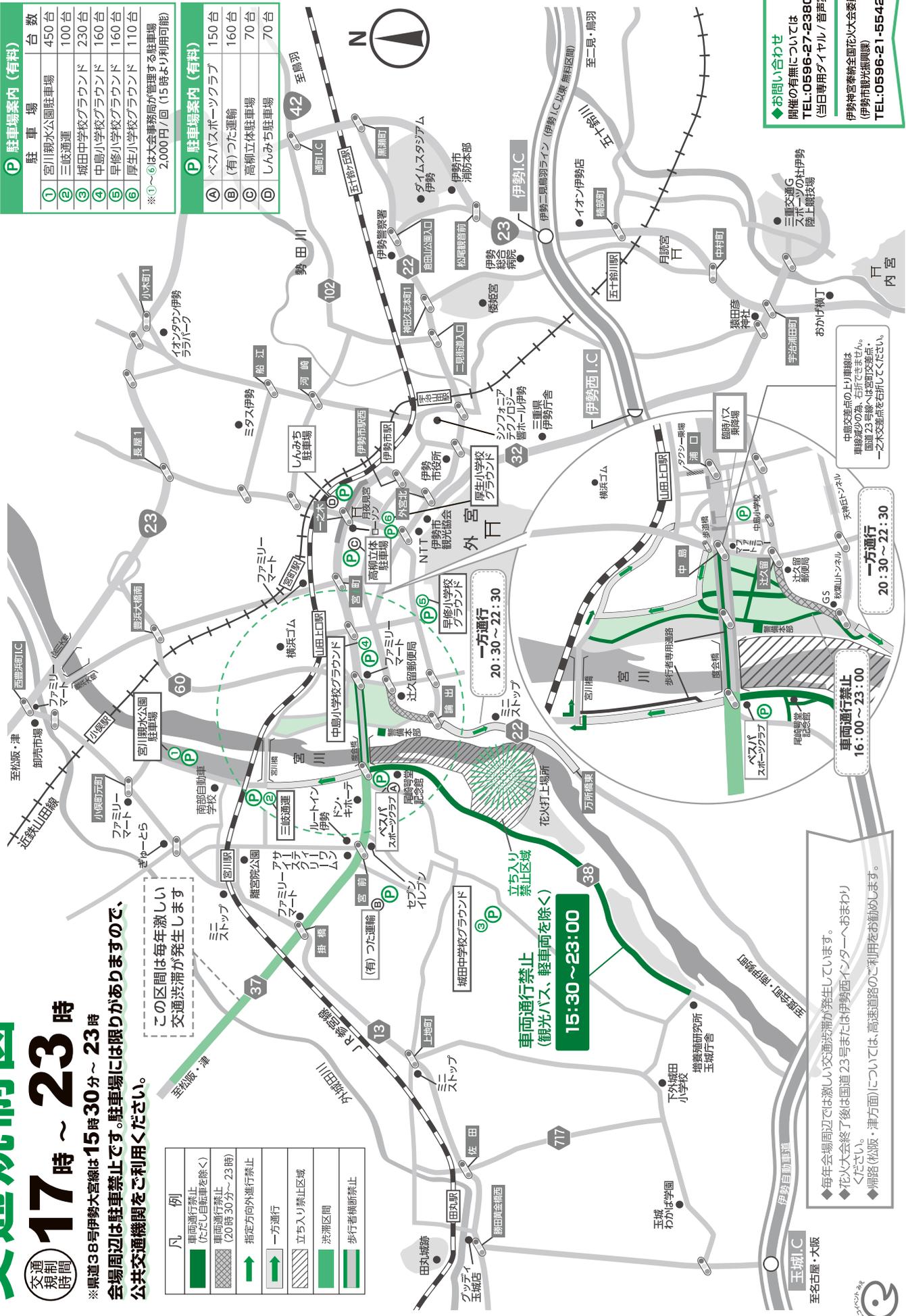
迷惑駐車厳禁!! マナーを守って楽しく観覧しましょう

伊勢市・伊勢警察署

※小中学校のグラウンドは天候などにより駐車場として使用できない場合があります。
※状況によって交通規制を変更する場合があります。

P 駐車場案内 (有料)	
① 宮川親水公園駐車場	450台
② 三岐通運	100台
③ 城田中学校グラウンド	230台
④ 中島小学校グラウンド	160台
⑤ 早修小学校グラウンド	160台
⑥ 厚生小学校グラウンド	110台
※①～⑥は大会事務局が管理する駐車場 2,000円/回(15時より利用可能)	

P 駐車場案内 (有料)	
A ベスバスポートクラブ	150台
B (有)つた運輸	160台
C 高柳立体駐車場	70台
D しんみち駐車場	70台



◆お問い合わせ
附権の有無については
TEL:0596-27-2380
(当日専用ダイヤル/音声案内のみ)
伊勢神宮奉納全国花火大会委員会事務局
(伊勢市観光振興課)
TEL:0596-21-6542

◆毎年会場周辺では激しい交通渋滞が発生しています。
◆花火大会終了後は国道23号または伊勢西インナーへおまわり
ください。
◆帰路(依坂・津方面)については、高速道路のご利用をお勧めします。

車両通行禁止
16:00～23:00

一方通行
20:30～22:30

15:30～23:00
車両通行禁止
(観光バス、軽車両を除く)

20:30～22:30
一方通行

中島交差点の上り車線は
車線減少のため、右折は
国道23号線へは迂回交差点、
-2号交差点を右折してください。

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。

いせ夏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(TEL 090-7031-3786)
時7月27日(出)、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(URLhttps://mie-shogi.com)内の事前登録ページから(当日受け付けも可能)

無料塾の塾生・ボランティア募集

子どものまなざし塾(✉kmanazashijuku@gmail.com)
時毎週土曜日、10:00~11:15(祝日・年末年始など一部除外あり) 所倭隠岡団地集会所(倭町19-1) 対[塾生]市内の小中学生、高校生 [ボランティア]18歳以上の人 内ボランティアによる個別対応で、学習の見守りとサポートを行っています。読み書きや計算力だけでなく、あいさつや礼儀・課題解決力なども伸ばしていきます。塾生は宿題やプリントを持って来て、自分でやることを決めて勉強に取り組みます。分からないところがあればボランティアがサポートします 申Eメールで同塾へ

子ども料理教室

みんなでピザを作っちゃおう

伊勢友の会・森さん(TEL090-5879-4013・FAX 22-2696)
時7月23日(火)、10:00~13:00 所伊勢友の家(宇治浦田3丁目58-3) 対小学生以下の子どもとその保護者 内ピザ作りと、夏休みの子どもの生活についての話し合い 定10人(先着順)
持エプロン、三角巾、手ぬぐい、飲み物 料300円(資料代・保険代を含む、別途材料費が必要) 申7月1日(月)~15日(祝)に、森さんへ

第26回 外宮さん ゆかたで千人お参り

外宮にぎわい会議・坂田さん
(TEL 090-3257-7674 FAX 23-0284)

時8月1日(休)、17:00~21:00(雨天決行) 内外宮・月夜見宮の参拝(20:00まで)、[せんぐう館奉納舞台]歌・紙芝居・ピアノ・バイオリン(17:00~19:30)、(神にぎわい広場)味の屋台村、踊りの輪、にぎわいライブ など(17:00~21:00)、[いせシティプラザ]ゆかたの無料着付け、帯結びの展示(16:00~19:00)、スタンプリー

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。

がんサバイバーの声を聞こう!

伊勢文化サークル協会御園支部・村上さん
(TEL 090-6335-7469)
時7月20日(出)、13:30~15:20 所ハートプラザみその・多目的ホール 内がんと闘いながら笑顔で生きる。大好きな歌とフラメンコで心を整え前向きに過ごした方の、体験談と歌と踊りをお届けします 定300人(先着順) 申不要

七夕祭り

潮音山 太江寺(TEL 43-2283)
時7月1日(月)~14日(日) 所潮音山太江寺(二見町江1659)
内願いを短冊に託し山門に飾ります。7日は19:00から、本尊も開帳します 申不要

行政書士による無料相談

三重県行政書士会伊勢支部
(TEL 43-2336 FAX 43-3855)
時7月18日(休)、13:30~16:00 所市役所東館・5階 5-4会議室
内相続手続き、遺言書、許認可申請、法人設立、契約書作成、権利義務、成年後見 など 定5人(先着順) 申不要

親子で茶道を楽しみませんか

長楽会・樋口さん(TEL 090-1626-8051)
時7月~令和7年1月の日曜日(全10回)、10:00~12:00
所いせトピア・和室など 対3歳以上の子どもとその保護者
内茶室への入り方、抹茶やお菓子の出し方・いただき方、帛紗ひくさ・古帛紗ふるひくさの扱いなど、お茶の心と礼儀を正しく学びます 定15組(先着順) 料300円(1人1回当たり、お茶・お菓子代として)
申7月1日(月)~10日(祝)に、樋口さんへ

設置費用に **伊勢市補助金** が利用できます
※ 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 ¥60万円基本本体価格 (税込)

0120-57-2535
有限会社 扇光
〒515-0505 三重県伊勢市西豊浜町1433

現物展示中

☆親切☆ていねい☆頼んで安心
地域の仕事と暮らしをサポート

お仕事募集中! **新規会員募集**

~会員登録もお仕事のご用命も!~

公益社団法人 伊勢市シルバー人材センター

伊勢市西豊浜町141番地1 ☎37-7170
(伊勢志摩総合地方卸売市場内2階)
https://webc.sjc.ne.jp/ise-sc/index

みんなの広場

文化庁伝統文化親子教室

伊勢市浜郷伝統文化親子教室・竜田さん
(TEL 090-8552-3613 FAX 22-4647)

時8月11日(祝)から不定期に全10回開催、10:00～12:00

所いせトピア・2階 和室 対小学生以上(子どものみの参加可)

内ゆかたの着方と帯結び・礼法・組ひも体験・伊勢音頭など、日本の伝統文化を楽しく学びます。ゆかたなどは貸し出しできます

定各回15人(先着順) 申7月1日(月)～31日(水)に、竜田さんへ

映画「密命により」 上映会

伊勢神桜流桜聖会・乾さん (TEL 090-5855-4276)

時8月20日(火) 所玉城町保健福祉会館 内伊勢・松阪・玉城・南伊勢を舞台に時代劇を撮影。すばらしいロケーションを多数紹介しています。見覚えのある場所が登場するかも

定300人(先着順) 料1,000円 申7月1日(月)から、乾さんへ

第13回清流宮川カヌーツーリング

伊勢カヌー協会・伊藤さん (TEL 090-2261-9766)

時7月28日(日)、9:00～15:00(予備日:8月4日(日)) 所宮川(宮リバー度会パーク～度会橋付近)

対小学生以上(小学1～4年生は保護者同伴)で、宮川の自然に親しみながら、カヌーをこいだり泳いだりできる人

内カヌーの乗り方の基本練習の後、宮川を約9km、ゆっくり下りながら自然と親しみます

定30人程度(先着順) 料小学生…2,000円、中学生以上…3,000円(カヌーレンタル料・保険料を含む。カヌー持参の場合は1,000円引き)

申7月1日(月)～10日(水)に、同協会のホームページから

※詳しくは、同協会のホームページ(URL http://isecanoekyokai.blogspot.com)をご覧ください。

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

9月 1日号 → 7月 12日(金)
9月 15日号 → 7月 31日(水)

REIWA no OKIHIKI

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)
※お木曳の歴史については…文化政策課 (TEL 22-7884 FAX 21-0424)

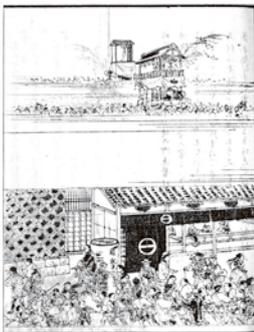


陸曳



川曳

受け継がれる技術と誇り
お木曳は、神宮式年遷宮に向け、新しいお宮をつくるためのご用材を運ぶもので、550年以上前より受け継がれています。お木曳には、五十鈴川の中をソリで内宮まで曳く「川曳」と、宮川から外宮まで曳く路を、大きなお木曳車で曳く「陸曳」があります。



神都名勝誌(巻二):陸曳の明治時代の絵図



時代に合わせて伝統を継承
お木曳も昔と比べて変わった部分が多くあります。神都名勝誌(明治26年刊行)のお木曳の絵図と前回の御木曳の写真を見比べると、絵図では自動車などはなく、人力で物品を運んでいました。
しかしながら、変わらない部分もあります。それは、団ごとの特色のある伝統を継承していくという強い思いをはじめ、木遣りという「エンヤー」の掛け声で、力を合わせてご用材を曳くことなど、「民俗伝統行事」として柱となるものは次代へしっかりと引き継がれています。このことは、伊勢のまちの絆が強い理由の一つと考えられます。
令和に入ってから初めてとなるお木曳が、令和8・9年に行われる予定です。市内では、木遣りなどの練習が始まっている地域もあり、各地域の特色ある伝統が次代に引き継がれていきます。



詳しくは、伊勢御遷宮委員会ホームページをご覧ください

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)

(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、全て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
★がついている事業は、伊勢市健康マイレージ対象です

★ みんなでいせし健康体操

とき 7月1日(月)・29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ともに動画を見ながら体操
持ち物 飲み物、運動のできる服装
申し込み 不要

★ヘルスメイト料理講習会

とき・ところ・定員・申込期限

限 下表のとおり

対象 市内在住の人

テーマ 野菜を1日350グラム食べよう

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
7月12日(金)	ハートプラザみその	20人	7月5日(金)
7月17日(水)	小保保健センター	20人	7月10日(水)
7月18日(木)	小保保健センター	20人	7月11日(木)

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

★健康づくりを応援します！伊勢市健康マイレージ

健康づくりは、楽しみながら長く続けることが大切です。そのきっかけとして、「伊勢市健康マイレージ」を活用してください。頑張った先には、あなたの健康とお楽しみがついてきます！

とき 7月1日(月)～令和7年3月14日(金)期間中1人1回
対象 市内に在住または、通勤・通学している人
内容 「伊勢の元気人チャレンジ記録シート」にそって、健康づくりに取り組みます。50ポイント以上貯めると、三重とこわか健康応援カードがもらえます。マイレージ特典協力店でカードを提示すると、特典が受けられます。

※チャレンジ記録シートは市のホームページからダウンロードできます。
※市公式LINEアカウントで参加希望の人は、左の二次元コードから参加してください。



市ホームページ



市公式LINE

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)	中央保健センター (健康福祉ステーション・5階)
8:30～17:00	
②エイズ、梅毒、B型・C型肝炎検査(完全予約制)	
7月9日(水)	伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)
7月23日(水)	
9:00～11:00	
③医師による こころの健康相談(要予約)	
7月25日(木)	伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)
13:30～15:20	

対象 ①市内在住の人、②③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)
③伊勢保健所(TEL) 27-5148、(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

※感染症対策を実施し診察を行っています。発熱症状がある人は、屋外または車中での待機・診察となる場合があります。
※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。
※気象状況により臨時休診となることがあります。その場合は、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

★
今年も始まります！
がん検診・骨粗しょう症検診

現在日本人の2人に1人は一生のうち何らかのがんになると言われています。がんは全ての人にとって身近な病気です。

がん検診の目的は、初期のがんを見つけ、適切な治療をして治すことです。早期治療により、がんが治る確率は高くなるので、定期的ながん検診を受けるようにしましょう。

また、せっかく検診を受けても、「結果を聞きに行っていない」「精密検査を受けずに放置している」という人がいます。検査結果はきちんと把握し、必要であれば主治医と相談の上、精密検査を受けてください。また、「要精密検査」となった人には、保健師や看護師が電話連絡や家庭訪問をし、健康に関するアドバイスをを行う場合があります。



医療機関一覧

※勤務先で受診する機会がある人や、市が実施する検診を年度内に受けた人は、以下の検診項目は受けられません。

個別医療機関での検診…直接実施医療機関へ申し込み

実施期間 7月1日～11月30日(子宮頸がん検診・乳がん検診は令和7年1月31日まで)

実施場所 市内各実施医療機関(診療時間内)

持ち物 健康保険証・健康手帳(持っている人)

※対象年齢は、受診日時点での満年齢です。

検診内容		対象	20～39歳	40～49歳	50～69歳	70～79歳	80歳～	料金注3	伊勢市国保加入者料金
胃がん検診	透視(バリウム)	40歳以上		○	○	○	○	2,900円	1,450円
	内視鏡(カメラ)								
大腸がん検診	免疫便潜血検査法(2日法)	40歳以上		○	○	○	○	300円	150円
肺がん検診注1	胸部X線	40歳～79歳		○	○	○		700円	350円
	胸部X線+喀痰検査 <small>かくたん</small>							1,400円	700円
前立腺がん検査	血液検査	50歳～69歳の男性			○			800円	400円
子宮頸がん検診	頸部細胞診	20歳以上の女性	○	○	○	○	○	1,500円	750円
乳がん検診	マンモグラフィ視触診注2	40歳～69歳の女性		○	○			1,600円	800円
骨粗しょう症検診	腰椎	DEXA法	40・45・50・55・60歳の女性					800円	400円
	腰椎以外	MD法等	65歳～70歳の女性					300円	150円
		超音波法						200円	100円

注1 たばこを吸っている・過去に長期間たばこを吸っていた人は喀痰検査も受けましょう。

注2 視触診は、医療機関により実施しない場合があります。

注3 次の人は**無料**(自己負担金免除制度)です。①70歳以上の人(医療機関で保険証を提示)、②65～69歳で、障がいがあるため後期高齢者医療の保険証を持っている人(医療機関で保険証を提示)、③生活保護を受給している人(医療機関で健康増進法健康診査の受診券を提示、または**事前申請が必要**)、④令和6年度市民税非課税世帯の人(**事前申請が必要**)、⑤無料クーポン券(乳がん・子宮頸がん)を持っている人(医療機関でクーポン券を提出)

※④の人で課税状況が未申告の人は、事前に課税課・3総合支所生活福祉課・9支所へ非課税申告をしてください。

※事前に免除申請をしても、受診時に確認書を持っていない場合は有料となりますので注意してください。

事前申請場所:健康課(MiralSE内・5階)、3総合支所生活福祉課、9支所、生活支援課(生活保護を受給している人のみ)
持ち物:本人確認書類 ※受診予定日の1週間前までに申請してください。

乳がん集団検診
(7月～8月分)の
申し込み受付中!

集団バスでの検診…インターネットまたは電話で申し込み(肺がん検診は申し込み不要)

検診内容	対象	自己負担金注4	実施期間	広報いせへの掲載	
子宮頸がん検診	頸部細胞診	30歳以上の女性	1,500円	令和7年2月・3月	5月1日号、8月1日号、11月1日号
乳がん検診	マンモグラフィ	30歳以上の女性	1,600円	7月～令和7年3月	
肺がん・結核検診	胸部X線・喀痰検査	70歳以上	—	11月	11月1日号

注4 70歳以上の人、クーポン券(乳がん・子宮頸がん)を持っている人は無料です。

次の対象者には、6月下旬に個別通知を送付します(年齢はいずれも令和6年4月1日時点)

《子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券》 子宮頸がん…20歳の人 乳がん…40歳の人

《肺がん検診の補助券》 自己負担額の補助…50歳・60歳の人

《肝炎ウイルス検診の無料受診券》 40歳の人、45歳・50歳・55歳・60歳で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない人

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。

質問 メタボ健診さえ受けていれば大丈夫でしょうか？

回答 いや、残念ながらそうではありません。



伊勢総合病院
内科・総合診療科副部長
谷崎 隆太郎 医師



健診と検診の違い

皆さんは毎年健康診断(いわゆる健診)を受けていますか？また、がん検診も受けていますか？

健診と検診、どちらも「けんしん」と読みますが、その目的は微妙に異なり、健診は病気になる危険があるかどうかを調べるのが目的で、検診は病気があるかどうかを調べるのが目的です(例：がん検診など)。老衰を除いて、日本人の死因のうち多いものは悪性新生物(いわゆる悪性腫瘍：がん)、心疾患、脳血管疾患です。これらの病気はある日突然起こるわけではなく、いくつかの原因が合わさって発症します。



三大疾病の 予防・早期発見のために

心疾患や脳血管疾患の多くは血圧・血糖・コレステロールの異常、および喫煙、年齢が原因と言われています。年齢を若返らせることは今の医学では不可能ですので、私たちは健診で血圧を測ったり、採血で血糖値やコレステロール値を測ったりすることで、異常があれば食事療法や運動療法、時に薬物治療でその数値を正常化しようと頑張るわけです。

悪性腫瘍は、その種類によって原因はさまざま、原因不明のものもあれば生活習慣が原因のものもあります。残念ながらどれだけ生活習慣に気を付けていても完全にがんを防げるわけではないので、症状がなくてもがん検診を受けることが勧められて

います。なお、感染症もがんの原因になることがあり、例えば肝がんはB型・C型肝炎ウイルスが、子宮頸がんや中咽頭がんはヒトパピローマウイルス(HPV)が、胃がんはピロリ菌が原因になると言われています。これらの感染症にかかってもすぐにがんが発生するわけではありませんので、早期に感染を発見して感染症の治療をすることでがんが発生するリスクを“ぐっ”と下げることができます。もちろん、B型肝炎ウイルスワクチンやHPVワクチンなど、感染しないためのワクチン接種も有効です。



基本は生活習慣

さて、最初の質問に戻りますが、メタボ健診をはじめとした健診(検診)を受けることはとても重要なのですが、そもそも病気にならないための習慣を実践することがそれ以上に重要です。バランスの取れた食生活を送り、適度な運動をし、十分な睡眠を取り、禁煙し、飲酒はしても適度に、そして可能であれば必要なワクチンも接種する。これら全てを完璧に実践するのは難しいかもしれませんが、まずはできるところから始めてみてはいかがでしょうか。



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 🔍

※市のがん検診については17ページに、特定健診については19ページに掲載しています。

40歳を超えたら 年に1度は受診を! **特定健康診査**を受けましょう!

生活習慣病やメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)は、自覚症状がないうちに進行します。国民健康保険または後期高齢者医療に加入している人は、下表のとおり健診を受けましょう。また、その他の医療保険に加入している人は、各医療保険者が実施する健診を受けましょう。

自らの健康状態を知り、生活習慣病を未然に防ぐことで、一人一人の医療費を抑えることができます。健診を受けて自分の健康状態をチェックしましょう。



特定健康診査

	国民健康保険特定健康診査	後期高齢者健康診査
対象	昭和24年9月1日～昭和60年3月31日生まれの伊勢市の国民健康保険加入者 <small>※9月1日(日)以降に75歳になる人(後期高齢者医療に加入する人)は、誕生日の前日までに、国民健康保険特定健康診査を受けてください。</small>	令和6年8月31日(土)時点での後期高齢者医療加入者
実施期間	7月1日(月)～ 11月30日(土)<休診日を除く>	
検査項目	身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図検査、貧血検査	
医師が必要と認めた場合に検査できる項目	眼底検査	
持ち物	受診券、質問票、保険証 <small>※受診券は6月下旬に送付します。6月以降の加入者には、8月以降に受診券を送付します。受診券がないと受診できません。</small>	受診券、質問票、保険証 <small>※受診券は6月下旬に送付します。5月以降の加入者には、8月以降に受診券を送付します。受診券がないと受診できません。</small>
費用	無料	
令和5年度受診者数	10,674人	11,063人
問い合わせ先	医療保険課 国民健康保険給付係 (TEL)21-5646 (FAX) 20-8555)	三重県後期高齢者医療広域連合 (TEL)059-221-6884 (FAX) 059-221-6881) 医療保険課 後期高齢者医療係 (TEL)21-5552 (FAX) 20-8555)

「熱中症特別警戒アラート」「クーリングシェルター」運用を開始

環境課 (TEL) 21-5540 (FAX) 21-5522)

●熱中症特別警戒アラート

国は、熱中症による健康被害が生じるおそれがある場合に「熱中症警戒アラート」を発表しています。それに加えて今年から新たに、過去に例のない危険な暑さになる可能性がある場合に「熱中症特別警戒アラート」を発表することになりました。

※熱中症特別警戒アラートは、県内12カ所の全ての暑さ指数情報提供地点で、翌日の暑さ指数が35に達すると予測される場合に、前日に発表されます。

●クーリングシェルター

熱中症特別警戒アラートが発表された場合に、危険な暑さから避難できる場所として、市は公共施設や商業施設をクーリングシェルター(指定暑熱避難施設)として指定しています。

自宅にエアコンがないなど、涼しい環境が確保できない場合は、クーリングシェルターを利用してください。(自宅にエアコンがある場合は、外出を控え、エアコンを活用して過ごしましょう)

※クーリングシェルターの対象施設・開放日時などについては、市のホームページを確認してください。



●熱中症予防情報サイトの情報をチェック!

熱中症予防情報サイトでは、暑さ指数や熱中症警戒アラートの情報を確認することができます。

暑さ指数などを目安にして、適切な熱中症予防行動を早めに行いましょう。



焼肉
ODORIBA
けんちゃん

宮町駅 焼肉 けんちゃん
進富座

酒のあおき

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

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.....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

株式会社ダイワフーズコーポレーション

暁の星こども園
☎22-0689

入園説明会 7月27日(土)
9:45~受付 10:00開始
事前に電話でお申し込みください
※詳細はHPをご覧ください

有料広告



トピアだより

まな坊

いせトピア (TEL) 21-0900 (FAX) 21-0909

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

利用者数: 約11万人(令和5年度)



往復はがきの書き方

往信用表

返信用裏

63 往信	〒516-8520	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	①講座No.、講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢(子どもは学年) ⑤性別 ⑥電話番号 ⑦市外在住者は勤務先と電話番号を記入 ⑧子ども向け講座は保護者氏名を記入
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。

8・9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、20・21ページのとおり、講座を行います。

対象 市内在住または通勤・通学している15歳以上の人(中学生を除く)

※子ども向け講座の対象は、小学生です。また、親子講座は、子ども1人に対し保護者1人が付いてください。

申し込み 7月5日(金)(当日消印有効)までにいせトピアのホームページ(6月25日)に掲載予定から、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(1枚の往復はがきで1人1講座の申し込みになります)。同一講座

への重複申し込みは無効です。

※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。(NEWが付いている講座は申し込みできます)

※応募者以外を受講できません。※車いすなど、配慮が必要な場合は、申し出てください。介助の人の付き添いをお願いすることがあります。

抽選 申し込み多数の場合は抽選を7月12日(金)14時から、いせトピア・1階会議室1で行います。(ご覧いただけます)

受講可否のお知らせ 7月14日(日)に応募者全員に発送します。※返信はがき到着は数日後です。返信はがき、またはEメールが届かない場合は、必ず、問い合わせてください。

2次募集 定員に満たない講座は、7月19日(金)から開講日の1週間前まで、電話で先着順に受け付けます。(受付時間: 8時30分~22時)

キャンセル・欠席 講座開講日の1週間前までとし、それ以降は受講料・材料費などを徴収します。徴収後は返金しません。

4カ月講座 受講料: 1,000円 (別途材料費またはテキスト代が必要な講座あり)

No.	講座名	内容			
		とき	開講日	場所	定員
1	着物リメイクでおしゃれ服	講師(敬称略)	持ち物		
		相木 幸代	材料費 500円、鉛筆、色鉛筆(赤・青)、リメイクしたい着物、裁縫セット、糸切りばさみ、採寸メジャー、定規(20cm、50cm)、ミシン(持っている人)	8月6日	学習室3
2	はじめての中国語レッスン	第1・3火曜日(全8回)、12:45~14:45	8月6日	学習室3	12人
		相木 幸代	材料費 500円、鉛筆、色鉛筆(赤・青)、リメイクしたい着物、裁縫セット、糸切りばさみ、採寸メジャー、定規(20cm、50cm)、ミシン(持っている人)	8月7日	学習室3
3	美ボールペン字(朝)講座	一般的なあいさつから、中国の雑学なども交えつつ学習します。中国語に少しでも興味のある人、一緒に楽しく学びましょう。			
		第2・4水曜日(全8回)、9:30~10:45 ※8月は第1・3水曜日	8月7日	学習室3	10人
4	美ボールペン字(夜)講座	ファン・チュン・イェン	テキスト代 1,430円、筆記用具、ノート		
		第1・3木曜日(全8回)、9:30~11:00 ※8月は第2・4木曜日	8月8日	学習室3	15人
5	はじめての健康麻雀(初心者向け)	美しい文字は生活・仕事などさまざまな場面で役立ちます。ひらがな、カタカナ、漢字を基礎から練習します。			
		第2・4金曜日(全8回)、19:30~21:00	8月9日	学習室3	15人
6	夜のクラフトバンド(紙バンド)講座	虹栄	ボールペン、練習用ノート、便箋など		
		第2・4木曜日(全8回)、13:30~15:30	8月8日	会議室1	12人
6	夜のクラフトバンド(紙バンド)講座	中上 浩和	筆記用具		
		第2・4木曜日(全8回)、19:00~21:00	8月8日	学習室3	15人
6	夜のクラフトバンド(紙バンド)講座	小原 輝子	初回材料費 1,000円(2回目以降、1作品につき2,000円程度)、メジャー、定規、洗濯ばさみ(10個程度)、接着剤(木工用・速乾)、筆記用具、ウエットティッシュ、はさみ		

4カ月講座 受講料：1,000円（別途材料費またはテキスト代が必要な講座あり）					
No.	講座名	内容			
		とき	開講日	場所	定員
		講師（敬称略）	持ち物		
7	キックボクシング エクササイズ	キックボクシングの動きを取り入れたエクササイズを体験してませんか。各自のレベルで調整しながら進めます。日頃の運動不足を解消し、健康管理につなげましょう。 第2・4火曜日(全8回)、19:45～20:45 ※8月は第1・4火曜日	8月6日	リハーサル室	12人
	いせしまりゅう キックボクシング	タオル、運動のできる服装、飲み物、軍手、室内用シューズ			
8	ナイトピラティス・ 姿勢改善<1部> ※女性対象	全身を整え、鍛え、クセ付いてしまった体を調整します。不調を整え、美姿勢をつくります。 ※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。			
9	ナイトピラティス・ 姿勢改善<2部> ※女性対象	第1・3木曜日(全8回) ※8月は第1・4木曜日 <1部>18:30～19:30 <2部>20:00～21:00	8月1日	リハーサル室	各15人
	SHIZUKA	運動のできる服装、飲み物、フェースタオル、ヨガマット			
10	健康ボイストレーニング <1部>	“飲み込み力”をボイストレーニングで鍛えよう！腹式呼吸、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。※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。			
11	健康ボイストレーニング <2部>	第2・4月曜日(全7回) ※8月は第4月曜日のみ <1部>9:30～10:30 <2部>11:00～12:00	8月26日	文化交流室	各15人
	中川 ひろみ	筆記用具、飲み物			
パソコン講座 受講料：1,000円（別途テキスト代・教材費が必要）					
12	パソコンの 基礎を学ぶ	電源の入れ方、マウスの使い方から覚えたいという人が対象の講座です。(OSはWindows11) 毎週火曜日(全10回)、14:00～15:30	9月3日	パソコン室	20人
	島田 広子	テキスト代500円、教材費500円(USBメモリ)、筆記用具			
13	ワードの基礎を学ぶ	ワード(2021バージョン)の基本操作を学びます。※「パソコンの基礎を学ぶ」を受講したことのある人、またはパソコンの基礎ができる人に限ります。 毎週木曜日(全10回)、14:00～15:30	9月5日	パソコン室	20人
	高尾 圭一	テキスト代500円、教材費500円(USBメモリ)、筆記用具			
14	エクセルの 基礎を学ぶ(昼)	エクセル(2021バージョン)の基本操作(入力、計算、表作成、グラフ作成)を学びます。応募は、「パソコンの基礎を学ぶ」を受講したことのある人、またはパソコンの基本操作ができる人に限ります。 No.14…毎週水曜日(全10回)、14:00～15:30 No.15…毎週金曜日(全10回)、19:30～21:00	No.14…9月4日 No.15…9月13日	パソコン室	20人
15	エクセルの 基礎を学ぶ(夜)	(昼)高尾 圭一 (夜)小野 泰			
		テキスト代500円、教材費500円(USBメモリ)、筆記用具			
短期講座 受講料：5回以上の講座は1,000円（別途材料費または教材費が必要な講座あり）					
16	NEW からだ整うヨガ ※女性対象	さまざまな姿勢でのポーズとほぐしを交え、呼吸と共に心とからだを整えましょう。 8月23日(金)、9月6日(金)・20日(金)、10月4日(金)・18日(金)、 14:30～15:30(全5回)	8月23日	リハーサル室	15人
	橋井 由貴	運動できる服装、ヨガマット、飲み物、フェースタオル			
17	ファッションスタイル 骨格診断<午前> ※女性対象	「自分の体形に合った似合う服・スタイル」を、個別に骨格・筋肉のつき方・体形の特徴から4タイプに診断します。本来の魅力を引き出すファッションを見つけましょう。※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。			
18	ファッションスタイル 骨格診断<午後> ※女性対象	8月28日(水)、<午前>10:00～11:30 <午後>13:30～15:00	-	会議室1	各8人
	天野 さち	教材費500円、筆記用具、採寸メジャー、下敷き			
19	NEW ヨーロッパの伝統菓子を 作ってみよう	ふわふわスポンジでコーヒークリームをサンドしたウィーン菓子「カルデナルシュニッテン」と、焦がしバター風味のドイツ菓子「ザントクーヘン」を作ります。 9月1日(日)、13:00～15:30	-	調理室	10人
	飯田 波香	材料費1,600円(持ち帰り用の箱代を含む)、エプロン、三角巾、手拭きタオル、保冷剤			
20	パーソナルカラー& 顔分析講座	パーソナルカラー診断と顔分析を基に、一人一人がカラー・顔立ち・個性に合ったメイク・ファッションを学習し実践します。「自分に似合う」を見つけましょう。 9月4日(水)・18日(水)、10月2日(水)・16日(水)・30日(水)、10:00～11:30 (全5回)	9月4日	会議室1	12人
	天野 さち	教材費2,000円、筆記用具			
子ども向け講座 受講料：5回以上の講座は1,000円（別途材料費が必要な講座あり） ※市内在住の小中学生とその保護者対象 (No.22は、市内小学生低学年)					
21	NEW お茶をたてよう ※市内在住の小中学生対象	主菓子や抹茶のいただき方を学び、自分でお茶(抹茶)をたててみよう。 8月10日(土)・24日(土)、9月21日(土)・28日(土)、10:00～11:30(全4回)	8月10日	和室	10人
	田島 宗悦	材料費1,600円(4回分・抹茶・お菓子代)、靴下(あれば白色)			
22	低学年向け プログラミング ※市内在住の小学生低学年対象	低学年でも簡単に楽しめるプログラミングをやってみよう。 不定期日曜日(全6回)、9:30～11:00	8月18日	パソコン室	6人
	島田 広子	筆記用具			
23	親子でパン作り <午前>	親子で楽しくハムとチーズの総菜パンを作ります。講師の作ったパンのお土産付きです。 9月7日(土)、<午前>9:30～11:30 <午後>13:00～15:00	-	調理室	各5組
24	親子でパン作り <午後>	荒木 義晃			
		材料費1,000円、エプロン、三角巾(バンダナでも可)、布巾2枚、台布巾1枚、手拭きタオル、持ち帰り用の籠(焼き立てを持ち帰るため、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)			

※同名講座は、どちらか1つしか申し込みできません。

※No12「パソコンの基礎を学ぶ」に申し込む場合、No13～15「ワード・エクセルの基礎を学ぶ」には申し込みません。

いせトピア子ども夏まつり

とき 8月4日(日) 午前の部…10:00～12:00
午後の部…13:00～15:00

要 事前申し込み

料金 無料 (一部コーナーは材料費が必要)

※詳しくはチラシ・ホームページをご覧ください。
※チラシは市内幼稚園、小学校などに配布します。



いせトピア
ホームページ

生涯学習講師人材バンク登録者を募集

生涯学習講師人材バンクとは、生涯学習活動を行う市民への情報提供を主な目的とした、講師・指導者情報登録制度です。いせトピアのセンター講座や出前講座、二見・小俣・御菌各公民館の生涯学習講座などでも、人材バンク登録者が活躍しています。(営利目的での登録はできません)

人材バンク登録を希望する人は、電話でいせトピア (TEL 21-0900)へ申し込んでください。面談日を決定後、いせトピアで登録の手続きを行います。

楽しくわかる スマホ教室

令和6年度
受講生募集!

受講無料

【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)】

デジタル政策課
(TEL 21-5569)

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

(申し込み多数の場合は抽選)

申し込み 7月10日(水)(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



開催回	とき	内容
第1回	8月27日(火) 10:00～12:15	【応用コース】 ・LINEを使おう(初級編) ・動画配信サービスを楽しもう(YouTube)
第2回	8月27日(火) 13:30～15:45	

- ・受講の可否は、7月22日(月)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「TEL0120-104-137」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。

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 <small>返信</small> 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 〒□□□-□□□□ <small>返信</small> 住所 氏名様	①第1希望【第〇回】 ②第2希望【第〇回】 ③氏名(ふりがな) ④連絡がしやすい 電話番号 ⑤利用機種
--	-------------------	--	--

～団体・グループ対象のスマホ教室も実施中!～

自治会やまちづくり協議会などの市内団体・グループを
対象としたスマホ教室の申し込みも受け付けています!

詳しくは「広報いせ」6月15日号6ページ、また
は右の二次元コードから確認してください!



神宮幼稚園 園児募集

くわしくはQRコードを
ご覧ください お待ちして
おります



入園説明会

9:30～受付

参加ご希望の方は予約願います
当日ご都合の悪い方はお気軽に
お問い合わせ下さい

いすずがわ

五十鈴川幼稚園

7月11日(木)

☎ 0596-22-4550

たかくらやま

高倉山幼稚園

7月12日(金)

☎ 0596-28-4248



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

地域福祉情報をお伝えするコーナーです



<https://ise-shakyo.jp>

伊勢社協

検索

伊勢市 福祉総合支援センターより [TEL 21-5712](tel:21-5712) [FAX 63-5420](tel: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(小木町普称538)	TEL 63-7130	FAX 65-6121
イオンタウン伊勢ララパーク・1階)		



高齢者
デイサービス
体験



視覚
障害者と
卓球体験



この夏、 ちよこつと 福祉体験に 挑戦してみませんか？



高齢者
疑似体験



一緒に体験しよう！
待ってま〜す!!

高齢者疑似体験を
一緒にしてくれる
明野高校の生徒さん

相手を思いやる心を育み、ボランティアを通じて福祉への関心を高めてもらうことを目的に「夏休みちよこつと福祉体験」を開催します。
高齢者デイサービス体験、高齢者疑似体験、リサイクル体験などさまざまな福祉体験プログラムがあります。

- とき 8月1日(木)～30日(金) ※体験内容により日時が異なります
- 対象 市内に通学する小学4年生～高校3年生
- 申し込み 申込書を直接または、ファクス・郵送で伊勢市ボランティアセンターまたはげんここ一むへ
※申込書は、小中学生は学校を通じて配布します。高校生は各学校に配置します。
※申込期限やプログラムについて詳しくは、申込書をご覧ください。
※申し込み多数の場合は抽選となります。
※電話で申し込みたい場合は、伊勢市ボランティアセンターまたはげんここ一むへ問い合わせてください。
〔定休日は受け付けできません。(伊勢市ボランティアセンター：土・日曜日、祝日) (げんここ一む：木曜日)〕



社会福祉協議会からのお知らせ

ママのためのストレッチ教室♪

ストレッチをして育児や家事で疲れた体をリフレッシュしましょう。姿勢が良くなり、疲れをためにくくなります。

- とき 7月10日(水)、10:30～11:30
- ところ ハートプラザみその・2階 教養娯楽室
- 定員 10人(先着順)
- 対象 市内在住の、18歳までの子どもを育児中の母親
- 持ち物 タオル、ヨガマットまたはバスタオル(必要な人)、飲み物
- 講師 山本哲司さん(やまもと しんきゆう 鍼灸院・整体院)
- 申し込み 6月22日(土)・9:00～7月9日(火)・17:00に、直接または電話でハートプラザみその・こども広場([TEL 22-7355](tel:22-7355))へ
※託児(生後3カ月～就園前の子ども[先着5人])を希望する人は、申し込みの際にお伝えください。

参加
無料

御園こども広場 科学工作教室

電気を利用した「電磁石」を使って永久回転ゴマを作ります。科学の不思議を体験しよう！

- とき 7月27日(土)、14:00～15:30
- ところ ハートプラザみその・2階 保健会議室
- 定員 10人(先着順)
- 対象 市内在住の小学生
※1～3年生は保護者同伴。4～6年生の保護者も参加できます。
- 料金 500円
※当日集金しますので、おつりのないように持ってきてください。
- 講師 伊勢おもちゃ病院
- 申し込み 7月1日(月)・9:00～26日(金)・17:00に、直接または電話でハートプラザみその・こども広場([TEL 22-7355](tel:22-7355))へ





令和6年度 主な事業計画

- 令和6年度総会(4月29日)
- 研修視察
- 防災研修会(複数回開催)
- ボランティアまつり
- いせぼれんだより発行(年3回)
- 学生・高齢者等支援活動
- 会員新年交流会
- チャリティー映画会
- 福祉の店「えがお」
- リサイクル活動 古切手、アルミ缶、資源回収
- 伊勢市駅前案内ボランティア(毎週土・日、年末・年始)
- 黄色いレシート運動(イオン伊勢店)
- ボランティア相談(ララパーク内げんこころ一むにて)
- フリースペース(料理教室など)
- あゆみ「学習支援」への協力
- 伊勢まつり、高柳の夜店ほか行事への参加
- グループ種別ごとの研修会開催
- ひまわりへのおやつ作り支援
- コンビニネット(市民活動センター)料理教室
- 障がい者体育祭への参加、協力

新年度にあたって

日頃は本会の事業にご支援・ご協力をいただき誠にありがとうございます。新年度には新しい活動者も一緒に、ボランティアの輪を広げています。

本年度総会では、事業の一つである防災研修の継続が承認されました。発生が予測されている大規模地震に備えて、秋と冬にも研修を重ねていきます。皆さまも、ぜひ参加してください。

少子高齢化社会の現代において、健康や食を通して一人一人が元気で生き生きと生活できることを目標に、高齢者の皆さまを対象とした講座の準備を進めていきます。そして夏休みやボランティアまつりなどを通して、子どもたちが食や福祉などについて考え体験できる活動にも取り組んでいきます。

本年度も皆さまのご支援・ご協力をお願い申し上げます。

伊勢市ボランティア連絡協議会
会長 泰道 詞子

令和6年度 伊勢市ボランティア連絡協議会 総会

4月29日、伊勢商工会議所にて伊勢市ボランティア連絡協議会の総会を開催しました。

伊勢市長をはじめとする来賓のあいさつの後、決算報告・事業報告・本年度の各事業予定などの発表があり、最後に7団体による昨年度の活動報告がありました。

総会では、障がい者体育祭の再開予定など、活動がさらに充実したものとなるよう話し合わせ、閉会となりました。



会長あいさつと会場の様子

見学説明会開催 7/27(土) 10:30-12:00

教育方針、概要説明、施設見学、給食試食など
入園の有無を問わず気軽に参加していただけます。



2歳児クラスも
あります

学校法人 伊勢学園

双康幼稚園
ソーコー

資料請求、参加申し込みは
電話・ホームページにてお願いします。

TEL 0596-22-7890



見学会参加申込QR

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://fujiwaraya-ise.jp

伊勢の畳屋 検索

有料広告

伊勢市駅前案内時に着用している法被の紹介

おもてなしとして伊勢市駅前案内の時に着用している法被が、観光客の皆さんに好評いただき、喜ばれています。

私たちは毎週土・日曜日の10時から11時ごろまで法被を着用し、JR伊勢市駅前「外宮、内宮」「おはらい町、おかげ横丁」「二見、夫婦岩」の道順やバス乗り場などの案内や、伊勢市駅を背景に写真撮影のお手伝いをしています。また、独自で作成した「しおり」を記念にプレゼントし、大変好評をいただいています。



法被の前面

法被の背面

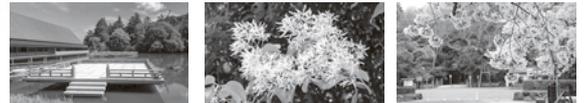
写真の拡大

しおり



鳥居

せんぐう館



せんぐう館と舞台

なんじゃもんじゃ

火除橋

防災研修会

とき 6月29日(土)、10:00~12:00

ところ 伊勢図書館・2階 視聴覚室

テーマ 「能登半島地震災害から、東海・東南海地震への備えについて考える。」

内容

能登半島地震災害の復旧応援に参加した社会福祉協議会の職員が、現地の状況や貴重な体験を報告

◎講話の後、話し合いを実施。今、私たちは何をすべきかなど、改めて考えていかねばなりません。(右はその一例です)

災害発生時に対処するには

- ・「グラッ」ときたらその瞬間どう行動すべきか、逃げる場所をあらかじめ考えておく
- ・避難場所の確認(複数箇所)
- ・食料と水の確保
- ・トイレの確認
- ・帰省時の対応
- ・近所との助け合い、付き合い
(「遠くの親戚より近くの他人」という言葉があります)



◆**地籍調査を行う地区は?**
令和6年度の地籍調査は古市町、久世戸町、尾上町、倭町、岡本2丁目、神久1・2・5丁目、御園町高向地区の各一部で実施します。



◆**地籍調査とは?**
地籍調査は、土地の基本的な情報を明らかにする調査です。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

地籍調査について
用地課 (TEL 21-5720)

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

弁護士法人 心 電話・TV電話相談対応

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

※本事務所は愛知県弁護士会所属。費用には例外や変更もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。※本所は令和6年4月時点のものです。

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>

平日9時~21時・土日祝9時~18時受付 (12/31~1/8は除く、大型連休中の休業や臨時休業もございます。詳細はHPをご覧ください)

0120-272-782

詳細は→ <https://www.kokoro.law>

松阪屋名古屋店・近鉄四日市駅・名古屋駅・岐阜駅

有料広告

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料

- ★ 催し物
- 🔊 募集
- ℹ️ お知らせ
- 📖 講座

募集

自衛官を募集

自衛隊三重地方協力本部
伊勢地域事務所
(TEL) 23-338800

募集種目 自衛官候補生・防衛大学校学生・防衛医科大学校医学科学生・防衛医科大学校看護学科学学生・航空学生・一般曹候補生

※応募資格、受付期間、試験期日など詳しくは、自衛隊三重地方協力本部のホームページを確認してください。



男女共同参画推進事業者などを募集

市民交流課

(TEL) 21-55513 (FAX) 21-55522

働き方を見直し、性別に関係なく、共に働きやすい職場環境づくりに取り組んでいる

事業者・団体などを次のとおり募集します。受賞した事業者・団体は後日表彰を行います。

対象団体 市内を活動拠点とする事業者・団体

取り組み例

- 性別に関係なく能力を發揮できる職場づくり
- 仕事と家庭の両立支援
- ワーク・ライフ・バランスの実践 など

申し込み 7月1日(月)～9月30日(月)・17時(必着)に応募用紙を郵送またはEメールで同課 (〒516-8601岩淵1丁目7-29、✉kouryu@city.ise.nie.jp) へ

※詳しくは、実施要領を確認してください。

※応募用紙・実施要領は同課にあります。また、市のホームページに掲載しています。



講座

ハートトレーニング 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な、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・定員・期間など 左表のとおり

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
※詳しくは、同センターへ問い合わせてください。

入所月	訓練科	定員	期間	説明会	選考日
8月	電気設備技術科	15人	8月20日(火)～令和7年2月13日(木)	7月1日(月)・8日(月)いずれかの日に参加してください。	7月17日(水)
	住宅リフォーム技術科	15人			
9月	機械・CAD科	15人	9月13日(金)～令和7年3月10日(月)	7月1日(月)・8日(月)・29日(月)・8月5日(月)・19日(月)いずれかの日に参加してください。	8月23日(金)

※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。
※受講は無料ですが、別途テキスト代・作業服代が必要です。

催し物

勢田川を天の川に 第29回 勢田川七夕大そうじ

環境課

(TEL) 21-5541 (FAX) 21-5522

勢田川七夕大そうじを、次のとおり実施します。

自治会会場

自治会会場ごとに実施を決定します。詳しくは、自治会内の回覧板などで案内します。

一般参加会場

県伊勢庁舎 (勢田町62-2) 付近で7月7日(日)・7時から実施予定です。詳しくは、市のホームページで案内します。
※駐車台数に限りがあるので、乗り合わせ、または公共交通機関を利用してください。
※そうじに必要な道具・用具(軍手、ごみ袋など)は各自で持参してください。



有料広告

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組まで
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 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

めいりんこども園

お問い合わせ ☎ 28-4094

最新の情報は、めいりんこども園ホームページをご覧ください

要予約 入園説明会

第2回 8月4日(日) AM10時～AM11時
【にごこ園舎: 明倫小学校おとなり】
令和7年4月入園をお考えの方は、ぜひご参加下さい。

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】

1号認定・2歳児(満3歳児クラス)は9月2日(月)から願書受付致します。2号・3号認定は10月1日(火)から申請書受付予定です。

子育て支援【さくらんぼくらぶ・フチさくらんぼ】の予定はホームページをご覧ください。

2024 ISE COLLECTION

伊勢市芸術祭

カルチャーフェスティバル

無料体験講座

文化政策課

(TEL) 22-7885 (FAX) 21-0424

さまざまな文化活動を無料で体験できる講座を伊勢市文化協会と共催で開催します。5歳以上の人は誰でも体験できます（一部年齢制限あり）。
とき・講座名・ところ・定員
 左表のとおり
申し込み 7月1日(月)・8時30分から各講座日の一週間前までに、市のホームページよりオンライン申請、または電話



とき	講座名 (対象(あるもの))	ところ	定員 (先着順)
7月11日(木) 10:30~11:30	ハッピー☆ブギを歌おう!	いせトピア (文化交流室)	20人
7月14日(日) 14:00~15:15	オイリュトミー体験会	いせトピア (リハーサル室)	20人
7月18日(木) 13:30~15:30	布花でぶどうの壁飾りを作る(小学3年生以上)	尾崎琴堂記念館 (会議室)	10人
7月24日(水) 10:00~11:30	毛筆で色紙に好きな文字を書こう	いせトピア (学習室2)	20人
7月25日(木) 15:30~16:30	体をほぐして Let's フラダンス!	いせトピア (リハーサル室)	10人
7月25日(木) 19:15~20:15	笑顔で美しく Enjoy Hula(フラダンス)	いせトピア (リハーサル室)	10人
7月27日(土) 10:30~11:30	初めてのヒップホップダンス入門(小学生以上)	いせトピア (リハーサル室)	20人
7月27日(土) 13:30~15:00	親子で楽しくお菓子を作ろう(小学生以上の親子)	いせトピア (調理室)	10組
7月28日(日) 14:00~15:00	やさしいいけばな(小学生以上)	いせトピア (絵画室)	10人
8月8日(木) 13:30~14:30	ベリーダンスエクササイズ	いせトピア (リハーサル室)	10人
8月10日(土) 10:00~11:30	楽しくクラシックバレエにふれてみよう(3歳以上)	いせトピア (リハーサル室)	20人
8月11日(祝) 10:30~11:30	楽しく俳優になってみよう	いせトピア (リハーサル室)	20人
8月17日(土) 9:30~10:30	ヒップホップダンス(小学生以上)	いせトピア (リハーサル室)	20人
8月17日(土) 14:00~15:00	三味線で伊勢音頭を唄おう	いせトピア (文化交流室)	20人
8月22日(木) 14:00~16:00	音は本物? 塩ビで尺八を作ろう!(小学5年生以上) ※小学生は保護者同伴	いせトピア (工芸室)	10人
8月25日(日) 10:30~12:00	初めてのお箏(小中学生)	實日館 (大広間)	15人
8月25日(日) 13:30~15:00	初めてのお箏(高校生以上)	※付き添いは入館料が必要	15人

で同課へ
 ※持ち物など詳しくは市のホームページを確認してください。

高校生による

シニアのためのスマホ教室2024

社会教育課
 (TEL) 22-7886 (FAX) 23-8641

スマートフォンのお操作がよく分からない・誰に聞いた方がいいのか分からない、といったシニアの皆さんを対象にスマホ教室を開催します。宇治山田商業高等学校の生徒の皆さんが講師となり、1対1でお教えます。
とき 8月2日(金)、①13時~14時30分 ②15時~16時30分

とじろ いせトピア・3階
 研修室1・2
対象 市内在住の昭和29年以前生まれの人で、スマホを持つている人
定員 各15人(先着順)
申し込み 7月1日(月)から、電話で同課へ

※申し込みの際に、スマホの機種(アンドロイドまたはアイフォン)と、操作で教えてほしいことを伝えてください。

家族交流会(ひきこもり)

ひきこもり地域支援センター
 つむぎ
 (TEL) 63-5670 (FAX) 27-2412

同じような境遇の人たちと交流し、思いを共有すること

で息抜きができる場です。
とき 7月22日(月)、13時30分~15時
ところ 福祉健康センター! 2階(八日市場町13-1)
対象 市内在住のひきこもり当事者の家族
内容 参加者同士の交流
定員 15人(先着順)
申し込み 7月16日(火)までに同センターへ

保育のお仕事セミナー & 合同就職相談会

保育課
 (TEL) 21-5714 (FAX) 21-5555

とき 7月28日(日)、13時~16時(受け付けは12時30分)
ところ シンフォニアテック

ロジール響ホール伊勢
対象 保育所・幼稚園・認定こども園・小規模保育事業所での就職を考えている学生、復職を考えている人、保育の仕事に興味のある人など
申し込み 7月19日(金)までに市のホームページからオンライン申請、または電話・ファクス・Eメールで同課へ



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

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

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

特別支援教育講演会

教育研究所

(TEL) 22-7900 (FAX) 22-7898

配慮を必要とする子どもたちと良い関係を築くため、コミュニケーション課題など個々の特性について学び、具体的な対処や支援方法について教職員・保護者・市民がともに考える講演会を開催します。

とき 7月30日(火)、14時〜16時30分 (受け付けは13時30分)

ところ いせトピア・多目的ホール

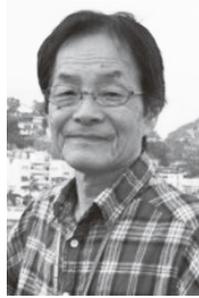
講演 配慮が必要な児童生徒への支援

講師 小栗 正幸さん (特別支援教育ネット代表)

定員 350人 (先着順)

申し込み 7月12日(金)までに下の二次元コードからオンライン申請

※市内の小中学校・幼稚園・保育所(園)・認定こども園へ通う子ども(保護者)は、各学校・園(所)を通じて申し込みます。



小栗 正幸さん



**パートナーの日啓発事業
浜田敬子講演会**

市民交流課内・NPO男女共同参画いんぽう伊勢

(TEL) 080-6978-4186、080-6978-4187

(FAX) 21-5522

テレビのコメントーターでおなじみの浜田敬子さん (ジャーナリスト、元

「AREA」編集長)に、パートナーシップの必要性や、より良い関係を築いていくために

何が必要なか、お話しいただきます。

とき 8月4日(日)、14時〜16時30分 (開場は13時)

ところ ハートプラザみその・多目的ホール

定員 230人 (先着順)

申し込み 7月1日(月)・9時から、左の二次元コードよりオンライン申請、または電話で同課へ



浜田 敬子さん



同時開催

「パートナーの日」川柳表

(彰式)

開催時間 13時30分〜14時

伊勢の星空を楽しみませんか?
天体望遠鏡による星の観察会

県営大仏山公園管理事務所

(TEL) 23-6565 (FAX) 23-6771

太陽系の惑星、夏の星座や七夕の星座を観察します。星座盤や望遠鏡を持参した人には、見方など説明します。

とき ①7月21日(日)・②8月11日(祝)、19時30分〜21時ごろ

ところ 県営大仏山公園・芝生広場

内容 ①七夕の星座や天の川を中心に観望、②月を中心に

観望

定員 ①②各50人 (先着順)

申し込み 7月17日(水)から、直接同事務所へ
※小学生以下は保護者同伴

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

(税込) **¥7,700**

トイレのトラブル



流れが悪い、つまり
している。タンクから
チョロチョロ音がする。

基本料金

(税込) **¥7,700**

有料広告

i お知らせ

二見浦海水浴場の開設

観光振興課
(TEL) 21-5542 (FAX) 21-5651

明治15年に日本で初めて開設された公設海水浴場です。「日本の渚・100選」にも選ばれている、砂浜が続く人気のビーチです。

とき 7月20日(出)～8月25日(回)、9時～17時

ところ 二見浦海水浴場

内容 二見浦海水浴場は波も穏やかで、小さい子どもから高齢者まで多くの人でにぎわっています。ぜひ、家族・友人とお越しください。

また、7月27日(出)、8月24日(出)、10月26日(出)、11月23日(回)にはイベントを予定しています。詳しくは後日、同海水浴場のホームページに公開予定です。

※駐車場は無料です。



国民年金保険料の免除制度

医療保険課福祉医療係
(TEL) 21-5554 (FAX) 20-8555

経済的理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合、納付が免除または猶予される制度があります。

免除

申請者・配偶者・世帯主などの前年の所得金額が一定以下の場合、その金額に依りて、申請年度の保険料の納付が全額または一部免除されます(任意加入の人を除く)

納付猶予

学生以外の50歳未満の人は、申請者・配偶者の前年の所得金額が一定以下の場合、申請年度の保険料が納付猶予されます(任意加入の人を除く)

申請方法

基礎年金番号が確認できるもの(基礎年金番号通知書、年金手帳など)、マイナンバーが確認できるもの(マイナンバーカードなど)、窓口へ来る人の本人確認ができるもの(運転免許証など)を持参し、直接同課または3総合支所生活福祉課・9支所へ

※免除申請書を提出した後でも審査期間中に日本年金機構から納

付書(審査決定前の金額が記載されたもの)が送付されますが、その納付書では支払いをせず、審査結果の通知書が届くまで保管するようにしてください。

※免除申請時に年度更新時の継続免除を希望しなかった人、一部納付が承認された人、退職による特例などで免除申請をした人は、引き続き免除を希望する場合、毎年申請する必要があります。

**人間ドックなど
受診結果を提出した
人に助成**

医療保険課

国民健康保険給付係
(TEL) 21-5646 (FAX) 20-8555

今年度40歳～74歳(一部75歳)となる国民健康保険の加入者に対して、人間ドックなどの受診費用として5000円を限度に助成金を交付します。

対象 昭和24年9月1日～昭和60年3月31日生まれの人

で、次の要件を全て満たす人
・国民健康保険特定健診対象者で、今年度に国民健康保険特定健診を受診しない人

・伊勢市国民健康保険加入中に一定の検査項目を含んだ人間ドックなどの健康診査

を今年度中に受診した人
・国民健康保険料を滞納していない世帯に属する人
※国民健康保険特定健診の対象者には6月下旬に受診券を送付しています。

**障がい児機能訓練
通所交通費を助成**

高齢・障がい福祉課

(TEL) 21-5558 (FAX) 20-8555

対象者 市内に住所を有し、身体障害者手帳または療育手帳の交付を受け、機能訓練施設へ通所する児童の介護者

対象(機能訓練)施設

- ・独立行政法人国立病院機構 鈴鹿病院
- ・独立行政法人国立病院機構 三重病院
- ・三重県立子ども心身発達医療センター
- ・済生会明和病院など(言語療法はありません)

※機能訓練(理学療法・作業療法・言語療法)のための通所が対象です。

助成額 通所に係る1回当たりの往復距離(1km未満は切り捨て)に1km当たり15円を乗じて得た額とし、当該日額

の通所日数分の額(ただし、1カ月当たりの助成額の上限は8000円)

申請方法 7月31日(水)までに、令和6年1月～6月までの助成について直接同課へ

※申請には通所する機能訓練施設の証明書を添付してください。当該施設が発行した領収証で機能訓練通所が確認できる場合、証明書に代えて領収証の写しでも可とします。

※申請書と証明書の所定用紙は、同課または3総合支所生活福祉課にあります。

伊勢志摩の自然を守り、魅力を伝えませんか
伊勢志摩国立公園パークボランティア
(伊勢志摩国立公園管理事務所 (TEL) 0599-43-2210)

自然とのふれあいに関心を持ち、伊勢志摩国立公園の適正な利用と自然保護の推進を図るための各種活動に対し理解と情熱を持ち、こうした活動に無償でかつ積極的に参加できる人材を募集します。

募集期間 7月1日(月)～8月18日(日)
定員 30人(選考があります)

※申し込み方法や募集要件など詳しくは右の二次元コードから環境省中部地方環境事務所のホームページをご覧ください。

社会を明るくする運動
強調月間

福祉総務課

(TEL) 21-5557 (FAX) 21-5555

7月1日は「更生保護の日」、7月は「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ「強調月間」です。

この運動は全ての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生への理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ犯罪や非行のない明るい社会を築こうとするものです。この期間、社会を明るくする運動が全国一斉に展開され、保護司を中心にさまざまな活動が行われる予定です。皆さんのご理解・ご協力をお願いいたします。

市有財産(建物付土地)を売却
資産経営課

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

下表のとおり、一般競争入札で売却します。

入札条件 一定の資格を満たす個人法人(入札保証金が必要)
申し込み 7月22日(月)～8月2日(金)に、申込書と必要書類を直接同課へ

物件名	区分	所在地・種類ほか	地目・構造	実測面積 延床面積	最低売却価格
旧伊勢市産業 支援センター	土地	朝熊町字鴨谷 4383番469 朝熊町字東谷 3477番14	宅地	2,867.50㎡	177,125,600円
	建物	本棟 実習棟 ほか	鉄骨造1階建 鉄骨造2階建	721.45㎡ 385.66㎡	
旧小木教育 集会所	土地	小木町字須賀野 605番3 小木町字須賀野 605番4	宅地	420.53㎡	18,200,000円
	建物	集会所	鉄筋コンクリート造 ルーフィングぶき 平家建	98.3㎡	

※最低売却価格には、建物に課税される消費税および地方消費税相当額を含みます。

入札期限 8月9日(金)・9時30分
開札日時 8月9日(金)・10時
※入札案内は、同課にあります。また、市のホームページに掲載します。
※売却条件については、入札案内または市のホームページをご覧ください。
内覧会
旧伊勢市産業支援センター：7月16日(火)、10時～
旧小木教育集会所：7月19日(金)、10時～
※希望する人は事前に同課へ申し込んでください。

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。
7/1～31 令和6年度の主な事業紹介(令和6年4月特集の再放送)

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、議会事務局 (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)

県大会を控え厳しい練習に励む、伊勢志摩地区の硬式野球部取材し、選手たちの素顔や試合に臨む意気込み、チームの雰囲気をご紹介します。

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。

生中継 伊勢神宮奉納全国花火大会(2時間番組)

放送日時 7月13日(出)、19時20分～21時20分(予定)

再放送:7月20日(出)、20時～21時30分(予定)

生中継 鳥羽みなとまつり(1時間5分番組)

放送日時 7月26日(金)、19時55分～21時(予定)(再放送:8月4日(日)、21時～22時)

いせテレビ(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・9時・11時・12時・16時・18時・20時・21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。

企画番組(1日・8日・16日・24日に内容更新)

7/1～ 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

7/8～ 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① ほか

7/16～ ぐるぐるグルメ・皇學館大学 大学生テレビ局 ほか

7/24～ 紡ぐ～美し国の技～・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。

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

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

7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
〔15日は祝日のため、16日(火)に行います〕
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
※22日実施分の申し込みは、16日(火)から受け付けます。

消費生活・多重債務

消費者被害の相談・クレジット・消費者金融など

- 時 月～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 7月18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 7月1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 7月17日(火)、13:00～
所 広報広聴課(TEL)21-5515
定 4人(先着順)
申 7月10日(火)・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 7月9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

7月の公証相談はありません。(偶数月の第1木曜日(祝日の場合は第2木曜日)に開催)

- 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 7月9日(火)、13:00～
所 二見総合支所生活福祉課(TEL)42-1111
申 相談日当日の13:00～15:00に、二見総合支所生活福祉課へ来所

- 時 7月16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

※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 7月11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
ミライセ
〔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 7月18日(木)、13:30～15:30
所 沼木コミュニティセンター〔沼木支所内〕
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。

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！

市民先行申込は
7月3日(水)
12:00から

野口みずき杯 2024 中日三重

お伊勢さんマラソン



スポーツ課 (TEL 22-7895 FAX 23-8641)

今年も「お伊勢さんマラソン」を開催します！一般申込に先駆けて、伊勢市民先行申込を受け付けます。風情ある伊勢の街並みを駆け抜けましょう！申し込みの際は、大会ホームページまたは大会リーフレットをご覧ください。

12月7日(土) **ウォーク** **バリアフリーラン** 12月8日(日) **ランニング** **メイン会場 県営サンアリーナ**
※いずれも雨天決行

種目	コース	定員	参加費	対象
ウォーク	約6km (9:30スタート)	3,000人 (伊勢市民先行 1,600人)	2,000円	健康な人 ※小学生以下の場合は保護者の同伴が必要です。
バリアフリーラン	約1.8km (10:00頃 スタート) ※ウォークのスタート完了後	80人 (伊勢市民先行 40人)	2,500円 (伴走者:1,000円)	・車いすや杖、歩行器を使用している人、歩行に障がいがある人、視覚障がい、知的・発達障がい、内部障がいのある人など(小学生以下の場合は保護者の伴走が必要) ・家族や友人の伴走可能 (伴走者の参加費は必要)
ランニング	5キロ (9:00スタート)	2,500人 (伊勢市民先行 800人)	4,500円 (駐車整理料 別途1,000円)	18歳以上(高校生を除く) ※車いすでの参加はできません。
	ハーフマラソン (9:10スタート)	5,500人 (伊勢市民先行 800人)	6,000円 (駐車整理料 別途1,000円)	

※参加費には、参加賞・傷害保険料などを含みます。

参加賞(全種目共通)

スポーツタオル・お伊勢さんチケット(500円分)・エコバッグ・赤福餅(2個)・ドリンク

申し込み(全種目先着順) ※令和6年度は例年より申し込み開始が1カ月早くなります。

受付期間 伊勢市民先行：7月 3日(水)・12:00～7月8日(月)・17:00
一般：7月10日(水)・12:00～9月9日(月)・17:00

申し込み方法 ●インターネット(ランネット、スポーツエントリー)
(窓口申込は) ●専用電話(TEL)0570-039-846 スポーツエントリー電話申込窓口) ※混雑回避のため、インターネット
ありません) ●郵便振替(ウォークのみ) での申し込みにご協力ください。

ダブルエントリーについて

みえ松阪マラソンとダブルエントリーすると豪華賞品が抽選で当たるキャンペーンを実施します。詳しくは大会ホームページをご覧ください。

大会情報に関する問い合わせ先

お伊勢さんマラソンエントリーセンター(テクノプラン内) TEL 048-778-5880

月～金曜日、10:00～17:00 ※8月10日(出)～18日(日)を除く

(バリアフリーランに関する問い合わせ先)

NPO法人伊勢志摩バリアフリーーツアーセンター TEL0599-21-0550(9:30～17:00(定休日：木曜日))

大会ホームページ URL <https://www.city.ise.mie.jp/marathon>

※大会リーフレットは、スポーツ課(小俣総合支所・2階)、健康課(MiraISE内健康福祉ステーション・5階)、市役所本館・1階ロビー(パンフレットスタンド)、3総合支所、9支所などにあります。

主催：お伊勢さんマラソン実行委員会



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
(5月末)

総人口 119,442人 (-192人)

世帯数 56,336世帯 (-19世帯)



男性 56,615人 (-115人)

女性 62,827人 (-77人)

広報いせ 第371号

発行日/令和6年7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。



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・雑紙と分別してご処分ください。



見やすいデザインの手文字を使用しています。

「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。