

伊勢市の情報をお届けします



広報

いせ  
Ise City



特集

# 地域おこし協力隊

## 伊勢の魅力、発見中。Part 2

※伊勢市の市外局番は「0596」です。

※本紙に掲載している情報（講座・イベントなど）は、予告なく中止・変更となる場合があります。

市のホームページ <https://www.city.ise.mie.jp> 伊勢市役所 検索

皆さんの意見や感想を募集中  
「広報いせ」1月1日号アンケートは  
1月31日(金)まで







特集

# 地域おこし協力隊

伊勢の魅力、発見中。 Part 2



伊勢市では、地域の未来と一緒に作る頼もしい仲間「地域おこし協力隊」が活動しています。令和5年12月1日号での特集以降に1人、令和6年11月にはさらに1人の隊員が着任し、現在5人で活動中です。伊勢のまちに飛び込んだ5人は、それぞれの経験を生かしながら地域の魅力の向上や再発見、そしてその魅力を発信するなどの「地域おこし」に挑戦しています。

今回の特集では、隊員の藤田さん(下写真・右から2番目)とともに、それぞれの活動への思いを聞きました！

商工労政課(TEL 21-5512 FAX 21-5651)

私がインタビュー  
しました！

## 「地域おこし協力隊」とは

「豊かな自然環境や歴史・文化に恵まれた地方で生活したい」「地域社会に貢献したい」などの思いを持った人が都市部から移住し、さまざまな「地域協力活動」を行いながら、その地域への定住・定着を図る取り組みです。





# わたしたちが地域おこし協力隊です！

わたしが  
伊勢を選んだ  
理由

伊勢は子どもの頃から観光などで何度も来ており、楽しい思い出のあるなじみ深い場所です。そしてこの度、結婚を機に伊勢にご縁があり、移住してきました。

わたしが  
伊勢を選んだ  
理由

もともと文章やデザインでものづくりを伝える仕事をしていましたが、職人の仕事に魅力を感じていました。その中で、活動内容に魅力を感じ、私の故郷からも遠くないので伊勢を選びました。



令和6年2月14日着任

地域産業振興部門

藤田 敬子さん

活動拠点 市商工労政課  
転入元 大阪府大阪市



令和5年11月6日着任

伊勢根付継承・啓発部門

田中 彩音さん

活動拠点 伊勢根付彫刻館  
転入元 大阪府大阪市



## 魅力探しと地域との交流の輪を広げる

地域の魅力を届けることが主な任務で、SNSアカウント「いせまちむすび」で地域情報を発信しています。車が無くても気軽に行けるよう、主に自転車と公共交通機関を利用してカメラ片手に取材へ行っています。まずは伊勢の魅力となる素材探しや地域との交流に力を入れながら、活動の幅を広げていきたいですね！



藤田さんが撮影した写真

## “ここ”にしかない魅力を発信したい

日本の歴史に欠かせない建造物、お祭り、自然、名所など伊勢にあるたくさんの魅力を多くの人に知ってほしいと思っています。グラフィックデザイナーの経験を発揮して、地元の人や来訪者がここにしかない魅力を“体感したい！”と思うような情報発信をしていきたいです。

## 「伊勢根付」の技術を磨き、啓発方法を模索

三重県指定の伝統工芸品「伊勢根付」の継承と啓発を行っています。プロの根付職人になるために、中川忠峰師匠のもとで修行に励み、彫刻技術を磨く傍ら、伊勢根付をもっと知ってもらうためのPR活動に取り組み、イベント出展やワークショップ、SNS発信、冊子の発行などを行っています。



中川忠峰師匠の代表作『ダリア』

## 根付って、実は可愛くてユーモラス！

「“伊勢根付”という独自の伝統工芸があるなんて知らなかった」と言う地元の方にもよく出会います。根付は高価で作法が厳しく、難しいものだと思われるかもしれませんが、実は可愛くてユーモラスなものです。好きなように愛でて、見たら笑みがこぼれる、そんな可愛らしくて優しい工芸品をもっと気軽に楽しんでもらいたいという思いで活動しています。



活動拠点 伊勢根付彫刻館 〒516-0051 伊勢市上地町1358-1  
TEL/FAX 25-5988 開館時間 10時～15時 休館日 火曜日

広報いせ令和5年12月1日号に掲載の  
お二人に再びインタビュー！

## 先輩協力隊員の今



令和4年1月24日着任

観光魅力創出部門

高橋 千典さん

活動拠点 神楽サロン有限公司

転入元 埼玉県越谷市

わたしが  
伊勢を選んだ  
理由

伊勢神宮をはじめとした日本の素晴らしい宝が息づいている場所だと感じ、これを伝えることができる学びのある旅行企画を作りたいと思いました。



神楽サロン



Instagram

当時の特集は  
こちらから！



広報いせ  
バックナンバー



### 伊勢の観光発展のために誘客と人材育成に力を入れる

着任後はひたすら伊勢志摩エリアを動き回り、2年目の終わりがちから徐々に受けられる仕事が増えていきました。3年目の今は、伊勢市から新しい体験コンテンツを作るプロジェクトの委託を受けたり、ツアーを行ったりと忙しくなっています。2月をもって隊員としての任期を終えますが、退任後も伊勢の観光の発展のために、人材育成やセールスに力を入れていきたいです！



わたしが  
伊勢を選んだ  
理由



Instagram

飲食店で地元の人と話した際に、地元への誇りと愛を感じました。それと合わせて皆さんの親切さに触れたときに「ここなら安心して居心地良く住める!」と思ったのがきっかけです。

令和5年7月20日着任

中心市街地活性化部門

遠藤 麻友さん

活動拠点 キクイチ分室

転入元 神奈川県茅ヶ崎市



### 多くの人に伊勢の魅力・文化を伝えていきたい！

「キクイチ分室」というカフェ兼コミュニティスペースを運営しています。「外宮と外宮参道をもっと知ってほしい」という思いのもと、地元で根ざしたビストロによる地産地消の食品を提供したり、観光案内などを行ったりしています。今後は観光で来た人にもっと伊勢を楽しんでもらえるようなしくみを考えていきたいです！

地域おこし協力隊に  
新しい仲間が加わりました！

令和6年11月26日着任

観光魅力創出部門

山下 莉奈さん

活動拠点 神楽サロン有限公司

転入元 岐阜県大垣市

伊勢市は名産品が多く、食文化も多様なところが魅力だと感じました。食文化や伝統を学びながら、パティシエの経験を生かして、食や地域の魅力を多くの人に伝え、地域活性化に貢献したいです！







### 神宮と御塩焼所 by 高橋

伊勢に来るきっかけとなった神宮は、やはり外せない場所です。職場に近い外宮へ参拝することも多く、良いご縁にたくさん恵まれたのもそのおかげかもしれません。伊勢に来てから全125社を回りましたが、御塩焼神社と粟皇子神社が特に印象に残っています。



紅葉もとても  
きれいでした！



### 五十鈴川と宮川堤の桜 by 遠藤

自然を感じられる場所が好きで、特に五十鈴川と宮川堤の桜が好きですね。五十鈴川は、きれいな水と緑を感じられるので好きです。宮川堤もあんなにたくさんの桜を見たことがなく、とても感動しました！



わたしたち  
地域おこし協力隊の

## とっておきの 伊勢！

朝日が  
キラキラ光る伊勢湾も  
ステキです！



### 心が豊かな伊勢の 皆さんが魅力そのもの by 田中

昔から、お伊勢参りで多くの「ヨソモノ」を迎えてきた伊勢。伊勢の方たちは心が豊かで、よそ者である私も優しく受け入れてくださります。神宮さんに守られて、穏やかに暮らす伊勢の皆さんが伊勢の魅力そのものです。



### 夏至の夫婦岩と美しい二見浦 by 藤田

夫婦岩へ夏至の日の出を撮りに行った際、満天の星空から徐々に太陽の光が昇ってくる様子に感動しました。

また、広大な美しい海と砂浜、資日館周辺の整備された通り、緑が清々しい音無山の自然を肌で感じながら、海岸で伊勢湾を眺めているときが最高に癒やされますね。



これからも地域おこし協力隊の皆さんは、それぞれの経験を生かしながら伊勢の魅力の向上や再発見、そしてそれらの魅力を伝える活動を行っていきます。今後もそれぞれの活動を見守りながら、一緒に地域の未来をつくっていきましょう！



# あらゆる世代が 愛着や誇りを持てるまちの 実現に向けて

**明**

けましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、新年を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年、能登半島では元日に地震が発生し、9月には再び豪雨災害が起こりました。伊勢市からは、発災直後より職員を派遣し、被災地支援を行ってまいりました。被災地の一日も早い復旧・復興を心よりお祈り申し上げます。

本市におきましては、古い木造住宅の耐震補強や耐震シェルター設置の補助による防災対策の強化を行ってまいりました。そのほか、大型複合遊具などインクルーシブな遊具を設置した市営大仏山公園「山のなかよし広場」のオープンや子ども医療費助成の拡充などによる子育て環境の向上など、市民の皆様が安心して生活環境の整備に向けた取り組みを進めることができた一年となりました。

さて、本年は市制施行20周年を迎える節目の年であります。この20年間を振り返りますと、人口減少や少子高齢化、デジタル技術の発展、新型コロナウイルス感染症による生活様式の変化など、社会は大きく変化しました。こうした変化をしっかりと捉え分析しつつ、将来を見据え、市民の皆様により良い行政サービスを提供できるよう努めてまいります。

第63回神宮式年遷宮につきましては、令和15年を目指して本格的な準備が始まりました。来年に予定されるお木曳行事に向けて、まち全体の機運を醸成するとともに、観光客の誘致を通じて地域の活性化につなげてまいります。また、いせ市民活動センター北館に郷土資料館の整備を進めることで、市民の皆様が伊勢の歴史や文化に対する理解を深め、あらゆる世代が本市に対する愛着や誇りを育むことができるよう努めてまいります。

このほか、伊勢市駅前再開発など中心市街地のにぎわいの創出、移動手段の充実・確保に向けた日本版ライドシェアの実証事業の実施や自動運転バスの実証実験の検証、新ごみ処理施設の建設、老朽化が進む宮川橋を代替する高向小俣線などの整備を着実に進めてまいります。そして、激甚化・頻発化する自然災害への防災・減災対策や物価高騰対策などの取り組みをしっかりと進め、子どもたちの笑顔があふれ、幸せに年齢を重ねられる「笑子・幸齢化」のまちの実現に向け、全力を尽くしてまいりますので、本年も市政へのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして、幸運き年でありますようお願い申し上げます。新年のごあいさつといたします。

伊勢市長 鈴木 健一

Suzuki Kenichi



明

けましておめでとうございます。

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

日頃は、議会活動に対する温かいご支  
援およびご協力を賜りまして、厚くお礼  
申し上げます。

昨年は、全国各地で猛威を振るう自然  
の恐ろしさを痛感した年でありました。  
特に元日の大地震から復興に向けて歩み  
を進めていた能登地方に、追い打ちをか  
けるように豪雨が襲い、再び甚大な被害  
に見舞われたことは大変心が痛みます。  
被災された皆様が、一日も早く元の平穩  
な生活を取り戻すことができますよう、  
心からお祈り申し上げます。

さて、日本の景気は緩やかな回復基調  
にあるとされていますが、エネルギー価  
格の高騰や物価上昇が、昨年も私たちの  
家計に大きな影響を及ぼしました。市議

会としましては、市民の皆様の生活を守  
り抜くため、生活支援に関する予算を可  
決するなど、必要とされる支援を迅速に  
お届けできるよう鋭意対応してまいりま  
した。

伊勢市を取り巻く状況は、人口減少や  
少子高齢化、デジタル化、防災・減災など  
複雑化かつ多様化し、未来を見据えた持  
続可能なまちづくりの構築が喫緊の課題  
となっており、引き続き、皆様が安心  
して暮らせるよう行政と共に取り組んで  
まいります。

議決機関である議会と執行機関である  
行政は車の両輪に例えられ、共に力を合  
わせて前へ進まなくてはなりません。さ  
らに、二代表制の一翼を担う議会には、  
行政に対するチェック機能の充実強化が  
求められます。

伊勢市議会では、議会の役割と責任を  
しっかりと果たすべく研鑽を重ね、市民の

皆様に身近な市議会として、より分かり  
やすく開かれた議会の在り方を引き続き  
追求するとともに、社会生活の変化に対  
応できるよう、さらなる議会改革を進め  
てまいります。

議員一同、市民の皆様の付託と信頼に  
応えるよう一丸となって取り組んでまい  
りますので、より一層のご理解とご協力  
をお願い申し上げます。

今年の干支は「巳」です。脱皮をする姿  
が成長の象徴とされるように、市制施行  
20周年の節目を迎える本年が、未来への  
躍進に向けて大きく成長することを願っ  
ております。

皆様にとりまして、この一年が幸多く、  
実りあふれた素晴らしい年となりますよ  
う心からお祈り申し上げます、新年のごあい  
さつといたします。

## 社会生活の変化に対応できるよう さらなる議会改革を進めます

伊勢市議会議長 浜口 和久

Hamaguchi Kazuhisa



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)



伊勢神宮御造材揚木之光景 伊勢神宮御造材揚木之光景

宮川から水揚げし、まずはソリに載せられました



伊勢神宮御造材各町木配

各町(町)へ御用材が分けられました



お木曳などについて詳しくは、  
伊勢御遷宮委員会のホーム  
ページをご覧ください。

ごようざい  
御用材はどこから？

お木曳で奉曳する御用材(御遷宮で使用する木)は、江戸時代中期から木曽の山のヒノキを使用しています(前回の第62回神宮式年遷宮では一部、神宮宮域林のヒノキを使用)。第63回神宮式年遷宮でも前回の実績に基づき進められる予定です。

木曽の山で伐採された御用材は、陸運が発達するまで、筏に組まれて木曽川を下り、桑名

受け継ぐ、伊勢の伝統・文化財

## 令和のお木曳 《第七回》

から伊勢湾へ運ばれました。木遣り唄の一つでも「御木は木曽より 谷々越えて 清き流れの宮川へ」と唄われています。

左の写真は、第2次世界大戦より前のお木曳の写真で、水運による搬送時の損傷防止のため御用材は両方の木口を丸く成形されているのが分かります。そして伊勢に到着した筏は大湊の貯木場に入り、内宮分と外宮分に分けられました。

内宮分は大湊から五十鈴川をさかのぼり、鹿海町の貯木場へ。そこから五十鈴川へ曳き出します。外宮分は、宮川右岸現在の度会橋の少し下流に貯木場がありました。

一番上の写真は、宮川の土手にたくさんの方々が集まり、貯木場から水揚げした御用材をソリに積み載せているところです。陸曳は、まずソリで堤防を越え、奉曳車に御用材を積みかえて、陸路を曳いて運びます。

初めてのお木曳に向けて  
子ども木遣り

子どもたちにとって初めてのお木曳。その晴れ舞台に向け、経験豊かな大人とともに練習に励んでいます。

ふなえしんぐくみ  
船江神習組



／ 楽しく練習！ ／

週に一度集まり、木遣りの練習をしています。基本の声出しから始まり、次に囃子(はやし)をみんなで一斉に唄います。喉を慣らした後、それぞれ一人で唄い、本番さながらに力強く声を響かせます。指導する大人も、子どもたちの真剣な姿を見て、指導に熱が入ります。

子どもたちは「本番は緊張するけど、練習は楽しい！」と、笑顔で答えてくれました。これからも各地の催しに参加し、人前で披露して経験を重ねていきます。



／ そろいの法被で披露！ ／

※伊勢御遷宮委員会発行「令和のお木曳」  
第3号から一部内容を再編しています。



# イセピッチコンテスト ISE PITCH CONTEST

## 受賞者が決定!

企画調整課 (TEL 21-5510 FAX 21-5522)



令和7年度に市制20周年を迎えるにあたり、提案者自らが実施する伊勢の“活力創出”や“地域課題解決”に導くアイデアを幅広く募集しました。

応募のあった50プランの中から選ばれた、最優秀賞・優秀賞を紹介します。



### 優秀賞

**山田 みかん** さん

(株式会社Shireru)

#### プラン概要

地域の情報 &  
課題データベース

### 最優秀賞

**五嶋 達暁** さん

(ともしびマルシェ株式会社)

#### プラン概要

麦芽粕などの食品副産物をアップサイクルし、国内外に展開する

### 優秀賞

**久保 直嗣** さん

(AC Biode株式会社)

#### プラン概要

有機廃棄物をオンラインで消化し、電気、熱などにリサイクル

## 最優秀賞 受賞者のコメント

伊勢市制 20 周年、おめでとうございます！このような大変栄誉ある賞をいただき光栄です。伊勢市は、神宮林をはじめとした緑深い山々、清流宮川、五十鈴川を始めとした水脈、日本三大湾の伊勢湾など豊かな自然風土に恵まれています。その自然の恵みと熱い伊勢市のみなさんの思いを、国内外にもっと発信・展開していきたいと思っております。伊勢から世界へ。





**普通食**

おかずのみ 600円(税込)  
ご飯付き 670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が日

【「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】

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 伊勢市二見町莊370-1  
営業時間 9:30~19:00 定休日 火曜日

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。



## 離乳食教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

と き 1月24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7～11カ月)の保護者

内容 離乳食(後期～完了期)の話・試食

定員 15人(先着順)

持ち物 筆記用具

申し込み 1月6日(月)・8:30～23日(休)・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 1月27日(月)、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、バスタオル(沐浴体験で人形を拭きます)

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対応します。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 2月3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 母子健康手帳、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 1月6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対応します。健康課へ連絡してください。

## 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)

子育てを楽しく・安心してスタートできるよう、保健師・助産師と一緒に出産に向けての準備をしましょう。

と き 2月10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 市内在住の妊婦

内容 ミニ講話「赤ちゃんを迎える準備について(妊娠・出産・育児用品の紹介とそろえ方 など)」

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



## 御園こども広場 親子でリトミック♪

ハートプラザみその・こども広場  
(TEL・FAX 22-7355)

楽しく音楽と触れ合いましょう♪

と き 1月16日(休)・10:30～11:00

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～就学前の子どもとその保護者

定員 10組(先着順)

申し込み 令和6年12月21日(土)・9:00～1月15日(休)・17:00  
に、直接または電話・FAXで同広場へ



## おたふくかぜワクチン 接種費用を助成しています

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

対象 接種日(令和6年4月1日以降)に市内に住所を有する、1歳～就学前の子ども

助成額 1回あたり2,000円(2回まで)

実施場所 市内の実施医療機関

申し込み 事前に実施医療機関へ申し込み



実施医療機関

※おたふくかぜワクチンは任意接種です。かかりつけ医と相談し、副反応など十分理解したうえで判断し、接種してください。

※助成額を超える金額は、自己負担となります(医療機関により額は異なります)。



## 入学に係る費用の一部(就学援助費)を入学前に支給

学校教育課 (TEL 22-7879 FAX 23-8641)

市では、伊勢市立の小中学校に通う子どもがいて、経済的に困っている家庭に、学用品費・学校給食費などの一部を就学援助費として支給しています。

就学援助費のうち新入学児童生徒学用品費(ランドセル・制服など)について、入学前に支給します。

**対象** 次の要件を全て満たす家庭

- 申請時に市内に居住している家庭  
(3月31日までに市外へ転出する場合を除く)
- 4月に伊勢市立の小中学校に入学予定の子どもがいる家庭
- 次の「就学援助の要件」に該当し、認定された家庭

### 就学援助の要件

世帯の合計所得金額が、平成25年8月の生活扶助基準見直し前の生活保護基準額の1.5倍以内である家庭。または、1.5倍を超えているが、特に教育委員会が必要と認めた家庭

**支給額** (対象となる新入学児童生徒1人当たり)

- 新小学1年生…57,060円
- 新中学1年生…63,000円

**支給日** 3月7日(金)(予定)

**申し込み** 1月10日(金)までに、申請書を次の受付場所へ

- 新小学1年生…入学予定校
- 新中学1年生…在籍小学校

※制度の案内・申請書は、学校教育課(小俣総合支所・2階)・子育て応援課(市役所東館・2階)・伊勢市立の小中学校にあります。また、市のホームページに掲載しています。

※審査結果は2月末ごろに通知します。

※今回申請をしなくても、4月までに申請して認定された場合、入学後に支給します。



### 伊勢市就学援助制度の所得基準(参考)

| 家族構成(年齢)           | 世帯の合計所得金額 | 【参考:会社員などの場合】<br>世帯の合計年間収入金額 |
|--------------------|-----------|------------------------------|
| 2人(32・8歳)          | 約193万円以下  | 約302万円以下                     |
| 3人(36・32・7歳)       | 約260万円以下  | 約393万円以下                     |
| 4人(36・32・9・5歳)     | 約302万円以下  | 約445万円以下                     |
| 5人(43・38・14・10・8歳) | 約403万円以下  | 約572万円以下                     |

- ・上表の所得基準は世帯を構成している人数や年齢などによって異なりますので、おおよその目安にしてください。
- ・合計所得金額とは、年間収入金額(総支給額)から給与所得控除などの必要経費を差し引いた額です。
- ・給与所得または公的年金などに関する所得がある場合は、所得金額から10万円を控除した額を所得金額とします。

## 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<br>(助産師による個別相談)                                                             | 毎週火曜日(*)<br>① 9:00～<br>② 10:30～                                                                 | ママ☆ほっとテラス<br>(健康福祉ステーション・6階)                          | 健康課<br>(中央保健センター(健康福祉ステーション・5階))<br>(TEL) 27-2435 (FAX) 21-0683 |
| おしゃべりタイム ※要予約<br>(妊婦さん・産後のママの交流会)                                                        | 毎月第2～4<br>木曜日(*)<br>① 10:00～11:00<br>② 11:00～12:00                                              |                                                       |                                                                 |
| 子育て相談(巡回)<br>[妊産婦・乳幼児期の保健(身体計測・栄養相談など)]<br>●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)             | 1月 7日(火) 9:30～11:00<br>1月14日(火) 9:30～11:00<br>13:00～14:30<br>1月28日(火) 9:30～11:00<br>13:00～14:30 | 二見老人福祉センター<br>中央保健センター<br>(健康福祉ステーション・5階)<br>小俣保健センター |                                                                 |
| 受け付けは1月6日(月)から<br>ママ☆こころの相談室 ※要予約<br>[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)] | 1月23日(木)<br>① 9:30～10:15<br>② 10:30～11:15<br>(各回1人ずつ)                                           | 中央保健センター<br>(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<br>9:00～17:00                                                                            | 駅前子育て支援センター<br>キッズ☆もっとテラス<br>(健康福祉ステーション・6階)          | 駅前子育て支援センター<br>キッズ☆もっとテラス<br>(TEL) 63-5488                      |
| ひとり親 ※窓口での相談は要予約                                                                         | 月～金曜日(*)<br>9:00～17:00                                                                          | 子育て応援課<br>(市役所東館・2階)                                  | 子育て応援課<br>(TEL) 21-5713 (FAX) 21-5555                           |
| 子どもの発達 ※要予約                                                                              | 月～金曜日(*)<br>8:30～17:15                                                                          | こども発達支援室<br>(健康福祉ステーション・5階)                           | こども発達支援室<br>(TEL) 63-5444 (FAX) 21-0683                         |

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!!

見積り無料

0120-28-3001

つた運輸

http://www.tsutaunyu.jp/



# 図書館へ行こう!

時とき 所ところ 対対象 内内容  
定定員 持持ち物 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

### 休館のお知らせ

令和6年12月29日(日)～1月4日(土)は、年末年始のため休館

### 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  
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

### あかちゃんえほんのじかん

時 1月23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 1月12日(日)、14時～(開場は13時45分)  
所 2階・視聴覚室  
内 「伊勢への道 JINGU」第二巻 神宮の叡智編 (63分)  
定 40人(当日先着順)

### プログラミング講座 プログラミングロボット「こくり」をうごかそう!

時 1月19日(日)、14時～15時  
所 2階・視聴覚室  
対 小学生とその保護者  
内 プログラミングロボット「こくり」と遊びながら楽しくプログラミングを学ぼう!  
定 5組(先着順)  
申 1月5日(日)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

### ボランティア養成講座

時 ①2月15日(土)、10時30分～12時  
②2月22日(土)、10時30分～12時  
所 2階・視聴覚室  
対 おはなし会などのボランティア活動に興味がある人  
絵本や紙芝居に興味がある人  
内 絵本や紙芝居の選び方・読み方・わらべうたなどの講座  
講師 山本 真知子さん(おはなしプーさん)  
定 5人 ※両日参加できる人に限ります。  
申 1月18日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

## 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

### 休館のお知らせ

令和6年12月29日(日)～1月4日(土)は、年末年始のため休館

### おはなし会

①赤ちゃんおはなし会 1月9日(木)、11時～  
②たんぽぽおはなし会 1月11日(土)、15時～  
③ピッポの会・紙芝居 1月19日(日)、11時～  
所 2階・会議室  
定 ①10組程度、②③各20人程度(当日先着順)

### 図書館おはなし会&工作

時 1月25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、「とばせるおもちゃ」を作ります  
定 20人程度(当日先着順)

### 上映会

時 1月18日(土)、15時～  
「陽炎の辻 完結編 ～居眠り磐音 江戸双紙～」(88分)  
出演:山本耕史、中越典子 ほか ※敬称略  
所 2階・視聴覚室  
定 20人程度(当日先着順)

### マナーアップ月間 2025

#### How to 図書館 本の住所を知ろう編New

時 1月11日(土)～2月13日(木) 所 1階・カウンター前  
内 図書館での本の探し方と、利用マナーに関する展示をします。  
また、オリジナルブックカバーを配布します  
(配布は無くなり次第終了します)

### 謎の生物「チリモン」発見!!

時 1月26日(日)、13時30分～15時 所 2階・ホール  
対 3歳～小学生とその保護者  
内 ちりめんじゃこに混入している小さな生物「チリメンモンスター(チリモン)」の名前などを調べます。海に関するおはなしやクイズもあります。ガチャマシーンからチリモンボールをGETしよう!  
講師 縣 拓也さん(鳥羽市立海の博物館)  
定 30組程度(先着順)  
申 1月5日(日)・9時から、直接または電話で同館へ

### せつぶんおはなし会

時 2月2日(日)、15時～ 所 2階・会議室  
対 小学生以下(就学前の子どもは保護者同伴)  
内 節分に関するおはなしの読み聞かせと工作をします  
定 20人程度(当日先着順)



## 県審査特選

# 明るい選挙啓発ポスターコンクール

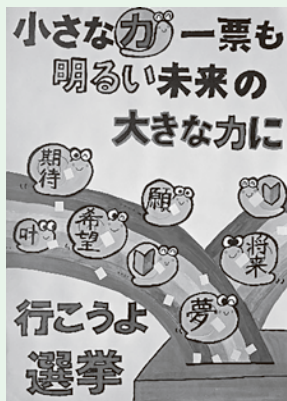
選挙管理委員会 (TEL 21-5635 FAX 21-5636)

令和6年度「明るい選挙啓発ポスターコンクール」市審査会で特選に選ばれた作品を県審査会に提出したところ、4作品が特選となりましたので紹介します。

### 小学校の部【特選】



梅前 美南 さん  
(小俣小3年)



濱口 愛奈 さん  
(倉田山中2年)

### 中学校の部【特選】



西村 瑠愛 さん  
(小俣中3年)



樋口 莉央 さん  
(小俣中3年)

市審査会入賞作品については次の通り展示を行います。また、市のホームページに掲載しています。

**とき** 1月15日(水)～21日(火)、9:00～21:00

※初日(15日)は12:00～

**ところ** ミタス伊勢・中央通路



## 「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



**南海トラフ地震に備えて  
耐震シェルターを準備しませんか**

補助金**100万円**内で  
補助金予算なくなり次第補助終了  
耐震シェルター**設置可能**

お問合せは有限会社扇光  
**0120-57-2535**  
補助金利用要件は弊社でもご相談承ります

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**

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

お気軽にお電話ください!  
**0120(28)4531** 藤原屋ホームページ  
http://fujiiwaraya-ise.jp

伊勢の畳屋 検索

有料  
広告



# 「世界に発信！伊勢市短詩型文学祭」の入賞作品が決定しました

今年度で9回目となる文学祭は、伊勢市の未来を担う子どもたちに「日本の文芸を通じて、みずみずしい感性で世界に伊勢市の魅力をPRしてもらいたい」との思いを込めて、平成28年度から実施しています。

市内の小中学生から、伊勢に関する観光スポット・おいしい食べ物・楽しいイベント・美しい四季の風景などを題材に短歌と俳句を募集したところ、応募者数1157人、応募作品総数1988点の作品が寄せられました。たくさんのご応募ありがとうございました。



展示の様子

※入賞作品は市のホームページに掲載しています。



## 作品に多く使われたキーワード

- |          |                 |
|----------|-----------------|
| 1位 伊勢うどん | 3位 宮川花火大会・花火 など |
| 2位 伊勢    | 4位 伊勢神宮・神宮      |
|          | 5位 赤福・赤福氷 など    |

### 短歌

#### 小学生の部

市長賞 藤本 まひろさん(厚生小2年)  
教育長賞 松田 桃真さん(進修小1年)  
伊藤園賞 奥野 優貴さん(有緞小4年)  
奨励賞 小椋 詩音莉さん(中島小3年)

相場 奏乃さん(宮山小5年)  
岡山 朔久さん(上野小3年)  
岡山 莉久さん(上野小6年)  
中西 来斗さん(明野小6年)

#### 中学生の部

市長賞 山本 桃香さん(倉田山中2年)  
教育長賞 濱井 桃花さん(倉田山中3年)  
伊藤園賞 中井 優杏さん(小俣中1年)  
奨励賞 田村 みなさん(倉田山中2年)

協岡 遼さん(小俣中1年)  
岡部 真さん(伊勢宮川中1年)  
阿部 くるみさん(伊勢宮川中3年)  
谷口 絢音さん(伊勢宮川中3年)

### 俳句

#### 小学生の部

市長賞 御村 涼華さん(御園小5年)  
教育長賞 大西 咲希さん(浜郷小6年)  
伊藤園賞 南 佳那さん(小俣小3年)  
奨励賞 小林 航大さん(修道小3年)

高阪 美羽さん(修道小5年)  
山本 壮汰さん(早修小5年)  
酒徳 陸人さん(明倫小6年)  
野呂 彩葉さん(宮山小6年)

#### 中学生の部

市長賞 向井 心春さん(小俣中1年)  
教育長賞 小林 泰大さん(小俣中3年)  
伊藤園賞 小椋 紗友季さん(伊勢宮川中1年)  
奨励賞 橋本 悠佑さん(倉田山中3年)

安城 太智さん(小俣中1年)  
山下 稀良さん(御園中3年)  
森 謙心さん(伊勢宮川中3年)  
中村 芽生さん(皇學館中2年)

## 市長賞の作品を紹介

### 短歌

小学生の部 (厚生小2年 藤本 まひろさん)  
みや川のさくら見上げる母の横  
とおくをはしるでん車見つめる

中学生の部 (倉田山中2年 山本 桃香さん)  
まだ青いトマトのようだと思いつつ  
渋抜き手伝う蓮台寺柿

### 俳句

小学生の部 (御園小5年 御村 涼華さん)  
芝強し竜の形の臥竜梅

中学生の部 (小俣中1年 向井 心春さん)  
天空のポストで送る花便り



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

〒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

## 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

☎ 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



## 高齢者や認知症にやさしい応援団

# こども作文コンクールの 優秀作品が決定しました

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

高齢者や認知症にやさしい応援団「こども作文コンクール」は、子どもたちが日常生活での体験や読書を通じて「高齢者」や「認知症」について考え、優しさや思いやりを育むきっかけとして、令和元年度から実施しています。

市内の小学校の応募作品から、心に響く優秀作品7点を決定し、令和6年11月17日に開催した第14回伊勢地区医師会脳卒中・認知症市民公開講座の中で表彰式を行いました。受賞者は次の皆さんです。

### ★伊勢市長賞

奥野 心海さん(有緋小3年)

### ★伊勢市議会議員賞

中村 日向子さん(豊浜東小6年)

### ★伊勢市教育長賞

谷岡 蒼一郎さん(小俣小3年)

### ★伊勢地区医師会長賞

岩城 美音さん(修道小1年)

### ★伊勢志摩区域連携型 認知症疾患医療センター長賞

島岡 凜太郎さん(御園小6年)

### ★伊勢市立伊勢図書館長賞

田口 翔さん(進修小4年)

### ★伊勢市立小俣図書館長賞

森 優華さん(有緋小3年)



### 伊勢市長賞

## 「認知症のおばちゃんとお出かけ」

### お出かけ

有緋小学校3年 奥野 心海

94才親せきのおばちゃんと、かき氷を食べに行ってきた。おばちゃんは認知症です。週2・3回デイサービスに行っている。一日楽しんでるそうです。それ以外は家で一人で過ごしています。たまに娘さんと買い物に行くぐらいです。暑くなってきたので、

「かき氷が食べたい。赤福の氷が食べに行きたい」もう来年は行けないかもしれないから」と言ったそうです。でも歩くのもフラフラ。トイレも何度も行くので、行くのはやめようかと思ったり、行きたいですが、94才最後になるかもしれないので、みんなで行く事にしました。おばちゃんは、いつも同じ話を何回もしたり、立ったり、座ったりとフラフラしています。何度も転んでいるそうです。今はあまり外には出ていけないけれど、少し前は、一人で、出て帰ってこれな

い事があり、けいさつよりれんらくがあったり、誰かに助けられたりされて、いました。娘さんは怒っていたそうです。くつやカバンに名前を書いたり、玄関にセンサー、それでも出ていくので、鍵をいくつかつけてみたのですが、それでも出ていくので

「なんで出ていくのだろう」と考えた。その方向におはかがある事に気づいたそうです。それから、はか参りを週一回、行くようにしました。娘さんが、かき氷を食べている時に、「出ていかないようにしていたのは、間違っていた」と話していました。認知症の方の事はまだ分からないけれど、「一緒に」と娘さんが言っていたのが大切に思いました。またおばちゃんや娘さんと一緒に、お出かけしたいと思っています。



優秀作品は、市のホームページに掲載しています。

こども作文コンクール 伊勢市 検索



# 人権尊重啓発 ポスター・標語

人権政策課 (TEL 21-5545 FAX 21-5555)

人権意識を高め、人権尊重の精神を育むため、伊勢市人権施策推進協議会の主催で、人権尊重啓発ポスターおよび標語を募集しました。

ポスターは300点の応募があり、審査の結果、市長賞9点と会長賞および奨励賞が選ばれました。また、標語は14点の応募があり、市長賞1点と会長賞が選ばれました。市長賞の作品は次のとおりです。

人権尊重啓発標語

素晴らしいみんなそれぞれ違うから

奥田悦生さん(小俣町相合)

## 人権尊重啓発ポスター



梅前 杏菜さん  
(小俣小1年)



山本 京さん  
(城田小2年)



河俣 凜さん  
(修道小3年)



廣垣 衣都さん  
(豊浜西小4年)



坂口 遥音さん  
(明野小5年)



松井 莉璃彩さん  
(明野小6年)



坂口 憲翔さん  
(伊勢宮川中1年)



山際 聖良さん  
(倉田山中2年)



中西 優里奈さん  
(小俣中3年)

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  
(税込) ¥7,700

有  
料  
広  
告

# イセ ヒューマンライツ ムービー ジャム 第10回 ISE HUMANRIGHTS MOVIE JAM

入場無料

事前  
申し込み  
不要

定員  
400人  
(当日先着順)



手話通訳あり

## いせ人権映画祭

映像制作・鑑賞を通して、人権に対する意識の啓発と人権感覚の向上を目的とした映画祭を開催します。全国の幅広い層から応募があった「人権をテーマとする自主制作ショートムービー」から、選考委員会で選ばれた作品を上映します。

とき 2月1日(土)、12:30～

ところ いせトピア・多目的ホール



「いせトピア」

## 応募作品の中から10作品を上映

作品上映前に、それぞれの制作者による作品紹介を行います。全ての作品上映後、来場者の皆さんに最も印象に残った作品を投票いただき、「モスト・インプレッシブ・ムービー賞」として表彰します。映画監督である瀬木直貴さんによる作品講評も行います。

また、いせ人権映画祭10周年記念として、瀬木監督による講演会も同時開催します。

皆さんお誘い合わせのうえ、ご来場ください。

### 瀬木直貴さんプロフィール

三重県出身。映画監督のほか、CM制作、エッセー執筆、環境・人権に関する講演活動や各地のまちづくりアドバイザーも務め、多方面で活躍中。監督作品として、「スパイスより愛を込めて。」(2023年)、「いのちスケッチ」(2019年)、「恋のしずく」(2018年)、三重県が舞台の「グッドラック～恋結びの里～」[ROUTE42]などがあります。プロデュースにも力を注ぎ、「ALIVEHOONアライブフーン」(2022年・下山天監督)は、CGに頼らない本格カーアクションとして世界配給し、高い評価を得ています。



人権政策課 (TEL 21-5545 FAX 21-5555)

第10回 いせ人権映画祭  
**ISE HUMANRIGHTS MOVIE JAM**

第2部  
瀬木直貴監督による講演会

いせ人権映画祭10周年記念

第1部  
人権ショートムービー上映

全国から募集した自主制作人権ショートムービー(1作品15分以内)を上映します

2025.2.1 Sat. OPEN 12:00  
12:30-16:30

会場：伊勢市生涯学習センター いせトピア  
入場無料・事前申込不要(定員400人・先着順) 手話通訳あり

映画監督  
瀬木 直貴さん  
(三重県四日市市出身)

託児を希望される方は、令和7年1月22日(水)までに人権政策課へ  
(先着6名、生後6か月～小学校低学年まで)

原画提供：皇学院大学美術部

主催：伊勢市  
共催：伊勢市人権施策推進協議会 伊勢市映画鑑賞委員会  
後援：三重県高等学校放送連盟 津地方放送局伊勢支局 伊勢市教育委員会  
問い合わせ：伊勢市映画鑑賞実行委員会事務局  
(伊勢市生涯学習センター人権政策課内)  
TEL: 0594-21-5545 FAX: 0594-21-5555 E-mail: jinken@city.ise.mie.jp

### 上映作品 (作品名は五十音順・団体名は敬称略)

| No. | 作品名          | 団体名             |
|-----|--------------|-----------------|
| 1   | アの国の友だち      | 小野 光洋(千葉県)      |
| 2   | おばあちゃんのぬか漬け  | 菰野ふるさと映画塾(菰野町)  |
| 3   | 消えないもの       | 桜丘高等学校 放送部(伊賀市) |
| 4   | The Mosquito | 鈴木 雄吾(千葉県)      |
| 5   | 夏空と銀色のブローチ   | 江畠 希香(神奈川県)     |
| 6   | 馬権           | 三重高等学校 放送部(松阪市) |
| 7   | 踏み出す勇氣       | 伊勢高等学校 放送部(伊勢市) |
| 8   | ませるな危険       | 市川 良也(四日市市)     |
| 9   | モテモテぱぱ       | 映像CUBE(松阪市)     |
| 10  | 寄せ鍋          | 加藤 壮真(千葉県)      |

**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/>

☆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>



みんな笑顔 伊勢の元気人

# 健康づくり通信

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 1月6日(月)・27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 いせし健康体操普及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

★ ヘルスアドバイザーと健康課の共同企画  
ウォーキング大会

ウォーキングは、気軽にできる健康法の一つです。市民の皆さんに身近なヘルスアド

否を当日12時30分に決定

★ 健康テラスで  
毎月の健康チェックを  
始めましょう

健康テラスでは、ベジチェックをはじめ握力計や体組成計、脳年齢計を自分で操作して健康チェックができます。毎月11日の健康の日はさらに健康機器をプラスし、保健師や管理栄養士が相談にも応じています。

2月の健康の日は足型測定器と塩分チェッカーを追加し、足のトラブルや体のバランスから足の健康度をチェックします。塩分チェックを希望する人は、自宅で作った汁物や煮物の汁(少量)を持参してください。自分の「健康度の見える化」をして、健康づくりに役立てましょう。

とき 2月11日(祝)、9時～12時30分

ところ 中央保健センター

定員 80人(30分ごとに各10人)

申し込み 1月6日(月)・8時30分から、右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

※雨天時は中止します。(開催可)

★ 乳がん子宮頸がん集団検診  
(1～3月分)追加募集

定員に満たなかった日程の申し込みを受け付けます。日程など詳しくはインターネット予約画面をご覧ください。か、健康課へ問い合わせてください。

対象 市内に住所を有する30歳以上の人

※受診できるのは1年度につき1回のみです。

検診内容 乳がん検診(マンモグラフィ)、子宮頸がん検診

料金 乳がん：1600円、子宮頸がん：1500円

※70歳以上の人は無料です。

持ち物 バスタオル(乳がん検診のみ)、健康手帳(持っている人)、無料クーポン券(持っている人)、衣服を入れる袋

予約方法

・インターネット予約：右上の二次元コードから必要事項を入力(毎日・24時間)

・電話予約：電話で健康課へ(月～金曜日(祝日・年末年始などの閉庁日を除く)、8時30分～17時15分)

※検診日の約1週間前に日程などを通知します。

※乳がん検診については、ペースメーカーやシリコンが入っている人、妊娠中・妊娠の可能性のある人、母乳が少しでも出ている人は、受診を避けてください。

※子宮頸がん検診については、性交渉の経験がない人は出血する場合があり、集団検診の会場では応急処置のみの対応で治療ができないため、集団検診は受けられません。医療機関で検診を受けてください。

※少数ですが、検診結果が判定不能になる可能性があります。

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!

雨漏り  
修理専門

5,000件  
の調査実績

10年間  
無料メンテ

FM三重で毎週水曜放送!  
雨漏り18時12分

情熱リノベーション

0120-246-194

8:00～20:00(365日対応)  
【本社】津市久居野村町515-3



代表  
小河

有料広告

# 骨髄バンク登録会 骨髄移植ドナー登録に ご協力を

市では、日本骨髄バンクで骨髄などを提供した人（ドナー）に、1回につき10万円の助成金を交付しています。骨髄バンク登録会を開催します。1人でも多くの患者さんを救うために、ドナー登録にご協力ください。献血も同時開催します。

とき 1月6日（月）①10時～11時30分 ②13時～16時

ところ 市役所・本庁舎

対象 次の全てを満たす人

- ・18～54歳で健康状態が良好
- ・体重が男性45kg以上、女性40kg以上

※妊娠中や過度の肥満など、ドナー登録ができない場合があります。詳しくは、伊勢保健所衛生指導課（TEL 27-5151）へ問い合わせるか、日本骨髄バンクのホームページ（<https://www.jmdp.or.jp>）をご覧ください。

申し込み 不要

既に登録している人も、名前や住所が変わっていると、患者さんと適合したことを伝えられなくなります。東海北陸ブロック血液センター（TEL 0561-8514298）へ電話するか、造血幹細胞移植

情報サービスのホームページ（[https://trk.bmdc.jrc.or.jp/donor\\_web](https://trk.bmdc.jrc.or.jp/donor_web)）から登録情報を変更してください。

骨髄バンクとは、白血病などの血液疾患のため骨髄などの移植が必要な患者さんと、血縁関係のない骨髄などの提供者をつなぐ公的事業です。提供者が骨髄バンクに登録し、患者さんと白血球の型が適合した場合に移植が実施されます。

## 1月31日まで 高齢者新型コロナウイルス 感染症予防接種

高齢者が新型コロナウイルス感染症にかかると、肺炎などを併発し、重症化することがあります。

市では、予防接種法に基づき、65歳以上の人を対象に新型コロナウイルス感染症予防接種を行っています。今年度未接種で接種を希望する人は、早めに実施医療機関（かかりつけ医があり、接種を実施している場合はかかりつけ医）へ直接申し込んでください。

実施期間 1月31日（金）まで

対象 接種日当日に市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

① 65歳以上の人

② 60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器またはヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能に、身体障害者手帳1級程度の障がいがある人

料金 2100円

持ち物 健康保険証、健康手帳（②の人は身体障害者手帳）

※接種は1年度につき1回です。令和6年10月1日以降に接種した人は、対象外です。

※接種前に、医療機関にある説明書をよく読み、理解した上で、接種を受ける本人の意思で受けてください。

※病気で治療中の人やアレルギーのある人など、心配なことがある人は、医師とよく相談してください。

※対象者で、生活保護を受給している人は、申込時に病院窓口で申し出てください。

※子どもなど対象以外の人は、全額自費になります。接種・料金など詳しくは、実施医療機関へ相談してください。

※インフルエンザ予防接種と同時に接種が可能です。



## 主な相談など

| とき                                | ところ                                    |
|-----------------------------------|----------------------------------------|
| ①成人健康相談・成人栄養相談（電話・面談）<br>※面談のみ要予約 |                                        |
| 月～金曜日<br>（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<br>（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）          |                                        |
| 1月14日（火）<br>1月28日（火）              | 9:00～11:00 伊勢保健所<br>（県伊勢庁舎内）           |
| ③医師による こころの健康相談（要予約）              |                                        |
| 1月23日（木）                          | 13:30～15:20 伊勢保健所<br>（県伊勢庁舎内）          |

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<br>小児科 | 月～土曜日       | 19:30～22:00 内科医1人体制 |
|           | 日曜日・祝日      | 10:00～12:00         |
|           | 12月31日～1月3日 | 13:00～17:00         |
|           |             | 19:30～22:00         |
| 歯科        | 日曜日・祝日      | 10:00～12:00         |
|           | 12月31日～1月3日 | 13:00～17:00         |

※感染症対策を実施し診療を行っています。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場合があります。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・診療科目以外の診療を受けたい場合は、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



# 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

今回は、寒い季節の「入浴」について、  
その利点と注意点を谷崎先生に聞いてみました!

いよいよ本格的な寒さがやってきましたね。夏の暑い日はシャワーで済ませている人も、冬は湯船でポカポカ温まりたくなるのではないのでしょうか。



## 入浴と「良い睡眠」

健康に関する話題で言うと、「広報いせ」令和5年11月1日号で、効果的な睡眠の取り方についてお伝えしました。おさらいすると、入浴などで深部体温を上げておくと、そこから1~2時間かけて体が元の体温に戻ろうとして「ぐっ」と下がる際に、いい感じの眠気が来て、良い睡眠につながるという利点がある、というものです。



## 入浴時に注意すべきこと

一方で、入浴に関する注意事項もあります。例えば、寒い脱衣所と暑い浴室を行き来した際に、急激な温度変化で血圧や心拍数が変動し、脳卒中や心臓発作を起こす、「ヒートショック」と呼ばれる現象がよくメディアなどで注意喚起されています。しかし、2017年に実際に入浴事故を調査した研究(\*)では、ヒートショックは入浴事故を経験した人のうちわずか7%程度で、入浴中の体調不良の84%が「熱中症」だったのです。

「冬なのに熱中症?」と疑問に思うかもしれませんが、例えば41℃のお湯に30分つくと体温が3℃上昇すると言われており、季節に関係なく入浴により体温が上がれば熱中症の症状は出現します。よく「のぼせる」と言いますが、あれは熱中症の症状なのです。



熱中症の初期症状はめまいや立ちくらみなどですが、次第に頭痛・嘔吐・倦怠感が出現し、最終的には意識を失ったり痙攣したりします。そして、高齢になると自覚症状を感じにくくなるため、気が付いた時には熱中症が進行して、いきなり意識を失って浴室内で溺れるといった事故につながるのです。



## 入浴中の事故を防ぐために

実は、家庭内での溺死・溺水の割合は年々増加傾向であり、入浴する際には「風呂の湯温を上げ過ぎない」「長湯をしない」の2つが事故を防ぐための基本的な考え方になります。同居の家族がいる場合は、家族が入浴中にちょくちょく声かけをして返事があるかどうか確認するのも、事故を防ぐ上で良い方法になるでしょう。



## 適度な入浴を意識しましょう

人それぞれ、快適と感じる湯温は異なると思いますが、例えば睡眠の観点では入浴時間は40℃・15分間が一つの目安とされています。もちろん、熱い湯に入るなら入浴時間は短めに、ぬるい湯なら少し入浴時間を長めにする、といった調整は可能です。

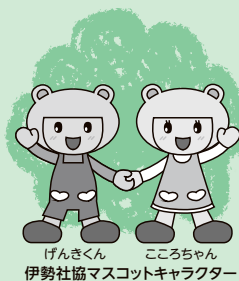
何事もほどほどがよい、というのは入浴にも当てはまるのですね。

(\*)総合危機管理, No.3, 84-90, 2018.

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





社協はげんきなこころ応援します

Vol. 70

# げんここ 地域福祉通信

<https://ise-shakyo.jp>

伊勢市協

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 21-5712 FAX 63-5420

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

## みんなとつくる 地域活動支援センターみんと

「みんと」は、障がいのある人が創作活動や外出などを通して、安心して過ごせる居場所です。自分に合った楽しい時間を見つけていきませんか。

### 対象

障害福祉サービス受給者証の交付を受けている人

(注1) 各種障害者手帳を持っている人・自立支援医療利用中の人・障害年金受給中の人などが申請できます。  
申請から受給者証の交付まで2週間程度かかります。

### とき ところ

毎月第3月曜日、13:30~15:30

※祝日の場合は変更します。詳しくはみんとへお問い合わせください。

伊勢市社会福祉協議会・福祉センター(八日市場町13-1)

### 利用料

125円/回

※条件を満たす場合は免除されます。

※活動内容により、別途実費負担が必要な場合があります。

### 利用までの流れ

市役所(高齢・障がい福祉課)へ利用相談・申請



障害福祉サービス  
受給者証の交付(注1)



伊勢市社会福祉協議会と  
契約



みんと利用開始

### ●今後の予定●

1月20日(月) 初詣へ行こう

2月17日(月) 手芸活動

3月17日(月) お出掛け  
ドライブ

### カラオケ



初めての  
取り組みで  
楽しかったです。

### 手芸活動



多肉植物の寄せ植えをしました

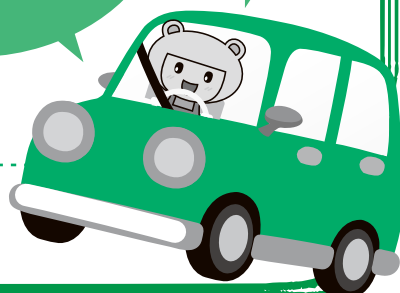
### お出かけ ドライブ



「民話の駅 蘇民」へ行きました

みんなと  
楽しい時間を  
過ごしませんか？

いろんな  
活動を  
しています



### 問い合わせ

伊勢市社会福祉協議会 地域活動支援センターみんと  
TEL 63-8550 FAX 27-2412

伊勢市役所 高齢・障がい福祉課  
TEL 21-5558 FAX 20-8555



# 申告受付は 事前予約制

課税課 市民税係 (TEL) 21-5534 (FAX) 21-5535

2月12日(水)～3月17日(月)に、市が設ける市民税・県民税の申告受付会場は、お待ちいただく時間を少なくし、混雑を緩和させるため、**事前予約制**で行います。

## ●申告受付の事前予約 **必ず 事前に予約** してください

**事前予約の受付期間** 2月3日(月)・9:00～3月16日(日)・17:15(電話・市のホームページ予約共通)

### 事前予約方法



**電話予約(自動音声案内)**

予約専用電話番号 ☎ **63-5028**

※プッシュボタン・スマートフォンのみ可能です。



**市のホームページから予約**

市のホームページ内で **申告予約** **検索**

または二次元コードからページを開き、ページ内の **申告予約受付** をクリックします。



スマートフォン  
からでも  
予約可能



電話での予約は、  
混雑が予想されます。  
市のホームページでの  
予約をおすすめ  
します。



### 事前予約の 注意事項

(電話・市のホームページ予約共通)

- 予約は予約希望日の前日17:15まで受け付け可能です。
- 予約を変更したい時は、一度キャンセルしてから再度予約してください。予約のキャンセルは予約当日まで可能です。
- 予約番号は、申告受付時に必要です。必ず控えておいてください。
- 予約が困難な人は、課税課市民税係(☎21-5534)へ連絡してください。(土・日曜日・祝日を除く)

## ●申告受付の日程・会場

### 市・県民税申告会場

**と き** 2月12日(水)～3月17日(月)(土・日曜日・祝日を除く)、9:00～11:40・13:00～15:40

**ところ** 市役所東館・5階 5-1会議室

※市・県民税申告会場では、所得税の確定申告は受け付けできません。伊勢税務署で申告してください。

※いせシティプラザでの受け付けは行いません。

### 3総合支所・9支所管内巡回会場

右表のとおり巡回受付を行います。市・県民税申告会場に行くことができない人は利用してください。

※市・県民税申告会場とは受付時間が異なりますので注意してください。

※巡回会場では、所得税の確定申告も受け付けできますが、簡易なものに限ります。なお、以下の申告は受け付けできませんので、伊勢税務署にご相談ください。

土地建物の譲渡所得申告(収用(公共事業等のための資産譲渡)を除く)・株式譲渡所得の申告・先物取引や繰越損失の申告・住宅ローン控除の申告・青色申告・準確定申告・その他相談に多くの時間を要する申告

### 3総合支所・9支所管内巡回会場 **どの会場でも利用できます**

※いずれも受付時間は、9:20～11:40・13:00～14:40です。

|    | とき     | ところ               |
|----|--------|-------------------|
| 2月 | 13日(木) | 神社地区コミュニティセンター・2階 |
|    | 14日(金) | 豊浜地区コミュニティセンター・2階 |
|    | 17日(月) | 城田地区コミュニティセンター・2階 |
|    | 18日(火) | 沼木農村環境改善センター・2階   |
|    | 19日(水) |                   |
|    | 20日(木) | 二見生涯学習センター・2階     |
|    | 21日(金) |                   |
|    | 25日(火) | 大湊地区コミュニティセンター・2階 |
|    | 26日(水) | いせトピア・1階 会議室1     |
| 3月 | 27日(木) | 宮本地区コミュニティセンター・2階 |
|    | 28日(金) | 四郷地区コミュニティセンター・1階 |
|    | 3日(月)  |                   |
|    | 4日(火)  |                   |
|    | 5日(水)  | 小俣公民館(小俣総合支所隣)・1階 |
|    | 6日(木)  |                   |
|    | 7日(金)  |                   |
|    | 10日(月) |                   |
|    | 11日(火) | 御園公民館・2階 講堂       |
|    | 12日(水) |                   |
|    | 13日(木) |                   |
|    | 14日(金) | 北浜地区コミュニティセンター・2階 |

## 税務署からのお知らせ

伊勢税務署 個人課税第一部門 (TEL) 28-3194

還付申告をする人を対象に、伊勢税務署にて申告相談を受け付けます。

**と き** 1月6日(月)～2月14日(金)

1月中の申告相談については、電話予約が必要です。2月以降の申告相談については、入場整理券が必要です。入場整理券は8:30から当日配布または、LINEアプリを使ったオンラインでの事前発行で配布しています。詳しくは国税庁のホームページを確認してください。

## 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。

### カンマーコール伊勢演奏会

カンマーコール伊勢・八田さん(TEL 090-4448-4802)

時 2月11日(祝)、14:00～

所 いせトピア・多目的ホール

内 8月31日に台風の影響で中止となった演奏会の振替公演です。モーツァルト作曲の合唱曲や、弦楽カルテットISEの演奏を予定しています

定 500人(先着順)

申 2月9日(日)までに、八田さんへ

### 伊勢やまだ大学開校10周年 シンポジウム&未来ワークショップ

伊勢やまだ大学(TEL 25-5155 FAX 23-1151)

伊勢やまだ大学開校10周年を機に、「山田」のまち(外宮の鳥居前町)のこれからを考えるシンポジウムとワークショップを開催します。

時 1月25日(土)、14:00～17:00 所 いせシティプラザ

内 <シンポジウム>

秋杜フユさん(小説「ようこそ伊勢やなぎみち商店街へ」著者)と商店街の皆さんが、山田のまちの歩みを振り返り、これからの10年について語る

<未来ワークショップ>

「子どもたちに、山田のまちのどんな魅力を伝えるか」などをテーマとした、来場者参加型のワークショップ

定 50人(先着順) 申 不要

## 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。

### 年の初めにギターの音

伊勢市クラシックギターを楽しむ会・広垣さん

(TEL 090-5618-4463)

時 1月12日(日)、14:00～15:30

所 福祉センター・2階 多目的ホール(八日市場町)

内 クラシックギターの独奏会(災害復興支援)で、「禁じられた遊び」「さくら変奏曲」「雪の降る街を」などを演奏します

定 20人(先着順) 料 800円(当日券の販売はありません)

申 1月11日(土)までに、広垣さんへ

### お寺と仏像を知ろう～東大寺～

五十鈴塾(TEL 20-8251 FAX 20-8253)

世界遺産で日本仏教美術史を代表する作品が多く所蔵される東大寺。多事多難を乗り越えた、東大寺の持つパワーと魅力に迫ります。

時 1月20日(月)、13:30～15:00

所 五十鈴塾・右王舎(宇治浦田1丁目5-3)

定 20人(先着順) 料 1,600円(会員は1,100円)

申 1月19日(日)までに、同塾へ

| 時 | とき | 所 | ところ | 対 | 対象  | 内 | 内容   |
|---|----|---|-----|---|-----|---|------|
| 定 | 定員 | 料 | 料金  | 持 | 持ち物 | 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

3月1日号 → 1月15日(火)  
3月15日号 → 1月31日(金)

## 伊勢警察署だより

伊勢警察署(TEL・FAX 20-0110)

ミーボくん

## 事件・事故 緊急通報110番

### 1月10日は「110番の日」

110番は、事件や事故に遭ったり目撃したりして、警察官に一刻も早く現場に来てほしいときに利用する緊急通報専用電話です。皆さんの素早い通報が、事件などの早期解決につながります。

110番通報をするときは、落ち着いて次のポイントを伝えてください。

何が

どこで

いつ

相手は

あなたの名前、住所、電話番号

- 落とし物や運転免許証の更新手続きなどの問い合わせは伊勢警察署(TEL 20-0110)へ
- その他、緊急用件ではない相談や要望は、警察安全相談電話「TEL #9110」[ダイヤル回線・一部のIP電話からは、TEL 059-224-9110(三重県警察本部 相談直通ダイヤル)]または、伊勢警察署へ

### 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

※主たる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。※本広告は今期6年10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＞

総合受付  
平日9時～21時・土日祝9時～18時受付  
(12/31～1/3は除く、大型連休中の休業や臨時休業もございます。詳細はHPをご覧ください)  
**0120-272-782**  
詳細は⇒ <https://www.kokoro.law>

### 焼肉 げんちゃん

ODORIBA

宮町駅 進富座 焼肉 げんちゃん 至伊勢市駅

酒のおき

TEL 0596-22-7729

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

### 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

※ダイアースコーポレーション

有  
料  
広  
告



## 往復はがきの書き方

往信用 表

返信用 裏

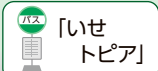
|                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 85 〒516-8520<br>往信 |                   |
| いせトピア<br>センター講座係   | 何も記入しないで<br>ください。 |



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)



返信用 表

往信用 裏

|                    |                                                                                                     |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 85 〒000-0000<br>返信 | ①講座No.、講座名<br>②住所<br>③氏名(ふりがな)<br>④年齢(子どもは学年)<br>⑤電話番号<br>⑥市外在住者は勤務先<br>と電話番号<br>⑦子ども向け講座は<br>保護者氏名 |
| 住 所<br>氏 名 様       |                                                                                                     |

※こすると消えるペンは使用しないで  
ください。

生涯学習のきっかけづくり  
として、下表のとおり、セン  
ター講座を開講します。  
**対象** 市内在住または通勤・  
通学している15歳以上の人  
(中学生を除く)  
※子ども向け講座の対象は、小中  
学生です。  
**申し込み** 1月7日(火)(当日  
消印有効)までにいせトピア  
ホームページ(令和6年12月  
25日(水)掲載予定)、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・同一講座重複申  
し込みは無効)  
※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

2・3月開講分  
いせトピアセンター講座

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  
込み可)  
※応募者以外の人は受講できませ  
ん。  
※車いすなど、配慮が必要な場合  
は、事前にお知らせください。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1月13日(祝)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**  
1月15日(水)に発送します。  
後日返信はがき、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、1  
月21日(火)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。

## 短期講座 (材料費が必要な講座あり)

| No.                                        | 講座名                                          | 内容                                                                                                                               |     |     |     |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|
|                                            |                                              | とき                                                                                                                               | 開講日 | 場所  | 定員  |
|                                            |                                              | 講師 (敬称略)                                                                                                                         | 持ち物 |     |     |
| 1                                          | <b>NEW</b><br>防災食品(缶詰・乾物等)を<br>使った薬膳         | 防災食のローリングストック(日常生活で消費しながら備蓄する)が広まっています。備蓄している缶詰・乾物などの使い方を、薬膳料理を作りながら学びましょう。薬膳茶の試飲もあります。<br>2月2日(日)、9:30~12:30<br>かなえ             | —   | 調理室 | 10人 |
| 2                                          | オンリーワン珈琲                                     | おいしいコーヒーの入れ方を学び、「世界の珈琲めぐり」を楽しみましょう。<br>2月5日(水)・12日(水)・19日(水)[全3回]、13:30~15:30<br>中村 雅則                                           | —   | 調理室 | 12人 |
| 3                                          | <b>NEW</b><br>ビートルズのひみつ3                     | ジョン、ポール、ジョージ、リンゴ! 4人の天才の人間的魅力、音楽的な個性、輝く傑作作品のみみつを大公開。<br>2月15日(土)、13:30~15:00<br>野口 義修                                            | —   | 研修室 | 20人 |
| 4                                          | <b>NEW</b><br>プリザーブドフラワー 春を<br>呼び込むホワイトリース作り | 春の柔らかな風やキラキラ輝く光をテーマに、野に咲く花を摘み重ねたような「ふわふわやさしいホワイトリース」に仕上げます。<br>2月16日(日)、9:30~12:30<br>秋田 亜友美                                     | —   | 工芸室 | 12人 |
| 5                                          | <b>NEW</b><br>アメリカンスーツ作り<br>に挑戦              | 初めてでも失敗しない、ふわふわの「シフォンケーキ」とボール1つで混ぜるだけの焼き菓子「ピーナッツスクエア」を作りましょう。<br>3月2日(日)、13:00~15:30<br>飯田 波香                                    | —   | 調理室 | 10人 |
| <b>子ども向け講座 (材料費が必要) ※市内在住の小中学生とその保護者対象</b> |                                              |                                                                                                                                  |     |     |     |
| 6                                          | 親子でパン作り<br><午前>                              | 親子で楽しくフルーツのパン「フルーツパンズ」を作りましょう。オレンジ・レモン・アップル・パイナップル・レーズンを包み込んだ贅沢なパンです。講師の作ったパンのお土産付きです。<br>3月8日(土)、<午前>9:30~11:30、<午後>13:00~15:00 | —   | 調理室 | 各5組 |
| 7                                          | 親子でパン作り<br><午後>                              | 材料費1,000円、エプロン、三角巾(バンダナでも可)、手拭きタオル、布巾2枚、台布巾1枚、持ち帰り用の籠など(焼き立てを持ち帰るため、通気性の良いもの)もしくは平たいタイプの空箱など                                     | —   | 調理室 | 各5組 |

※講座6・7は、どちらか1つしか申し込みできません。

## 情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



お知らせ



## 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) 23-3880

募集種目 自衛官候補生

※応募資格 受付期間など詳しくは、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。



## 大仏山公園

## 硬式テニス教室

大仏山公園管理事務所  
(TEL) 23-6565

とき 1月27日(月)～3月19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)

## 講座

全8回  
申し込み 1月20日(月)までに、電話で同事務所へ

## 第2回提供会員養成講座

いせファミリーサポートセンター  
(TEL) 28-5692 (FAX) 28-5679

子どもの預かりや送迎を手助けする、いせファミリーサポートセンターの提供会員を養成する講座を実施します。

とき 2月2日(日)・8日(土)・9日(日)・15日(土)・16日(日)

ところ 小俣農村環境改善センター

対象 市内または近隣市町在住の18歳以上で、受講後に提供会員として登録できる人

内容 子どもの成長・発達に関する講座、子どもの病気に関する講座、救急法など子ども全般に関する講座

定員 20人(先着順)

申し込み 1月31日(金)までに

## 催し物

## インクルーシブスポーツフェスタ

スポーツ課  
(TEL) 22-7895 (FAX) 23-8641

年齢・性別・障がいの有無にかかわらず、誰もが楽しめるインクルーシブスポーツを行います。

とき 1月19日(日)、10時～12時

ところ 三重電子スマイルアリーナ小俣・1階アリーナ(小俣総合体育館)

対象 市内在住の人

※就学前の子どもは、保護者の同伴が必要です。

内容 ボッチャ、SSピンポン、バグギーなど

定員 100人程度

申し込み 1月15日(水)まで

※託児を希望する場合は、同センターに申し出てください。



に、左の二次元コードからオンライン申請、または電話で同課へ

厚生総合型スポーツクラブ  
打って・投げて・走って！  
野球教室

スポーツ課

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

とき 1月26日(日)、①10時～11時30分・②13時30分～15時

ところ ①厚生小学校運動場

②宮山小学校運動場

※雨天の場合は①②ともに宮山小学校体育館で行います。

対象 市内在住の小学生

参加費 ①②各50円(市内の総合型地域スポーツクラブ会員は無料)

持ち物 タオル、飲み物、グローブ(持っている人)、参加費または総合型地域スポーツクラブ会員証

申し込み 1月16日(木)までに、電話またはファクスで厚生総合型スポーツクラブ・橋本さん

(TEL) 28-8383 または高倉さん(TEL) 090-6768-2529へ

## 2025年度 新年度入学ご案内

★今まで定員だったクラスは増設しました！

詳しくはホームページから

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)

## 新しい風

子どもに目標を持たせ  
勉強を好きにさせる新しいシステム

スマホ・ゲームの時間を減らす方法！



募集内容はこちら



## 家族交流会「とまりぎ」 (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 1月20日(月)、13時30分～15時

ところ 福祉センター・2階  
(八日市場町13-1)

対象 ひきこもり当事者の家族

定員 15人(先着順)  
申し込み 1月14日(火)までに、同センターへ

## 伊勢とパラオ交流の歴史展

市民交流課

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

日本とパラオ共和国の外交関係樹立30周年にあたり、伊勢とパラオの交流の歴史展を開催します。

とき 1月5日(日)～20日(月)、9時～19時

ところ 小俣図書館

内容 1階 カヌーの展示(1月13日(祝)まで)・パラオ関連資料の特集

2階 物品の展示

(\*)平成8年に、当時の大統領であった故クニオ・ナカムラ氏(実父が伊勢市出身)から三重県に寄贈されたもの



物品の展示

## 世界の料理パーティー ～イギリスのお菓子編～

市民交流課内・伊勢市国際交流協会  
(TEL) 21-5549 (FAX) 21-5522

とき 2月15日(土)、13時30分～16時30分

ところ いせピア・調理室

対象 中学生以上

内容 外国のお菓子の作り方を学びながら一緒に調理

講師 ジェマ・ソープさん(市内在住、イギリス出身)

持ち物 筆記用具、布巾、タオル、エプロン、二角巾

定員 15人(先着順)  
料金 500円(同協会会員は300円)

※当日集金します。

申し込み 1月6日(月)～24日(金)に、左の二次元コードからオンライン申請、または電話

で市民交流課へ



## 第20回伊勢市社会福祉大会

福祉総務課

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

伊勢市社会福祉協議会  
(TEL) 20-8610

とき 1月28日(火)、13時30分～15時40分

ところ ハートプラザみその・多目的ホール

内容 表彰式 社会福祉の向上に努められた個人・団体の表彰

福祉講演会 健康と生きがいづくりに役立つ笑いの力(大道芸人たつきゆうさん)



プロフィール ジャグリングと軽快なトークをベースとしたコメディ

パフォーマンズを行う京大卒大道芸人として活動。病児や高齢者を対象としたワークショップや笑いの心身の健康に与える効用について研究も行っており、全国各地で笑いあふれる講演会などを行っている。

定員 250人(当日先着順)

## 冬の出会い応援交流会

いせ出会い支援センター

(TEL) 21-1322 (FAX) 21-1323

ちよこスイーツを食べながら、グループトークや一対一トークを楽しみましょう。参加費もうれしいワンコイン。友達同士の応募も大歓迎です。

とき 2月2日(日)

ところ 県営サンアリーナ・レセプションルーム

対象 市内または近隣市町に在住・通勤している、もしくは伊勢市に興味のある独身で、次の年齢の人

第1部(10時～12時) 25～34歳

第2部(13時30分～15時30分) 30～39歳

※受け付けは各部とも15分前から開始します。

定員 各部とも男女各10人程度

料金 男女とも500円

申し込み 1月21日(火)・17時までに、左の二次元コードからオンライン申請、または直接同センター(船江1丁目47-1)ミタス伊勢内へ

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)

※発売初日の受け付けは電話のみです。

※友の会は先行で1月11日(土)・10時から販売します。

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)



## 親子で楽しむ 弦楽四重奏コンサート

シンフォニアテクノロジープール伊勢

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

気軽に親子で楽しめるクラシックコンサートを開催!

とき 3月8日(土)、14時～(開場は13時)

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 愛知室内オーケストラによる弦楽四重奏コンサート(アニメ音楽など、気軽にクラシックを楽しめるプログラムを予定)

定員 500人

料金 一般:800円、子ども(中学生以下):500円、大人・子どもペア:1000円

申し込み 1月18日(土)・10時から、直接または電話で同館へ

※発売初日の受け付けは電話のみです。

※友の会は先行で1月11日(土)・10時から販売します。

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)

※ホワイエでバイオリン・チェロの体験コーナーも開催します。(定員各5人ずつ)

特撰落語会

林家たい平・桂宮治二人会

シノフォニアテクノロジー響ホール伊勢  
(TEL) 28-5105 (FAX) 28-5106

笑点メンバーにして落語界の  
人気落語家2人による「特  
撰落語会」を開催！

とき 3月6日(木) 14時〜(開  
場は13時30分)

ところ シノフォニアテクノ  
ロジー響ホール伊勢・大ホー  
ル

定員 1200人

料金 4400円(友の会会  
員は4000円)

申し込み 1月5日(日) 10時  
から、直接または電話で同館  
へ

※発売初日の受け付けは電話のみ  
です。

※友の会会員は1月4日(土) 10時  
から先行販売します。



林家たい平さん



桂宮治さん

創業セミナー

三重県信用保証協会

(TEL) 059-229-6060  
(FAX) 059-229-6344

自分のお店を始めたいと  
思っている人、同じ気持ちを持  
つ仲間と一緒に創業者の話  
を聞いて、さまざまな疑問や  
悩みを解決しませんか。

とき 2月15日(土) 13時〜17  
時(受け付けは12時45分〜)

ところ 伊勢商工会議所・大  
ホール

対象 県内での創業に興味の  
ある人

内容

講演

「創業するまでに知っておくこ  
と」(横山博昭さん)「中小企業  
診断士」(中村美穂さん)「パン屋(麦)」

「創業に関する税務のこと」  
(竹内一馬さん)「税理士」

「ディスカッション」  
創業者が開業資金を借りるま  
での流れについて、支援機関・

三重県信用保証協会担当者に  
よるディスカッション

※終了後、交流会を行います。

定員 25人(先着順)

申し込み 2月7日(金)までに、  
同協会のホームページの問い  
合わせフォームからオンライン

申請、または住所・氏名・生年  
月日・電話番号・Eメールアド  
レスを、電話・ファクス・Eメー  
ル(☐so-gyo@  
cgc-mie.or.jp)  
で同協会へ



ひとり親家庭等  
就労研修・相談会

三重県母子父子福祉センター  
(TEL) 059-228-6298  
(FAX) 059-228-6301

とき 1月26日(日) 10時〜12時  
※希望者には12時〜13時に相談会  
を行います。

ところ 福祉センター・3階  
(八日市場町)

対象 ひとり親家庭の親およ  
び関係者

内容

講演①「ファイナンシャルプラ  
ンナーによる今後必要なお金  
のはなし」教育資金とライフ  
プラン(生川奈美子さん)「株  
式会社アスト」

講演②「賃金と働き方やスキ  
ルの関係」(山崎浩一さん)「み  
え新卒応援ハローワーク・チー  
ム」

定員 20人(先着順)

申し込み 同センターのホー  
ムページからオンライン申請

※オンライン申請  
が難しい場合は、  
伊勢市社会福祉  
協議会の窓口で  
相談してください。



MOVE UP MOTION  
美味しいお茶の  
入れ方セミナー

県営サンアリーナ  
(TEL) 22-7700 (FAX) 22-7710

温かいお茶の入れ方を学ぶ  
講座です。知識豊富な「伊藤園  
ティーティスト」が、おいし  
いお茶の入れ方や工夫を紹介  
します。体験をしながら、ほ  
と一息つきましょ。

とき 1月28日(火) 10時〜11時  
30分(受け付けは9時30分〜)

ところ 県営サンアリーナ・  
レセプション室

対象 18歳以上の人

定員 30人(先着順)

持ち物 筆記用具

申し込み 12月25日(水)から、  
電話でサンアリーナへ

第61回新春税務講演会

伊勢商工会議所内・伊勢税務連絡協議会

(TEL) 25-5151 (FAX) 28-4181

とき 1月28日(火) 15時〜17時

ところ 神宮会館・大講堂(宇

治中之切町15-2)

内容 講演会「税務行政の現  
状と課題」(湯下敦史さん)「名  
古屋国税局長」、「税に関す  
る作文」の受賞者および作文  
紹介

※事前申し込みは不要です。

宝くじ助成で  
コミュニティを活性化

市民交流課  
(TEL) 21-5563 (FAX) 21-5522

一般財団法人自治総合セン  
ターから「コミュニティ助成事  
業」の助成を受け、次のとおりコ  
ミュニティの活性化の支援を  
行いました。

伊勢市徳川山町会 コミュニ  
ティセンターの建設

この助成事業は、宝くじの  
受託事業収入を財源に、宝く  
じの社会貢献広報事業として  
実施されています。市では、今  
後もこの助

成事業を活  
用し、地域  
コミュニティ  
の醸成に努  
めていきま  
す。

宝くじ 街に元気を。  
あなたに夢を。 たち





## 学校の体育館・運動場などの利用

スポーツ課

(TEL) 22-7891 (FAX) 23-8641

市では、学校教育に支障がない範囲で、市立小中学校の体育施設（体育館・運動場など）を開放し、団体が利用できるようにしています。

4月～令和8年3月に施設の利用を希望する団体は、事前登録が必要ですので、申請してください。

**登録方法** 2月3日(月)～14日(金)（申請先の休業日を除く）

に、申請書を直接各申請先へ※申請書は同課小保総合支所2階および各申請先（その他の各小中学校を除く）にあります。

また、市のホームページに掲載しています。

**申請先**



- ・二見町内の各小中学校…二見公民館（二見体育館隣）
- ・小保町内の各小中学校…小保農村環境改善センター内の申請ボックス
- ・御園町内の各小中学校…御園B&G海洋センター
- ・その他の各小中学校…各学校

**使用料** 右下表のとおり

### 学校の体育館・運動場

| 施設           | 学校名                                                        | 照明使用料                        |
|--------------|------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 体育館          | 小保小、明野小、御園小(*)、倉田山中、厚生中、港中、五十鈴中、小保中、御園中、伊勢宮川中、桜浜中、二見浦小、二見中 | 全面:1,040円/2時間<br>片面:520円/2時間 |
|              | 上記以外の小中学校                                                  | 全面:520円/2時間                  |
| 運動場          | 伊勢宮川中、小保中                                                  | 全面:1,040円/1時間                |
|              | 御園小                                                        | 全面:520円/1時間                  |
| 体育館ミーティングルーム | 御園小(*)                                                     | 310円/2時間                     |

※「御園小(\*)」については、新しい屋内運動場を示します。  
なお、旧屋内運動場は、表中の「上記以外の小中学校」に含まれます。

※学校市・地元自治会などの行事が行われるときは利用できません。  
※学区内にある団体を優先します。  
※申請状況により、希望に添えない場合があります。

### 国民健康保険・後期高齢者医療制度医療費通知を送付

医療保険課・国民健康保険給付係  
(TEL) 21-5646 (FAX) 20-8555  
医療保険課・後期高齢者医療係  
(TEL) 21-5552 (FAX) 20-8555  
三重県後期高齢者医療広域連合  
(TEL) 059-2221-6884  
(FAX) 059-2221-6881

健康の大切さの認識や、国民健康保険・後期高齢者医療制度の健全な運営への理解を

深めていただくことを目的に、同保険で診療を受けた世帯へ医療費通知を送付します。

〈国民健康保険〉令和6年11月分は1月下旬、同12月分は2月下旬

〈後期高齢者医療制度〉令和6年1～9月分は1月下旬、同10～12月分は7月下旬

この通知は、確定申告において医療費控除を受ける際の添付書類として使用できます。ただし、医療機関からの請求が遅れているものなど、対象期間中であっても記載されないものもあります。医療費通知に記載のない医療機関などについては、領収書などに基つき医療費控除の明細書を作成し、確定申告書に添付してください。

### 国民健康保険料(税)・後期高齢者医療保険料・介護保険料納付済み額を通知

国民健康保険料(税)・医療保険課・国民健康保険料係  
(TEL) 21-5550 (FAX) 20-8555  
後期高齢者医療保険料・医療保険課・後期高齢者医療係  
(TEL) 21-5552 (FAX) 20-8555  
介護保険料・介護保険課・介護係  
(TEL) 21-5564 (FAX) 20-8555

令和6年中に支払った国民

健康保険料(税)、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付済み額を、1月下旬には、がきでお知らせします。

市・県民税の申告と所得税の確定申告の社会保険料控除の対象になりますので、利用してください。

※はがきは、保険料ごとにそれぞれ送付します。

### 要介護認定を受けている人の障害者控除・おむつ代の医療費控除

介護保険課  
(TEL) 21-5647 (FAX) 20-8555

確定申告などで認められる所得控除のうち、要介護認定を受けている人が受けられる「障害者控除」と「おむつ代の医療費控除」のお知らせです。

#### 障害者控除

障害者手帳を交付されていない人でも、市が発行する「障害者控除対象者認定書」を確定申告書などに添付すると、障害者控除が受けられます。

※認定書の交付を受けられるのは、令和6年12月31日現在で要支援・要介護認定を受けている65歳以上の人に限ります。

#### おむつ代の医療費控除

「おむつ代の領収書」と「おむ

つ使用証明書」(寝たきり状態で、治療上おむつの使用が必要であることの医師の証明書)があると、おむつ代が医療費控除の対象となります。

※市が発行する「主治医意見書記載事項確認書」をおむつ使用証明書の代わりに添付することもできます。

#### 共通

**申し込み** 左のそれぞれの二次元コードからオンライン申請、または来庁する人の本人確認ができる物を持参し、同課・3総合支所生活福祉課・9支所へ



おむつ代の医療費控除



障害者控除

※「障害者控除対象者認定書」と「主治医意見書記載事項確認書」は、要支援・要介護認定の資料に基づいて発行しているため、資料がない場合や資料の記載内容が基準に満たない場合は発行できません。

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

## 障がい児機能訓練 通所交通費を助成

高年齢障がい福祉課

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

令和6年7月12月分の助成  
については、1月中旬に申請し  
てください。

**対象** 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  
二重病院
- ・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）のための通所のみが  
対象です。

**助成額** 通所1回当たりの往

復距離（1km未満は切り捨て）  
に1km当たり15円を乗じた額

とし、当該日額の通所日数分  
の額（1カ月当たり8000

円が上限）

**申請** 1月31日（金）までに、申

請書と通所する機能訓練施設  
の証明書を直接同課または3

総合支所生活福祉課へ

※申請書と証明書の所定用紙は、  
同課および3総合支所生活福祉  
課にあります。

※対象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  
も申請できます。

## 償却資産の申告をお忘れなく

課税課 固定資産税係

(TEL) 21-55533 (FAX) 21-55535

令和7年1月1日現在で、  
市内に事業用の償却資産を所  
有している人は、1月31日（金）  
までに、同係へ償却資産申告

書を提出してください。

※法人番号またはマイナンバーの

記載について、詳しくは市のホー

ムページ、また

は償却資産申告

書に同封のお知

らせをご覧ください。



できます。  
※eLTAXの利用方法など詳し  
くはeLTAXのホームページ  
（URL: <https://www.eltax.tta.go.jp>）を  
ご覧いただき、不明点  
などがあれば同ホームページ内  
の「よくある質問」をご覧くだ  
さい。

## 償却資産保有状況の調査にご協力

より適正・公平な課税をす  
るため、実地調査や固定資産  
台帳の郵送による簡易調査を  
行うことがあります。ご協力  
をお願いします。

## インターネットで

## 不動産を公売

収納推進課

(TEL) 21-55337 (FAX) 21-55335

公売物件 所在地: 東大淀町  
字西大野3729番1、地目  
: 雑種地、面積: 228㎡  
**入札参加条件** 一定の資格を

## 市有財産（建物付土地） を売却

資産経営課

(TEL) 21-55266 (FAX) 21-57000

売却物件 旧伊勢市消防本部  
（神田久志本町1436番1  
の土地・建物）

**入札参加条件** 一定の資格を  
満たす個人・法人（入札保証  
金が必要）

**参加受付期間** 1月20日（月）  
2月14日（金）

**内覧会** 1月15日（水）16日（木）、  
10時～18時（2時間程度・事  
前の申し込みが必要）

※入札案内は、同課にあります。

※詳しくは、市の  
ホームページを  
ご覧ください。



※詳しくは、市の  
ホームページを  
ご覧ください。



満たす個人・法人（KSI官  
公庁オーフションのログイン  
IDの取得が必要）

**入札参加申込期間** 1月9日

（木）13時～27日（月）23時

**入札期間** 2月3日（月）13時

～10日（月）13時  
※公売は中止になる場合がありま  
す。



農林業センサスに  
ご協力を

企画調整課 調査統計係

(TEL) 21-55507 (FAX) 21-55223

農林業の国勢調査といわれる「2025年農林業センサス」が全国で一斉に実施されます。この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される大切な調査です。

1月中旬から、農林業を営んでいる皆さんを調査員が訪問しますので、経営状況などの記入にご協力ください。



マスコットキャラクター「つつー」

市役所本庁舎

電気自動車

急速充電器の一時休止

資産経営課

(TEL) 21-55226 (FAX) 21-5700

点検のため、1月25日(土)・26日(日)は、市役所本館裏の急速充電器の利用を休止します。ご注意ください。



初詣は混雑を避けて  
お楽しみください

観光振興課

(TEL) 21-55666 (FAX) 21-5651

大みそかや、正月三が日の正午〜夕方にかけて、内宮付近は大変混雑します。初詣は混雑を避けてお出かけください。

※下の二次元コードから、混雑を避けるための情報を入手できます。



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。

1/1〜31 伊勢の伝統と誇り〜令和のお木曳〜(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〜 ※特別番組放送時を除く。

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「2025 新春知事対談」(30分番組)

放送日時 1月1日(祝)〜3日(金) 8時・13時30分・20時30分〜

特別番組「森の発表会」(90分番組)

令和6年10月27日にサンアリーナで開催された「第15回伊勢市民ダンス&体操フェスティバル2024」の様態を放送します。

放送日時 1月24日(金)〜31日(金)、12時・21時〜

スペシャルウィーク放送

1月1日(祝)〜7日(火)はスペシャルウィーク放送。これまでに放送した番組や特別番組を放送。

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・11時・12時・16時・18時・20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。

※令和6年12月30日(月)・18時〜1月6日(月)・16時は「いせトピ」の放送はありません。

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」。前回の遷宮に合わせ、平成18年に行われた第一次お木曳行事、全奉曳団の様態を1団ずつ再放送します。

■1/1〜 桜木町奉曳団

■1/8〜 桜が丘奉曳団

■1/16〜 中之町奉献団

■1/24〜 五十鈴ヶ丘奉曳団

放送時間 12時30分・17時15分〜 (ほか)

企画番組(1日・8日・16日・24日に内容更新)

■1/1〜 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)

■1/8〜 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① (ほか)

■1/16〜 ぐるぐるグルメ・皇學館大学 大学生テレビ局 (ほか)

■1/24〜 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・時間などの変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

〜スケールメリットを活かした総合的な福利厚生が実現〜

ジョイワーク

こんなメリットが!

従業員への福利厚生は  
これ1本で決まり!

- ・企業のイメージアップ
- ・福利厚生費の削減
- ・有能な人材の確保と雇用の定着向上
- ・活気あふれる職場づくり

- ・従業員のニーズに対応した幅広い福利厚生の実現
- ・従業員への祝金、見舞金、弔慰金などの充実
- ・従業員の健康管理、健康維持増進
- ・福利厚生にかかる手間や事務量の軽減

●加入対象: 伊勢市・鳥羽市・玉城町内の事業所

詳しくは・・・ジョイワーク

無料

(一社) 伊勢地域勤労者福祉サービスセンター (愛称:ジョイワーク)

〒516-0804 伊勢市御園町長屋1221番地 (伊勢市御園総合支所1階)

9:00〜17:00 年中無休 (年末年始除く) TEL: 0596-20-1177・FAX: 0596-20-1188

# 1月の無料相談

時とき 所ところ 対対象 定定員 申申し込み 問問い合わせ先

## 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  
〔13日は祝日のため14日㈫に行います〕  
所 広報広聴課(TEL 21-5515)  
対 市内在住の人  
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  
※20日実施分は14日㈫から申し込みを  
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 1月16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 1月6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 1月15日(水)、13:00～  
所 広報広聴課(TEL 21-5515)  
定 4人(先着順)  
申 1月8日(水)・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 1月14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

1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〔岩瀬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 1月14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 1月21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 1月9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そい  
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そい  
〔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〔福祉センター・2階〕  
(TEL 63-5670)

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！



# 野口みずき杯 2024 中日三重 お伊勢さんマラソン

令和6年 12月7日(土)・8日(日)

冬の澄み切った空気の中、野口みずき大会長の応援を受けて、参加者の皆さんは、ウォーク・バリアフリーラン・ランニングで紅葉の残る伊勢路を楽しみました。  
沿道からは選手の皆さんに多くの声援が送られ、力走を後押ししていました。参加・応援していただきました皆さん、ありがとうございました。



西谷綾子さん

M高史さん

大会長  
野口みずきさんも  
一緒にラン!

## 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<br>(11月末) | 総人口 <b>118,960人</b> (-92人)<br>世帯数 <b>56,365世帯</b> (-11世帯) |
|                | 男性 <b>56,340人</b> (-27人)<br>女性 <b>62,620人</b> (-65人)      |

## 広報いせ 第383号

発行日/令和7年1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](mailto: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。



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・雑報として分別してください。

