広報いせ

伊勢市とみんなをつなげる情報紙

令和7年
7月1日号
2025
No.393
伊勢市 / Ise City

のぼせ車

6月8日（日）

特集 始まり

御樋代木奉迎奉曳

（みひしろぎほうげいほうえい）

皆さんの意見や感想を募集中 「広報いせ」7月1日号 アンケートは7月31日（木）まで

※伊勢市の市外局番は「0596」です。

特集

始まり

御樋代木奉迎奉曳

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）

木曽で大切に育てられた御用材「御樋代木」を長野県・岐阜県からお迎えし、奉曳する「御樋代木奉迎奉曳」が開催されました。

五十鈴川周辺や伊勢市街では、「エンヤ！エンヤ！」の掛け声と木遣（きや）りの声が響きわたりました。

川曳（かわびき）

6月9日（月）
内宮

陸曳（おかびき）

6月10日（火）
外宮

令和のお木曳（きひき）に向けて

御樋代木奉迎奉曳に続き、令和８・９年には、「お木曳行事」が行われます。受け継がれた思いを令和のお木曳へとつないでいきましょう。

日本三大競技花火大会
伊勢市制施行20周年記念

第73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）

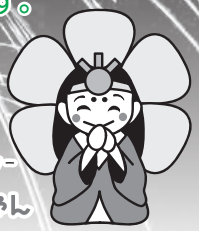
今年も伊勢の夏の夜空を彩る、伊勢神宮奉納全国花火大会を開催します。
この花火大会は、全国の有名な花火師が集まる、日本三大競技花火大会です。
花火師の心意気がこもった一玉一玉を、心ゆくまでお楽しみください。

大会情報
（パソコン・スマホ用）

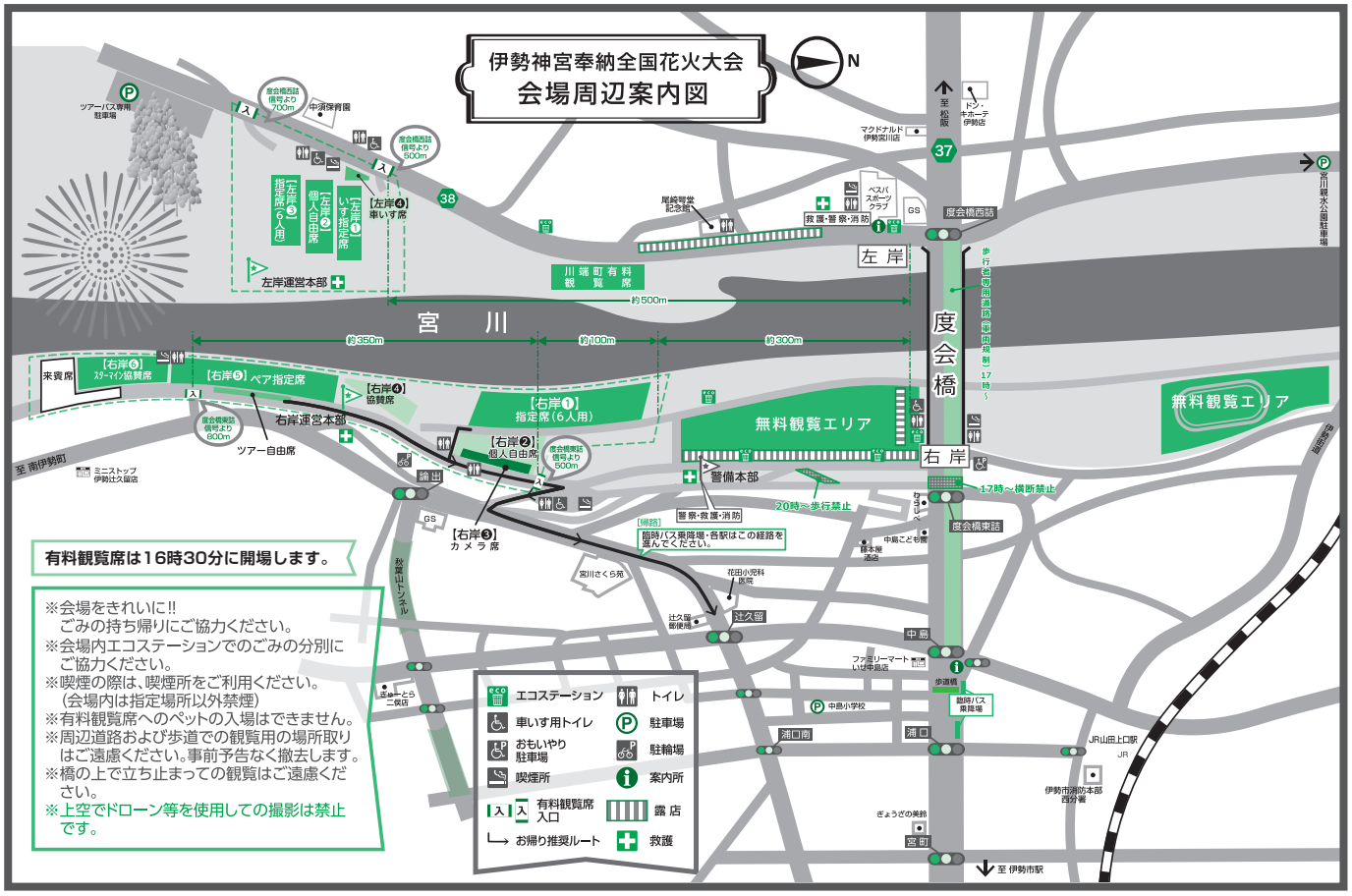
と　き　7月19日㈯、19:20 ～ 21:00
※雨天決行、荒天などの場合は９月６日㈯に延期します。
〔９月６日㈯に開催できない場合は７日㈰に順延〕

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
はなてらすちゃん



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。皆さんのご協力をお願いします。

と　き　７月20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

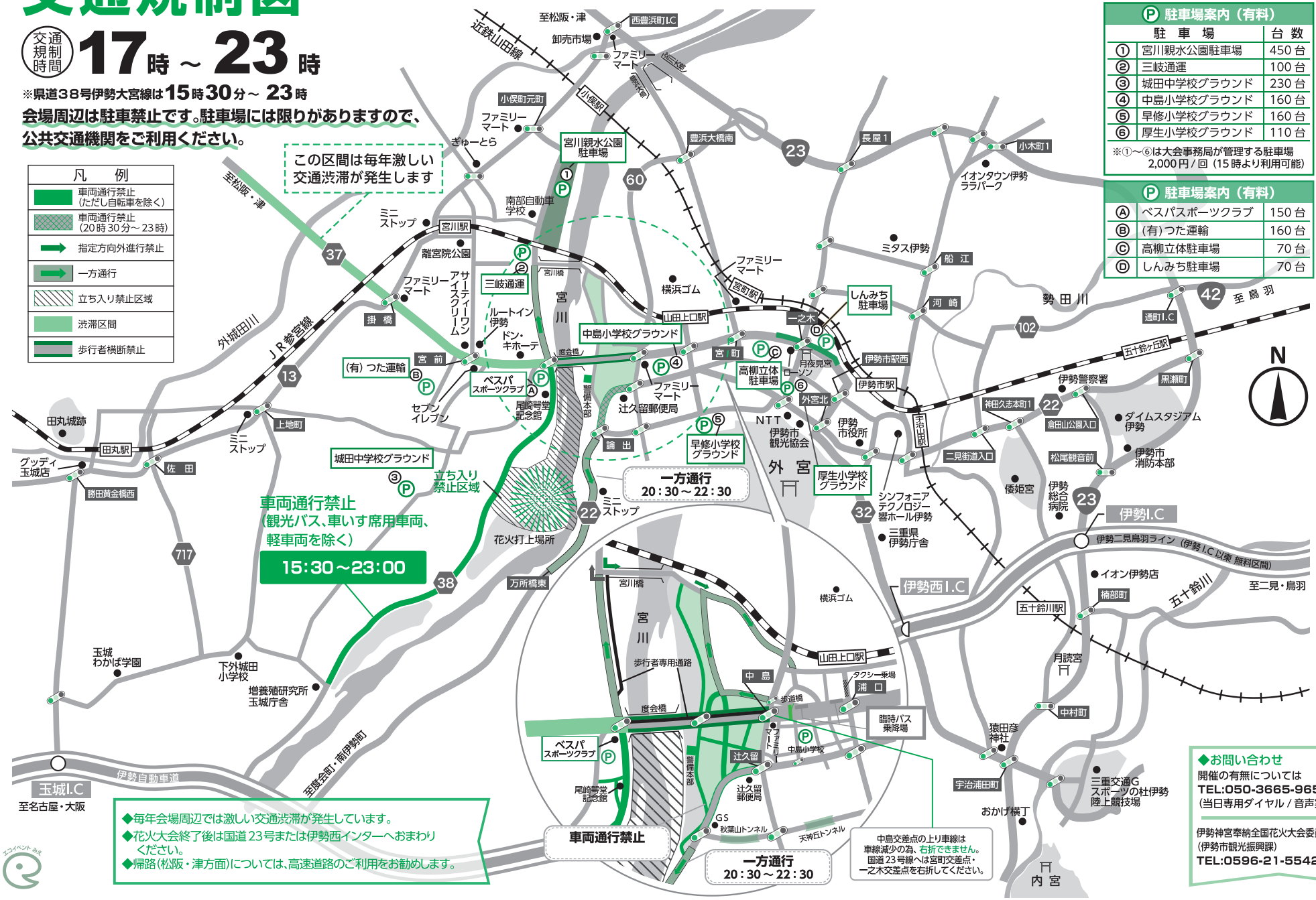
交通規制時間 17時～23時

※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。

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



Ⓟ 駐車場案内（有料）

	駐車場	台数
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）

Ⓟ 駐車場案内（有料）

Ⓐ	ベスパスポーツクラブ	150台
Ⓑ	(有)つた運輸	160台
Ⓒ	高柳立体駐車場	70台
Ⓓ	しんみち駐車場	70台

※小中学校のグラウンドは天候等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ことがあります。

◆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ターへおまわりください。
◆帰路(松阪・津方面)については、高速道路のご利用をお勧めします。

◆お問い合わせ
開催の有無については
TEL:050-3665-9650
(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:0596-21-5542

子や孫の笑顔を守るためにも
自宅の耐震補強を進めましょう！

住宅政策課（TEL 21−5596　FAX 050−1704−1924）

木造住宅の耐震化は、住む人の安心・安全だけでなく、離れて暮らす家族の安心にもつながります。
あなたが大切に思う家族のために、あなたを大切に思う家族のために、住まいの耐震化を！

木造住宅耐震化の方法と補助制度

対象住宅

次の条件を全て満たすこと
- **昭和 56 年 5 月 31 日以前に着工された 3 階建以下の木造住宅**
- **併用住宅の場合は、延べ床面積の 2 分の 1 超が住宅**

※丸太組構法（ログハウス）・プレハブ住宅などは対象外です。

方法① 耐震シェルターなどを設置する

住宅の1階に耐震シェルターなどを設置する場合　**購入費・設置費用への補助**　**最大100万円**

方法② 耐震補強工事をする

①耐震診断　**対象住宅であれば無料で受けられます。**

↓　耐震性があるか否かを判定し、補強が必要な場合、その補強費用の概算をお伝えします。

②耐震補強設計書作成費の補助

↓　**上限18万円**(精密診断の場合、上限34万円)

③補強工事費の補助

補強設計書に基づく補強工事費用への補助　上限157万5千円

※同時にリフォームを行う場合は、リフォーム費用の3分の1(上限20万円を上乗せ)

方法③ 空き家解体工事をする

解体工事費用の3分の2(上限30万円)

！　補助金を活用する場合、必ず着手前に住宅政策課へ相談してください。

他にも… 道路に面するブロック塀を撤去する場合、その費用を補助します。(上限10万円)

有料広告

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
ホームページ　Instagram
最新の情報は、めいりんこども園ホームページをご覧下さい

要予約　行ってみようよ！入園説明会
第1回　7月12日(土) AM10時▸AM11時
【にこにこ園舎：明倫小学校おとなり】
第2回　9月7日(日) AM10時▸AM11時
【きらきら園舎：旧豊宮崎文庫跡おとなり】

1号認定、2歳児きく組(満3歳児クラス)の願書受付は9月1日(月)～5日(金)です。詳しくはホームページをご覧ください。

入園説明会は、いずれもお電話でご予約ください。

学校法人伊勢学園　双康(ソーコー)幼稚園

見学説明会開催
7/26(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。
7/28(月) 10:30～12:00　親子登園(ミニ見学説明会)
見学会参加申込QR

毎週金曜日 10:00～園庭開放やっています！
資料請求、参加申し込みは園庭開放QR
電話・ホームページにてお願いします。
電話 0596-22-7890
2歳児クラスより募集！

選挙に行こう！

その一票、未来の自分へのメッセージ

選挙管理委員会（TEL21-5635 FAX21-5636）

皇學館大学 若者の投票率UP！プロジェクト

皇學館大学の、地域課題の解決に向けた活動の一つである「若者の投票率UP！プロジェクト」では、大学生メンバーが主体となり、市選挙管理委員会への提言や啓発活動などを行っています。

若者の投票率の低さは全国的な課題であり、伊勢市においても、前回の参議院議員通常選挙では、全体と10代、20代の投票率を比較すると15％以上低い結果になっています。

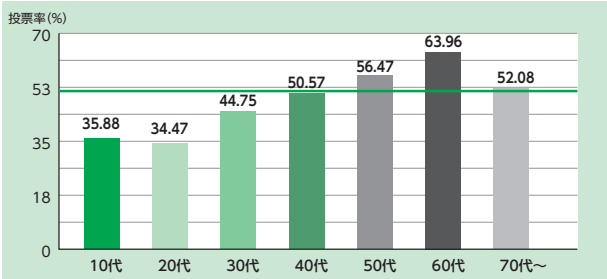
進学や就職などで市外に滞在する人は、滞在先で投票ができる**「不在者投票制度」**もあります。

7月20日執行予定の参議院議員通常選挙には投票へ行き、大切な一票を未来へ届けましょう！

直近の選挙結果

（令和４年７月参議院議員通常選挙）

全体の投票率 **51.44％** 伊勢市の投票率



明るい選挙キャラクター
選挙のめいすいくん

今回実施の「参議院議員通常選挙」について

【参議院議員】 任期6年、定数248人（内訳 選挙区選出議員148人、比例代表選出議員100人）

参議院は3年ごとに半数が入れ替わるよう憲法で定められています。半数改選のため、選挙区選出議員74人（三重県選挙区1人）、比例代表選出議員50人を選出します。

期日前投票って？

投票は、投票日に投票所ですることを原則としていますが、次の理由などで投票日当日に投票所に行けない人は、期日前投票ができます。

- 仕事や冠婚葬祭がある
- 投票区域外への外出・旅行・滞在
- 病気やけが、妊娠などの理由のため歩行が困難
- その他、当日に投票所に行けない理由がある

投票時に分からないことがありましたら投票所の係員に声を掛けてください！

投票所入場券

選挙人名簿に登載されている人宛てに、世帯ごとに封筒で郵送します。投票に行くときは、ご本人の入場券を忘れずにお持ちください。

万一、届かなかったり、紛失したりした時は投票所の受付係に申し出てください。

期日前投票所までのバスによる移動支援を行います

期日前投票所までの移動が困難な人への移動支援として、市内を運行する**バスの乗車料金を無料**にします。

期日前投票に関すること・バスによる移動支援など詳しくは、今号の「広報いせ」と同時配布の**「選挙のお知らせ」**に掲載していますので、そちらを確認してください。

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。

産後ママの教室

健康課（TEL27-2435 FAX21-0683）

- と　き　8月4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　7月1日(火)・8:30から右の二次元コードよりオンライン申請、または電話で健康課へ

※都合がつかない場合は個別での対応も可能ですので、健康課へ連絡してください。

ママのための姿勢改善ストレッチ教室♪

ハートプラザみその・こども広場（TEL・FAX22-7355）

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16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
- 対　象　市内在住の、18歳までの子どもを育児中の母親
- 定　員　10人（先着順）
- 託　児　生後3カ月～就園していない5歳児（先着5人）
- 持ち物　汗拭きタオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル（必要な人）
- 講　師　山本 哲司さん（やまもと鍼灸院 整体院）
- 申し込み　6月28日(土)・9:00～7月15日(火)・17:00に、直接または電話で同広場へ

パパとママの教室

健康課（TEL27-2435 FAX21-0683）

- と　き　7月28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（もくよく）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（TEL27-2435 FAX21-0683）

- と　き　①7月18日(金)、10:30～11:30
  ②7月25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（①生後7～11カ月、②生後4～6カ月）の保護者
- 内　容　離乳食（①後期～完了期、②初期～中期）の話、試食
- 定　員　15人（先着順）　持ち物　筆記用具
- 申し込み　7月1日(火)・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

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）	7月 9日(水) 7月23日(水)	① 9:00～ ②10:30～	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）〕（TEL27-2435 FAX21-0683）
おしゃべりタイム ※要予約（妊婦さん・産後ママの交流会）	毎月第2・3・4火曜日(※)	①10:00～11:00 ②11:00～12:00		
子育て相談（巡回）〔妊産婦・乳幼児期の保健（身体計測・栄養相談など）〕●持ち物：母子健康手帳、バスタオル（2歳未満の乳幼児がいる場合）※7月15日は栄養相談はありません。	7月 1日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	中央保健センター	
	7月 8日(火)	9:30～11:00	ハートプラザみその	
	7月15日(火)	9:30～11:00	中央保健センター	
	7月22日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	小俣保健センター	
受け付けは7月1日(火)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17日(木)	① 9:30～10:15 ②10:30～11:15 （各回1人ずつ）	中央保健センター	
子育て支援（乳幼児期の子育て全般）	月曜日を除く	9:00～17:00	駅前子育て支援センター キッズ☆もっとテラス（健康福祉ステーション・6階）	駅前子育て支援センター キッズ☆もっとテラス（TEL63-5488）
ひとり親 ※窓口での相談は要予約	月～金曜日(※)	9:00～17:00	子育て応援課〔市役所東館・2階〕	子育て応援課（TEL21-5713 FAX21-5555）
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（TEL63-5444 FAX21-0683）

こども誰でも通園制度

保育課（TEL21-5579 FAX21-5555）

令和８年度から本格実施する「こども誰でも通園制度」について、先行実施を行う施設での受け入れを始めます。

と　き　７月１日(火)～

対　象　市内在住で生後６カ月～３歳未満の子ども
※保育所・認定こども園・小規模保育事業などを利用していないこと。

内　容　子ども一人当たり月10時間まで、就労要件にかかわらず時間単位で利用できる制度で、令和７年度は１施設で先行実施

●実施施設…学校法人前島学園　和順子育て支援センター〔小俣町元町212-7 TEL29-2525（和順こども園併設）〕

●実施日時…月～金曜日、9:00～14:00（祝日・年末年始を除く）

定　員　6人まで

料　金　１時間当たり300円

申し込み　同課へ利用申請を行い、認定後、実施施設へ連絡し、事前面談を受けた後に、利用する日時を予約

※詳しくは右の二次元コードから、市のホームページを確認してください。

支援が必要な子どものために パーソナルファイルを活用しましょう！

こども発達支援室（TEL63-5444 FAX21-0683）

パーソナルファイルとは、発達をはじめとする支援を必要とする子どもが、安心して継続した支援を受けられるよう、子どもの状態や支援の情報をスムーズに引く継ぐための情報を一冊にまとめたファイルです。パーソナルファイルは、保護者や本人が作成・記入し、保管します。

詳しくは、右の二次元コードから市のホームページを確認してください。

どんなときに活用するの？

●福祉や医療サービスを受けるとき
●進級・進学・就職など新しい環境に変わるとき
●関係機関などの相談や支援を受けるとき など

「パーソナルファイル」は次の場所で配布しています。こども発達支援室（健康福祉ステーション・5階）、高齢・障がい福祉課（市役所東館・1階）、学校教育課（小俣総合支所・2階）

伊勢警察署だより

伊勢警察署（TEL・FAX 20-0110）　ミーポくん

夏の山岳遭難に注意！

気温が高くなる夏の時期は「脱水症状」が原因となる山岳遭難が増加しています。こまめな水分補給と休憩を取って夏山登山を楽しんでください。

■安全に登山を楽しむために
①登山計画を立てよう
②装備品を準備しよう
③登山届を提出しよう

■登山届の提出方法
紙での提出　登山ポストへ投函、または郵送・ファクスで警察署へ
オンライン提出　三重県電子申請・届出システム、Compass（コンパス）、YAMAP（ヤマップ）からオンライン申請

有料広告

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

水道110番 0120-454-110（よい工事 110番）

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

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）

ソーラーハウス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(日)、10：00～12：00
ところ　いせトピア・3階 研修室1・2
内　容　太陽光発電・LEDなどについての学習、ソーラーハウス工作
講　師　パナソニック(株)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(火)・12：00～18日(金)・17：00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&隠れた文字の不思議&おせんべい作り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5日(火)、9：00～12：00
※8:55までに小俣図書館駐車場に集合し、マイクロバスで現地に移動します。
ところ　IX(アイエックス)ホールディングス株式会社〔株式会社マスヤ(小俣町相合1306)〕
対　象　市内在住の小学生とその保護者
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)、かつて忍者が使ったとされる情報を味方に伝える方法の1つ“あぶりだし”体験(三重大学研究・社会連携統括本部URA(ユーアールエー)室)、家庭用調理機でおせんべいを焼いてみよう!〔IXホールディングス株式会社(株式会社マスヤ)〕
定　員　40人
※申し込み多数の場合は、7月17日(木)・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(火)～15日(火)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22日(火)に応募者全員にEメールでお知らせします。メールが届かなかった場合は、同課へ連絡してください。

伊勢市青少年育成市民会議講座

親子で楽しむクリエイティブアートとマジックワールド

社会教育課（TEL 22-7886　FAX 23-8641）

親子で一緒に楽しく学びながら、創造性を高めましょう。また、作った作品や習得したマジックは、家に帰ってからも家族で楽しめます。

と　き　8月10日(日)、①10：00～11：30　②13：30～15：00
ところ　いせトピア・3階　研修室1・2
対　象　市内在住の小学生とその保護者
内　容　①スチレンボードに絵を描いたり、模様を押したりして版画を楽しみます ②楽しいマジックショーを見てトリックを学び、みんなの前で披露できるようにマスターします
講　師　三重県立こどもの城職員
定　員　①②各小学生15人とその保護者
※申し込み多数の場合は、7月17日(木)・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(火)～15日(火)に、下の二次元コードからオンライン申請
※抽選結果は、22日(火)に、応募者全員にEメールでお知らせします。メールが届かなかった場合は、同課へ連絡してください。
※申し込み多数の場合は、いずれか1講座となる場合があります。

御薗こども広場

くるくるフリマinみその

ハートプラザみその こども広場（TEL・FAX 22-7355）

寄付していただいた子供服やおもちゃを無料で譲ります。

と　き　7月12日(土)、10：00～13：00
ところ　ハートプラザみその・2階 保健会議室
申し込み　不要
※不要になった子供服やおもちゃ、絵本がある人はお持ちください。

2025年度 入学ご案内
スマホ・ゲームの時間を減らす方法！
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
募集内容はこちら
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

有料広告

夏休み親子映画祭

「怪盗グルーのミニオン超変身」上映会

市民交流課内・NPO 男女共同参画れいんぼう伊勢
(TEL 21-5513　FAX 21-5522　✉ kouryu@city.ise.mie.jp)

夏休みに親子で一緒に映画を楽しみませんか。

とき　8月3日(日)、13：30～15：30(開場は13：00)

ところ　ハートプラザみその・多目的ホール

対象　市内在住の3歳～小学6年生の子どもとその保護者
※1組4人、うち大人は2人まで。
※大人のみ、子どものみの参加はできません。

内容　子どもから大人まで楽しめるノンストップ・エンターテイメント！ミニオンが「メガミニオン」に“超変身“。新たに登場するミニオンたちに注目！

定員　250人(先着順)

申し込み　7月1日(火)・9：00～25日(金)・17：00に、下の二次元コードからオンライン申請

(C) 2024 Universal Studios. All Rights Reserved.

同時開催

当日は、「性別にかかわらず、自分らしく」をテーマとした絵本も展示します。

夏休み親子リサイクル教室

伊勢リサイクルプラザ（TEL・FAX 38-2800）

次のとおり教室を開催します。気軽に参加してください。

とき・内容　下表のとおり

ところ　伊勢リサイクルプラザ
(西豊浜町653)

対象　伊勢市･明和町･玉城町･度会町在住の小学生とその保護者
※子どものみの参加はできません。

申し込み　7月10日(木)から、電話で同プラザへ〔月～金曜日(祝日を除く)9：30～15：30〕

定員　各7組(先着順)

夏休み親子リサイクル教室日程

とき	内容
7月19日(土)	段ボールコンポスト作り
7月20日(日)	ペットボトルで万華鏡作り
7月26日(土)	ペットボトルでミニ水族館作り
7月27日(日)	新聞紙でちぎり絵作り
8月 2日(土)	EM(イーエム)石けん作りとごみ分別の話
8月 3日(日)	牛乳パックでペン立て作り
8月10日(日)	牛乳パックでブンブンごま・キューブ作り
8月16日(土)	廃油キャンドル・石けん作り
8月17日(日)	タオルでくまちゃん作り
8月23日(土)	布リース作り
8月24日(日)	ペットボトルでミニ水族館作り

災害復興支援プロジェクト チャリティーイベント

いせ市民活動センター（TEL 20－4385）

第9回 ダンスワールド in 伊勢 入場無料

舞台発表を通し、伊勢市の活性化を図る団体の皆さんが、「いせ市民活動センターつながりプロジェクト」（災害復興支援）の募金を呼びかけます。

とき　7月12日(土)　12:25～15:30

ところ　いせトピア・多目的ホール

詳しくは同センターのホームページをご覧ください

バス「いせトピア」

有料広告

あなたの家、地震に備えて
耐震改修してますか？
耐震改修工事
耐震シェルター設置
市補助金利用できます！
補助金の予算には限りがありますので、ご利用検討の方はお早めにご相談ください。補助金利用要件は弊社でもご相談承ります。
有限会社 扇光　0120-57-2535

リフォームで 笑顔いっぱいの 楽しい生活をはじめませんか？
地域密着！
リフォーム & リノベーション
外構　内装　設備　塗装　外壁　屋根　お家のリフォーム
えがお提供業
SMILE HOME えがお家
まずはお気軽にご相談ください
0120-2525-85
えがお家 リフォーム　検索
三重県度会郡玉城町宮古2338

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33万８千人（令和６年度）

「わくわく！ムシフェスタ☆」抽選券配布

時 ７月12日㈯～８月28日㈭　所 １階・カウンター
対 小学生以下　内 小保図書館で貸し出しをしたり、さまざまなイベントに参加したりして、「わくわく!ムシフェスタ☆抽選会」に参加するための抽選券を集めよう!
※詳しくは、館内のポスターをご覧ください。

上映会

時 ７月19日㈯、15時～　所 ２階・視聴覚室
内 「恐竜超世界　第1集　見えてきた! ホントの恐竜」（49分）
定 20人程度（当日先着順）

図書館でBOOK（ブック）ビンゴ!!

時 ７月19日㈯～８月31日㈰　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！

小保図書館

バス「小保図書館」

TEL 29－3900　開館時間　９時～19時
FAX 29－3902　休 館 日　毎週火曜日、第２金曜日

おはなし会

時 ①赤ちゃんおはなし会…７月10日㈭、11時～
②たんぽぽおはなし会…７月12日㈯、15時～
③ピッポの会・紙芝居…７月20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 ７月26日㈯、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、「いるかのかべかけ」を作ります
定 20人程度（当日先着順）

伊勢図書館

バス「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12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24日㈭、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13日㈰、14時～（開場は13時45分）　所 ２階・視聴覚室
内 「宮沢賢治銀河鉄道の夜プラネタリウム版」（38分）
「スターリーテイルズ　星座は時をこえて」（28分）
定 40人（当日先着順）

夏休み子ども映画会

時 ７月27日㈰、14時～（開場は13時45分）　所 ２階・視聴覚室
内 「忍たま乱太郎の宇宙大冒険with（ウィズ）コズミックフロント☆NEXT（ネクスト）」（アニメ・50分）
定 40人（当日先着順）

両館共通　第16回読書感想画展2025 作品募集

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。応募いただいた読書感想画は後日、伊勢・小保両図書館で展示します
申 ７月３日㈭～８月31日㈰に、本を読んだ感想を絵にしたもの（八つ切り画用紙・横描き・画材は自由）を、直接どちらかの図書館窓口へ

おはなしプーさんの夏のおはなし会スペシャル

時 ７月12日㈯、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、かんたんな工作などを行います。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28日㈯・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（イン） トショカン

時 １～４年生向け　7月20日㈰、13時30分～14時30分
５・６年生向け　８月３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おう！
定 各日４人（先着順）
申 ７月５日㈯・９時から、直接または電話・ファクスで同館へ

図書館工作2025 ～ひらいてびっくり! のび～る絵本～

時 ７月21日㈷、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 ひらくと絵がかわるのび～る絵本をつくろう！　定 ８人（先着順）
申 ７月６日㈰・９時から、直接または電話・ファクスで同館へ

小俣図書館

Hello!! English（ハロー イングリッシュ） ～英語えほんおはなし会～

時 7月21日㈷、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（当日先着順）

調べ学習講座2025 昔の土器の拓本体験！

時 7月27日㈰、14時～　所 2階・会議室　対 小学生（3年生以下は保護者同伴）　内 小俣町内から出土した土器片の紋様を写し取る「拓本」体験を行います。遺跡や土器の解説もあります。実際の土器を見て、触れて、小俣町の古（いにしえ）の歴史を感じてください。
講師 山本翔麻（郷土史家）　定 20人程度（先着順）
申 7月5日㈯・9時から、直接または電話で同館へ

「こんとあき」フォトスポット

時 7月12日㈯～27日㈰　所 1階・カウンター横
内 えほん「こんとあき」のタペストリーが小俣図書館にやってきます！「こん」のぬいぐるみと一緒に写真を撮ろう！

大好き!!「こんとあき」 ～林明子さんの絵本おはなし会～

時 7月13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 林明子さんの名作「こんとあき」「はじめてのおつかい」の読み聞かせをします。おはなしの後、「こんとあき」クイズラリーに挑戦！ぬりえのお土産もあります♪
定 30人程度（当日先着順）

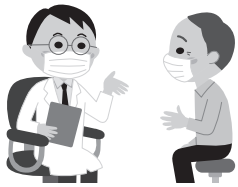
展示会「戦争と平和を考える」

時 7月19日㈯～8月17日㈰　※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。当時あったもの、今も目の前にあるものを見つめ、戦争と平和を考える展示を行います

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、自覚症状が無いうちに進行します。国民健康保険と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25年9月1日～昭和61年3月31日生まれの伊勢市の国民健康保険加入者	令和7年8月31日（日）時点での後期高齢者医療加入者
	※9月1日（月）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。	
実施期間	7月1日（火）～11月30日（日）＜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・資格確認書・マイナ保険証のいずれか ※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。	受診券、質問票、保険証・資格確認書・マイナ保険証のいずれか ※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。
費用	無料	
令和6年度受診者数	10,157人	11,437人
問い合わせ	医療保険課 国民健康保険給付係 （TEL21－5646　FAX20－8555）	三重県後期高齢者医療広域連合 （TEL059－221－6884　FAX059－221－6881） 医療保険課 後期高齢者医療係 （TEL21－5552　FAX20－8555）

有料広告

弁護士法人 愛知総合法律事務所
伊勢駅前事務所【三重弁護士会所属】
相続　遺言　交通事故　借金問題　離婚　労働　企業法務
愛知県本部、各支所合わせて弁護士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

☎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

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

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

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られることが大切です。まずは、少しのチャレンジで続けられそうなことを始めてみませんか。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！

市の公式LINEでも参加可能です。県の「三重とこわか健康マイレージ事業」と協働で実施します。

とき　7月1日(火)～令和8年3月13日(金)（期間中1人1回）

対象　市内在住・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」に沿った健康づくり

※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。

※詳しくは市のホームページを確認してください。

※市の公式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。（友だち登録→メニュー1→健康づくり→健康マイレージへ進む）

伊勢市健康マイレージ対象事業

市公式LINE

★シニア健康講座（認知症予防）保健師と学ぼう！認知症を寄せ付けないポイント～食事編～

バランスの良い食事について考え、長く元気に過ごすコツが学べる講座です。

とき　7月29日(火)、9時30分～11時

ところ　中央保健センター

対象　市内在住の人

内容　保健師による話（認知症予防について）・ストレッチ・レクリエーションなど

定員　30人（先着順）

申し込み　7月1日(火)から、右の二次元コードよりオンライン申請、または電話・ファクスで健康課へ

★みんなdeいせし健康体操

とき　7月28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　運動のできる服装、飲み物

申し込み　不要

主な相談など

とき		ところ
①成人健康相談・成人栄養相談（電話・面談）※面談のみ要予約		
月～金曜日（祝日・振替休日・年末年始を除く）	8:30～17:00	中央保健センター（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）		
7月8日(火)	9:00～11:00	伊勢保健所（県伊勢庁舎内）
7月22日(火)		

対　　象　①市内在住の人、②県内在住の人

問い合わせ　①健康課（TEL 27-2435、FAX 21-0683）
②伊勢保健所（TEL 27-5137、FAX 27-5253）

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

休日・夜間応急診療所（八日市場町）

内科・小児科（TEL・FAX 25-8795）、歯科（TEL・FAX 27-0829）

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

※感染症対策を実施し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、19:30～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

ヘルスメイト料理講習会

とき・ところ・定員・申込期限　左表のとおり
対象　市内在住の人
テーマ　夏をのりきる食事
参加費　400円(当日持参)
持ち物　エプロン、三角巾、マスク、米1／2カップ
申し込み　6月30日(月)、8時30分から、14ページ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

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18日(金)	ハートプラザみその	20人	7月10日(木)・12:00
7月23日(水)	社会福祉協議会 福祉センター	20人	7月15日(火)・12:00
7月24日(木)	小俣保健センター	20人	7月16日(水)・12:00

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

★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人は一生のうちに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、定期的に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行う場合があります。

※勤務先で受診する機会がある人や、市が実施する集団検診を年度内に受けた人は、そ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

医療機関一覧

実施期間　7月1日(火)～11月30日(日)(乳がん検診・子宮頸がん検診は令和8年1月31日(土)まで)
実施場所　市内の各実施医療機関(診療時間内)
持ち物　マイナ保険証・資格確認書・健康保険証(有効期限内)のいずれか、健康手帳(持っている人)

検診内容			対象者(受診日現在の満年齢)	料金 ※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 ※1		胸部X線	40歳～79歳	700円	350円
		胸部X線＋喀痰(かくたん)検査		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 ※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

※1　たばこを吸っている人や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。　※2　視触診は、医療機関により実施しない場合があります。
※3　下記の人は**無料**(自己負担金免除制度)です。
①70歳以上の人(医療機関で保険証などを提示)、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(医療機関で保険証などを提示)、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7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)

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)

検診名	検診内容	対象	自己負担金 ※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8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8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

※4　70歳以上の人、クーポン券(乳がん)を持っている人は無料です。
☆6月～12月に、歯周病検診も無料で実施しています。詳しくは「広報いせ」6月1日号をご覧ください。

乳がん・子宮頸がん集団検診ホームページ

次の対象者には、6月下旬に個別通知を郵送しています。
≪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　(いずれも令和7年4月1日時点)
≪肺がん検診の補助券≫　自己負担額の補助を行います　50歳、60歳の人(令和7年4月1日時点)
≪肝炎ウイルス検診の無料受診券≫　令和7年4月1日時点で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

市立伊勢総合病院
Ise Municipal General Hospital

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 最近のコロナってどうなったんでしょうか?もう消えた?

回答 残念ながら消えておらず、その辺にいます

伊勢総合病院
内科・総合診療科副部長
谷崎 隆太郎 医師

コロナは今も身近に!

新型コロナウイルス感染症(通称:新型コロナ)って、最近ニュースでもあまり聞かなくなったし、なんか、もう世の中から消え去ったような気がしていませんか?

残念ながら世間で騒がれなくなっただけで、新型コロナの発生がゼロにはなったことはなく、定期的に全国的な流行を繰り返しています。この傾向は三重県でも同様で、夏休みや冬休みなど、人の移動や接触が増える時期に一致して発生数が増えています(図1)。

最近のコロナ事情

とはいえ、以前のデルタ株と比べると、今の株はだいぶ重症化リスクは下がり、新型コロナで人がバタバタ死んでいくというイメージは確かにもうありません。ただし、高齢者や持病がある人にとっては、いまだに脅威です。新型コロナで入院して退院した人は、インフルエンザで入院して退院した人と比べて、退院後半年以内の死亡リスクが約2倍も高かったとの報告や*1)、死亡しないまでも新型コロナに感染した後には心血管系の病気(心筋炎、心不全、不整脈など)を起こすリスクが上がるとの報告があります*2)。加えて、他の感染症と違って日常生活に支障をきたすほどの後遺症が起きうることが、新型コロナのとにかく嫌なところです。やはり新型コロナは、間違いなく感染したくない感染症の一つなのです。

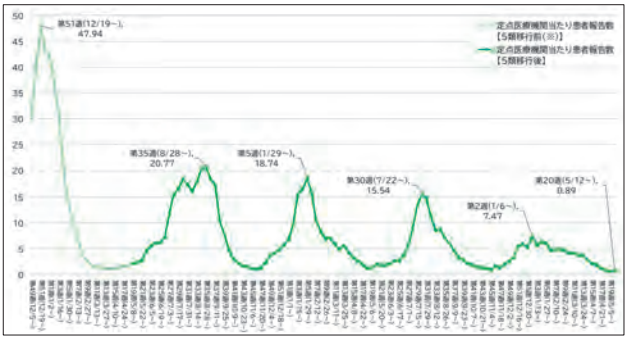
社会的なインパクトも大きく、新型コロナが流行して感染者が増加すると、感染により動けなくなったり食べられなくなったりする人も増え、その結果、救急医療や入院病床が逼迫(ひっぱく)するといった問題がずっと繰り返されています。

対策は流行状況に合わせて

感染予防にはマスク装着や3密の回避が、重症化予防にはワクチン接種が有効であることが知られていますが、一方でこれらの対策を世の中のすべての人が完璧に行うのは難しいという現実もあるかと思います。感染対策を厳格にし過ぎると日常の社会活動の維持が困難になることは皆さんが経験してきた通りですので、ここはバランスが大切です。

厚労省や三重県のウェブサイトで現在の流行状況がチェックできますので、新型コロナの最流行期には「人が密集する場所になるべく近づかない」「いつも以上にマスク装着の頻度を増やす」といった、流行状況に合わせた感染対策が、個人にとっても社会にとっても現実的な落とし所なのかもしれません。

図1:三重県内新型コロナウイルス感染症
(https://www.pref.mie.lg.jp/YAKUMUS/HP/m0068000191.htm)



＊1) BMJ 2023; 382: e076222.
＊2) JAMA Health Forum 2023; 4: e230010.

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

8月1日(金)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
(TEL21-5646 FAX20-8555)

資格確認書または資格情報のお知らせをお届けします

現在お持ちの保険証または「資格確認書」の有効期限は7月31日(木)です。マイナ保険証(※1)をお持ちの人には普通郵便で「資格情報のお知らせ」を、マイナ保険証をお持ちでない人には簡易書留で「資格確認書」を7月下旬に送付します。

(※1)健康保険証として利用登録をしたマイナンバーカード

8月1日以降に医療機関などを受診する際は、マイナ保険証を、マイナ保険証をお持ちでない人は「資格確認書」を利用し受診してください。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「資格確認書(特別療養)」または「資格情報のお知らせ(特別療養)」を交付します。

また、「資格情報のお知らせ」の有効期限は年齢によって異なります。70歳未満の人は有効期限がありませんので、伊勢市国民健康保険の資格を喪失するまでは大切に保管してください。

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
(TEL059-221-6883 FAX059-221-6881)
医療保険課 後期高齢者医療係
(TEL21-5552 FAX20-8555)

被保険者証に代わり資格確認書をお届けします

マイナ保険証の有無にかかわらず、申請なしで令和8年7月末まで使える資格確認書(ピンク色)は、7月中旬に、三重県後期高齢者医療広域連合から特定記録で送付されます。

現在お持ちの被保険者証・資格確認書(若草色)の有効期限は7月31日(木)です。8月1日(金)以降は使用できません。

8月1日(金)以降に、医療機関を受診する時は新しい資格確認書(ピンク色)またはマイナ保険証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。

また、窓口で「限度額適用認定証」などを提示する必要がなくなったり、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たりします。

限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証について

現在お持ちの認定証の有効期限は7月31日(木)です。

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に提示することで、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。

なお、マイナ保険証を利用できる医療機関などを受診する場合は、受付時にマイナ保険証または資格確認書を提示し、認定証情報の提供に同意すると、事前申請不要で、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。(※2)ただし、住民税非課税世帯(低所得Ⅰの区分を除く)で直近12か月の入院日数が90日を超える場合は申請が必要です。

(※2)国民健康保険(74歳まで)の人は、国民健康保険料に滞納がある場合や前年中などの所得が不明の場合、利用できないことがあります。

国民健康保険(74歳まで)

更新を希望する人は、7月10日(木)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。

〈申請時の持ち物〉

来庁者と認定証が必要な人の身分証明書(運転免許証、マイナンバーカードなど)、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もの

後期高齢者医療保険(75歳以上)

資格確認書に限度区分の併記を希望する人は、申請が必要です。

現在、認定証または限度区分が併記された資格確認書をお持ちの人で、8月以降も対象の人には、申請なしで8月1日から使える限度区分が併記された資格確認書を交付します。

地籍調査について

用地課(TEL21-5720)

◆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。

◆地籍調査を行う地区は?

令和7年度の地籍調査は倭町、尾上町、岡本2丁目、宇治浦田2丁目、桜木町、勢田町、神久5・6丁目、御薗町高向地内の各一部で実施します。

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6年度）

往復はがきの書き方

往信用 表	返信用 裏
85 往信 〒516−8520 いせトピア センター講座係	何も記入しないでください。

返信用 表	往信用 裏
85 返信 〒000−0000 住 所 氏 名 様	①講座No.、講座名 ②住所 ③氏名（ふりがな） ④年齢（子どもは学年） ⑤電話番号 ⑥市外在住者は勤務先と電話番号を記入 ⑦子ども向け講座は保護者の氏名を記入

※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、18〜20ページのとおり、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。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4日㈮（当日消印有効）までにいせトピアのホームページからオンライン申請、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枚の往復はがきでの申し込みできるのは1人1講座・同一講座への重複申し込みは無効）

※過去1年間に同一講座を受講（受講中にキャンセルした人を含む）した人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）

※申込者以外は受講できません。

※車いすなど配慮が必要な場合、知らせてください。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、7月11日㈮・14時から、いせトピア・1階 会議室1で抽選を行いその様子はご覧いただけます。

■受講可否

7月14日㈪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、7月18日㈮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〜21時）

■キャンセル・欠席

講座開講日の1週間前まで。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
		講師（敬称略）	持ち物		
1	着物リメイクでおしゃれ服	リメイクの基本的な縫い方を覚えましょう。今回はベストとスカート風のワイドパンツを作成します。			
		第1・3火曜日〔全8回〕、12:45〜14:45	8月5日	学習室3	12人
		相木 幸代	材料費800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（20㎝・50㎝）、ミシン（ある人）		
2	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みませんか。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・3火曜日、9月は第2・5火曜日	8月5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		
3	NEW はじめての着物・着付け ※女性対象	大切にしまっている着物を、一人できれいに、苦しくなく、着崩れなく、着れるようになりませんか。			
		第1・3水曜日〔全8回〕、19:30〜21:00	8月6日	和室	8人
		竜田 和代	筆記用具、着物、下着、小物類（わかる範囲でお持ちください。初回に説明します。）		
4	美ボールペン字（朝）講座	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1・3木曜日〔全8回〕、9:30〜11:00	8月7日	学習室3	15人
		杉山 翠香	テキスト代600円、ボールペン、練習用ノート、便箋（びんせん）など		

5	美ボールペン字（夜）講座	点や線を少し意識するだけで字の印象は大きく変わります。字形やバランスのとり方を学びます。				
		第2・4金曜日〔全8回〕、19:30～21:00		8月8日	学習室3	15人
		虹栄（コウエイ）	ボールペン、練習用ノート、便箋等			
6	はじめての健康麻雀（マージャン）（初心者向け）	基本をしっかりマスターします。麻雀は奥の深いゲームですが、実はとても簡単で分かりやすく、基本さえ覚えてしまえば初心者でも、とても楽しく学べます。テキスト学習と実技を行います。				
		第2・4木曜日〔全8回〕、13:30～15:30 ※8月は第1・3木曜日		8月7日	会議室1	12人
		中上　浩和	筆記用具			
7	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。				
8	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25日	文化交流室	各15人
		中川　ひろみ	筆記用具、飲み物			
9	ナイトピラティス・姿勢改善＜1部＞	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、美姿勢を創ります。				
10	ナイトピラティス・姿勢改善＜2部＞	第1・3木曜日〔全8回〕 ＜1部＞18:30～19:30　＜2部＞20:00～21:00		8月7日	リハーサル室	各15人
		SHIZUKA（シズカ）	運動のできる服装、飲み物、フェースタオル、ヨガマット			
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）						
11	NEW パソコンの基礎を学ぶ	電源の入れ方や、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23日・11月4日は休講		9月2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メモリ代）、筆記用具			
12	NEW 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。				
		毎週木曜日〔全10回〕、13:30～15:30 ※9月25日は休講		9月4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メモリ代）、筆記用具			
13	NEW 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。				
		毎週金曜日〔全10回〕、14:00～15:30 ※9月19日は休講		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メモリ代）、筆記用具			
14	NEW エクセルの基礎を学ぶ（夜）	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。				
		毎週金曜日〔全10回〕、19:30～21:00		9月5日	パソコン室	20人
		小野　泰	テキスト代500円、教材費500円（USBメモリ代）、筆記用具			
短期講座　受講料：5回以上の講座は1,000円（別途材料費が必要な講座あり）						
15	NEW なつかしのフォークダンス講座 オクラホマミクサーをもう一度	フォークダンスはダンスの国際交流です。外国のさまざまなステップや踊りの順番を覚えます。				
		8月20日（水）・27日（水）・9月3日（水）、13:30～15:00		8月20日	多目的ホール	20人
		伊勢フォークダンス協会	動きやすい服装・靴、飲み物、フェースタオル			
16	からだ整うヨガ	さまざまな姿勢でのポーズとほぐしを交え、呼吸とともに心とからだを整えましょう。				
		8月22日（金）・9月5日（金）・19日（金）・10月3日（金）・17日（金）、14:30～15:30		8月22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	NEW ツボ講座	夏バテなど、夏によくある症状に効果的な"ツボ"について、探し方や刺激の方法を学びます。				
		8月29日（金）、10:00～11:30		－	学習室3	15人
		遠藤　利元	筆記用具			
18	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3日（水）・17日（水）・10月1日（水）・15日（水）・29日（水）、10:00～11:30		9月3日	学習室3	12人
		天野　さち	教材費2,000円（5回分）、筆記用具			

19	季節を感じる洋菓子作り	クルミとコーヒークリームを使った渋めのデコレーションケーキ「ヌストルテ」と、りんごのバターケーキ「アプフェルファンクーヘン」を作ります。				
		9月7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、マスク			
20	NEW ビートルズのひみつ4	映像や写真でも時代の最先端を切り開いていたビートルズ！彼らの映画やフォトのアートやメッセージを面白く紹介します。				
		9月14日(日)、13:30～15:00		―	研修室	20人
		野口　義修	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						
21	NEW 低学年向けプログラミング	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。				
		8月17日(日)・31日(日)・9月7日(日)・21日(日)・10月5日(日)・12日(日)、9:30～11:00		8月17日	パソコン室	6人
		島田　広子	筆記用具			
22	親子でパン作り＜午前＞	親子で「究極のクリームパン」を作ります。バターそぼろで外はサクサク、中はカスタードクリームがたっぷりな特別なクリームパンです。				
		8月30日(土)、＜午前＞9:30～11:30 ＜午後＞13:00～15:00		―	調理室	各５組
23	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(バンダナ可)、布巾２枚、台布巾１枚、手拭きタオル、持ち帰り用の籠や空箱など			

※同名講座はどちらか１つしか申し込みできません。
※No.11「パソコンの基礎を学ぶ」に申し込む場合、No.12～14「ワード・エクセル」には申し込めません。またこれらの「ワード・エクセル」の講座は、「パソコンの基礎」を受講したことがある人、またはパソコンの基礎ができる人に限ります。

いせトピア子ども夏まつり

要事前申し込み

と　き　8月3日㈰　午前の部…10:00～12:00
午後の部…13:00～15:00

料　金　無料(一部材料費が必要なコーナー有り)

※詳しくは、チラシ・ホームページをご覧ください。
※チラシは市内のこども園、保育園(所)、幼稚園、小学校に配布します。

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

生涯学習活動を行う皆さん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。

登録を希望する人は、電話でいせトピア(TEL21－0900)へ申し込んでください。

市税・公課の納付を忘れていませんか？

収納推進課(TEL21-5536　FAX21-5535)

市税・公課は、安心で健康に暮らせる住みよいまちづくりのために、なくてはならない財源です。これらを滞納すると、市の財政が圧迫され、住民サービスに支障を来すとともに、納期限内に納付している人との公平性を保てなくなります。

このため、市では市税・公課の滞納者に対して、やむを得ず滞納処分を行っています。納期限を過ぎても市税・公課を納付していない人は、早急に納めてください。

なお、病気やけが・失業など、特別な事情がある人は、早めに相談をしてください。

公課とは？

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料・保育料・下水道事業受益者負担金・下水道使用料などのことです。

市税・公課を納めないと、次の手続きを行います！

■督促状を発送します

納期限を過ぎても市税・公課を納めていない人には、納期限後20日以内に督促状を発送します。

■延滞金がかかります

納期限を過ぎると、延滞金がかかります。

※延滞金は、滞納額に滞納日数と割合(令和７年は8.7%〔納期限の翌日から１カ月を経過する日までは別に定める割合〕)を乗じて計算します。

■滞納処分を行います

督促状を発送した日から起算して10日を経過した日までに、その市税・公課を納めないときは、やむを得ず下記の滞納処分を行います。

差し押さえ		財産の処分
財産（預貯金・給与・生命保険・不動産など）を調査した上、滞納者の財産を差し押さえます。	➡	差し押さえた財産を強制的に換価（債権であれば取り立て、不動産であれば公売）し、滞納市税・公課に充てます。

※滞納処分は、納付義務者の財産から強制的に市税・公課を徴収するために行う法的手続きです。

■滞納整理の専門機関へ徴収業務を引き継ぎます

市での滞納整理が困難な市税の滞納事案は、三重地方税管理回収機構へ徴収権を引き継ぎます。

※同機構は、県内の市町税の徴収を専門に行う組織で、滞納事案を市・町から引き受け、差し押さえや公売などの滞納処分を前提に滞納整理を行います。

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。**

第十五回みたす寄席

伊勢・船江温泉みたすの湯(TEL 29-4126)

時 7月12日㈯、13:30～(開場は13:00)　所 伊勢・船江温泉みたすの湯(船江1丁目471-3)　内 若手落語家ユニット「ちょちょら組」が3年ぶりに行う伊勢公演。メンバーは、橘家文吾・柳亭信楽・三遊亭ぽん太・立川かしめの４人　定 24人(先着順)　料 3,000円　申 7月11日㈮までに、みたすの湯ホームページ(URL https://mts-ise.com/yu/)から、または直接・電話・Eメール(✉mitasuyose@mts-ise.com)に氏名・フリガナ・電話番号・メールアドレス・枚数・椅子席希望の有無を記入してみたすの湯へ
※空きがあれば、当日受け付けも行います。

あそぼう教室 音楽あそび

中央児童センター(TEL 27-2422)

時 7月23日㈬、10:30～11:10　所 中央児童センター〔福祉センター・3階(八日市場町)〕　対 1歳以上の幼児とその保護者　内 音楽に親しみながら、ふれあい遊びを楽しんだり、体を動かしたりします(講師…光田 真知子さん)　定 30人(先着順)　申 7月1日㈫から電話で同センターへ
※休館日〔7日㈪・14日㈪・22日㈫〕は申し込みできません。

清流宮川 カヌー体験教室・第14回カヌーツーリング大会

伊勢カヌー協会・伊藤さん(TEL 090-2261-9766)

【カヌー体験教室】　時 7月26日㈯、午前の部…9:20～11:20 午後の部…12:50～14:50〔予備日：8月2日㈯〕　所 宮リバーわたらいパーク　対 小学生以上の初心者(小学1・2年生は保護者同乗)　内 カヌーの乗り方・こぎ方の体験　定 各部30人程度(先着順)　料 小学生…1,500円　中学生以上…2,000円(カヌーレンタル料・保険料を含む)
【カヌーツーリング大会】　時 7月27日㈰、9:00～15:00〔予備日：8月3日㈰〕　所 宮リバーわたらいパーク～度会橋付近　対 小学3年生以上のカヌー経験者で、約3時間こぐ体力がある人(小学3・4年生は保護者同伴)　内 約9kmのダウンリバー　定 40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)
【共通】　申 7月1日㈫から同協会のホームページより
※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。

紙を染めよう(きょうけつ染め)

伊勢友の会・森さん(TEL 090-5879-4013　FAX 22-2696)

時 ①7月24日㈭、13:00～15:00　②8月2日㈯、10:00～14:00(全2回)　※①②いずれかの参加も可能です。
所 伊勢友の会友の家(宇治浦田3丁目25-3)　対 小学生以下の子どもとその保護者　内 ①いろいろな形に折り畳んだ和紙できょうけつ染めを体験　②染めた紙を使って工作
定 5組(先着順)　料 300円(資料代・保険代含む)
※別途材料費(700円程度)が必要です。
申 7月1日㈫～20日㈰に、電話またはファクスで森さんへ

時とき　所ところ　対対象　内内容
定定員　料料金　申申し込み

イベント掲示板＆みんなの広場　掲載申し込み締め切り
9月1日号 ➡ 7月15日㈫
9月15日号 ➡ 7月31日㈭

第27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㈮、17:00～21:00(雨天決行)　所 外宮周辺・外宮参道・神路通り・月夜見宮　内 外宮・月夜見宮の参拝(18:00過ぎに火除橋前に集合し一緒に参拝)、せんぐう館奉納舞台での演奏、街路広場で屋台村、踊りの輪、ライブ など

三重FPフォーラム2025 in伊勢

NPO法人日本FP協会三重支部(TEL 059-221-5177)

公的年金制度などについて分かりやすく解説をする講演会を開催します。
時 8月2日㈯、13:30～15:00(開場は13:00)　所 二見生涯学習センター・ホール　対 これから年金を受給する人
内 講演「FPが本音で語る私の年金のリアル～これからの年金生活に備えるために～」講師…川端 康成さん(AFP認定者、公的保険アドバイザー)　定 60人(先着順)
申 7月1日㈫～28日㈪に、右の二次元コードまたはホームページ(「日本FP協会 三重」で検索)のオンラインフォームから同支部へ

みんなの広場

このコーナーは、市民団体などの皆さんが、イベント案内や会員募集などに利用できるコーナーです。**参加費などの記載のないものは無料です。**

七夕祭り

太江寺(TEL 43-2283　FAX 43-2284)

時 7月1日㈫～14日㈪　所 太江寺(二見町江1659)
内 短冊を山門に飾ります。1～7日はライトアップを行います。7日は19:00～本尊を開帳・20:00～夜の音楽公演　申 不要

夏休み親子体験教室

伊勢まなび高校 ものづくり工学科(TEL 63-5564　FAX 25-3104)

時 7月22日㈫～25日㈮、18:30～20:30　所 伊勢まなび高等学校・実習室(神田久志本町1560)　対 小学4年生以上
内 とんぼ玉(ガラス細工)・鍋敷き(木工)・サンドブラスト(ガラスコップのデザイン)・電子工作の日替わり体験教室
定 各教室4組(申し込み多数の場合は抽選)
申 7月1日㈫～15日㈫に、ファクスまたはEメール(✉maegawa.ki@mxs.mie-c.ed.jp)で同科へ
※詳しくは、同校のホームページをご覧ください。

文化庁伝統文化親子教室(茶道)

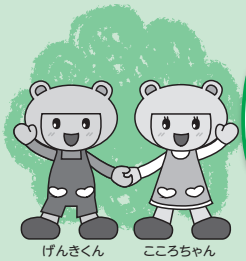
長楽会・樋口さん(TEL 090-1626-8051)

時 7月～令和8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 親子で茶道を楽しみませんか。年齢・経験などでグループ分けをし、それに合ったお茶の心得と礼儀などを学びます
定 15組(先着順)　料 1人300円(1回ごとに、お茶・お菓子代として)　申 7月1日㈫～10日㈭に、電話で樋口さんへ

職長・安全衛生責任者特別教育

三重県建設労働組合伊勢支部(TEL 23-5535　FAX 28-9031)

時 9月8日㈪・9日㈫　所 三重県建設労働組合伊勢支部第二会館(一之木4丁目644-3)　対 満18歳以上　定 30人(先着順)　料 11,000円　申 8月25日㈪までに、必要書類を同支部へ



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

社協はげんきなこころ応援します

げんここ 地域福祉通信

Vol.76

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そい	TEL21-5712	FAX63-5420	
伊勢市社会福祉協議会	生活サポートセンターあゆみ	TEL63-5224	FAX 27-2412
	地域福祉課	TEL63-5334	FAX 27-2415
	伊勢市ボランティアセンター（八日市場町13-1　福祉センター）	TEL63-6370	FAX 27-2415
	東部支所（二見町茶屋456-2）	TEL43-5551	FAX 43-4427
	西部支所（小俣町元町536）	TEL27-0509	FAX 27-0570
	北部支所（御薗町長屋2767）	TEL22-6617	FAX 22-6604
	げんこころーむ（小木町曽祢538）〔イオンタウン伊勢ララパーク・1階〕	TEL63-7130	FAX 65-6121

夏休みに ちょこっと 福祉体験をしてみませんか

夏休み期間中に、普段の生活では体験できないようなさまざまな福祉体験を通して、おもいやりの心を育てることを目的に、「夏休みちょこっと福祉体験」を開催します。

参加者の声 点字体験

点字についての知識が増えました。これから活用できるようにしようと思います。

点字体験

昨年の様子

手話体験

昨年の様子

参加者の声 手話体験

地震などの災害が多い中で、音が聞き取りにくい人でも分かるような工夫をしていきたいと思います。

とき　8月1日（金）～25日（月）
体験内容により日時は異なります。

対象　市内に通学する小学4年生～高校3年生

※申込書は、小中学校を通じて配布します。
　高校は各学校に配置します。
※申し込み方法・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。

伊勢市ボランティアセンター
伊勢市社会福祉協議会　〔福祉センター内（八日市場町 13-1）TEL 63-6370　FAX 27-2415〕

一人ひとりを大切に！103名103通りの特別扱い
施設見学会＆入園説明会　7/2（水）両日とも 7/5（土）10時～
電話でご予約を！ 1日15組マデ　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 1名、1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～
マリアこども園　施設見学実施
2026年度入園に向けて、個別説明会も実施します。
＊2025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

INFORMATION

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　お知らせ　講座

募集

障がい者サポート企業・団体を募集

高齢・障がい福祉課（TEL21-5558 FAX20-8555）

障がい者サポーター制度の普及などへ積極的に協力していただける企業や団体を随時募集しています。

対象　市内所在の企業・団体

※募集要件があります。詳しくは、左の二次元コードを確認してください。

活動内容　企業や団体の知識や技術を生かして、障がいのある人への支援につながる取り組みをより一層進めていきます。認定された企業・団体には、市から認定証を交付し、市のホームページで認定企業・団体として紹介します。

申し込み　直接または電話・ファクスで同課へ

資源拠点ステーション屋内の広告掲載事業者を募集

ごみ減量課（TEL37-1443 FAX37-0189）

市内の資源拠点ステーションの資源庫などの屋内に設置している広告板に有料で広告掲載しませんか。

広告の規格・掲載料金　左表のとおり

〈広告の規格など〉

掲載できる資源拠点ステーション	広告の規格	掲載料金
伊勢中央、二見、御薗	A0サイズ（縦841mm×横1189mm以内）	年額16,800円 月額1,400円
宇治、明倫、船江、早修、中島、神社、いせトピア、佐八、城田、明野、小俣	A2サイズ（縦420mm×横594mm以内）	年額4,200円 月額350円
大湊、宮本		年額8,400円 月額700円

申し込み　申込用紙を直接または郵送で同課（〒515-0505西豊浜町654）へ

※詳しくは市のホームページをご覧ください。

ごみカレンダー広告掲載事業者を募集

ごみ減量課（TEL37-1443 FAX37-0189）

令和8年度版ごみカレンダーに広告掲載しませんか。

カレンダーの規格　B3判・フルカラー両面印刷（片面に6カ月分のカレンダーを掲載）

発行部数　6万5000部

広告の大きさ　縦55㎜×横80㎜

広告掲載位置　カレンダー紙面の両端

募集枠数　16枠（片面8枠）

※掲載位置は、抽選で決定します。

広告料　1枠につき3万円

申し込み　7月1日㈫～8月1日㈮に、左の二次元コードから市のホームページよりオンライン申請、または申込書を直接もしくは郵送で同課（〒515-0505西豊浜町654）へ

※募集枠数を超える申し込みがあった場合は、抽選で決定します。

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

伊勢総合病院職員を募集

伊勢総合病院 経営企画課（TEL63-9053 FAX27-2315）

理学療法士、臨床工学技士を募集します。

採用予定人数　理学療法士…3人程度、臨床工学技士…1人程度

採用予定日　令和8年4月

試験日　8月20日㈬

受験資格　募集要項の条件を満たす地方公務員法の欠格条項に該当せず、各職種の免許を有する、または令和8年3月に免許を取得見込みである人

申し込み　7月31日㈭（必着）までに、受験者本人が申込書・必要書類を直接または郵送で同課（〒516-0014楠部町3038）へ

※詳しくは募集要項をご覧ください。募集要項・受験申込書は同課にあります。また、同病院のホームページに掲載しています。

有料広告

☆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

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/

誰もが働きやすい職場づくりに取り組む事業者募集

市民交流課（TEL21-5513 FAX21-5522）

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・団体を次のとおり募集し、表彰します。

対象　市内を活動拠点とする事業者・団体

※地方公共団体・公的機関を除く

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

取り組み例　性別に関係なく能力を発揮できる職場づくり、仕事と子育ての両立支援、ワーク・ライフ・バランスの実践　など

※受賞後に、表彰式を行います。

※受賞企業であることが求人情報に掲載されます。

自衛官を募集

自衛隊三重地方協力本部伊勢地域事務所（TEL23-3880）

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

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

講座

職業訓練ガイダンス

ポリテクセンター伊勢（TEL37-3121 FAX37-4914）

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

訓練科・訓練期間・定員など　下表のとおり

訓練場所　ポリテクセンター伊勢（小俣町明野685）

対象　再就職を希望し、公共職業安定所に求職申し込みをしている人

※受講料は無料ですが、別途テキスト代・作業服代が必要です。

※詳しくは、同センターへ問い合わせてください。

職業訓練ガイダンス

入所月	訓練科名	定員	訓練期間	説明会日程	入所選考日
8月	電気設備技術科	15人	8月22日(金)～令和8年2月17日(火)	7月7日(月)・22日(火)いずれかの日に参加してください。	7月25日(金)
	住宅リフォーム技術科	15人			
9月	機械・CAD科	15人	9月12日(金)～令和8年3月11日(水)	7月7日(月)・22日(火)・28日(月)、8月4日(月)いずれかの日に参加してください。	8月8日(金)
10月	ものづくり溶接科	12人	10月3日(金)～令和8年3月25日(水)	7月28日(月)、8月4日(月)・18日(月)・25日(月)、9月1日(月)いずれかの日に参加してください。	9月5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、同センターまで問い合わせてください。

催し物

高校生によるシニアのためのスマホ教室2025

社会教育課（TEL22-7886 FAX23-8641）

スマートフォンの操作がよく分からない・誰に聞いたら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で教えます。

とき　8月6日(水)、①10時～11時30分②13時～14時30分

ところ　いせトピア・3階研修室1・2

対象　市内在住の昭和32年以前生まれの人で、スマホを持っている人

定員　各15人（先着順）

申し込み　7月1日(火)から、電話で同課へ

※申し込みの際に、スマホの機種（Android（アンドロイド）またはiPhone（アイフォン））と操作で教えて欲しい事を伝えてください。

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

小さなものからまるごと1軒まで

0120 Free Dial 0120-28-3001

つた運輸

http://www.tsutaunyu.jp/

有料広告

小俣に田んぼアートが出現!?

農林水産課（TEL 21-5648 FAX 21-5651）

明野小学校と明野高校の生徒が、一生懸命田植えを行い、制作した田んぼアートが完成しました。目の前に広がる、ワン(犬)ダフルですてきな犬の田んぼアートを高見やぐらからぜひ鑑賞してください。

とき 6月28日(土)～7月31日(木)まで

ところ 三重電子スマイルアリーナ小俣(小俣総合体育館)南側

※夜間・雨天は、やぐらに登らないでください。

この田んぼアートは、多面的機能支払交付金活動組織「水土里(みどり)プロジェクトおばた」が明野小学校・明野高校と共同で企画し、今回が第11回目です。

勢田川を天の川に 第30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確認してください。

一般参加会場

県伊勢庁舎(勢田町628-2)付近で7月6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。

※掃除に必要な道具・用具(軍手、ごみはさみなど)は各自で持参してください。

※中止・延期に関する案内は、自治会回覧板・市のホームページなどで行います。

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 7月26日(土)、10時～11時30分

ところ 福祉センター・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

定員 15人(先着順)

申し込み 7月18日(金)までに同センターへ

御薗こども広場 児童館食堂

～児童館でカレーを食べよう～

ハートプラザみその こども広場（TEL・FAX 22-7355）

とき 7月12日(土)、11時30分～

ところ ハートプラザみその・2階 教養娯楽室

定員 50人程度(先着順)

対象 市内在住の人

持ち物 深皿・スプーン・水筒・ビニール袋

※テイクアウトもできます。こぼれない蓋つき容器を持参してください。

申し込み 7月1日(火)・9時～11日(金)・17時に、電話または直接同広場へ

metsサンアリーナGYM体験会 ～Part 1～

県営サンアリーナ（TEL 22-7700 FAX 22-7710）

この春リニューアルしたトレーニング室を体験してみませんか。少人数制でインストラクターが丁寧にレクチャーするので、これから運動を始めたい人も気軽にお越しください。

とき 7月4日(金)、10時30分～11時20分・11時30分～12時20分(2部入替制)

※受け付けは各回10分前からです。

ところ 県営サンアリーナ・1階 トレーニング室(metsサンアリーナGYM)

対象 18歳以上(高校生を除く)の人

講師 metsGYMインストラクター

定員 各部6人(先着順)

料金 300円

持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物

申し込み 電話で県営サンアリーナへ

有料広告

その 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

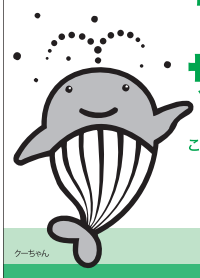
携帯からは 090-4086-9776

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



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11日(金) 2種類同時発売!

発売期間 7/11(金)～8/11(月)

公益財団法人三重県市町村振興協会

2025 ISE COLLECTION（いせこれくしょん）
伊勢市芸術祭 カルチャーフェスティバル ー無料体験講座ー

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(火)、8時30分から各講座の一週間前（楽しくみんなでお菓子をつくろう！は7月3日(木)）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。

無料体験講座

とき	講座名	ところ	定員（先着順）
7月5日(土) 13:00～15:30	楽しくみんなでお菓子をつくろう！ ※小中学生対象	いせトピア（調理室）	15人
7月10日(木) 13:30～14:30	ベリーダンスを踊ってみよう！	いせトピア（リハーサル室）	10人
7月10日(木) 13:30～15:30	染色された布で爽やかなカラーの花を作りませんか ※小学5年生以上	尾崎咢堂記念館（会議室）	10人
7月10日(木) 19:00～20:00	ENJOY（エンジョイ） HULA（フラ） ハワイアンで美しい体作り！（フラダンス）	いせトピア（リハーサル室）	20人
7月23日(水) 14:00～15:00	子どもからシニアまで Let's（レッツ）フラダンス!!	いせトピア（リハーサル室）	10人
7月24日(木) 10:30～11:30	楽しく歌いましょう！「ゴンドラの唄」「花のまわりで」	いせトピア（文化交流室）	20人
7月26日(土) 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27日(日) 14:00～15:00	やさしいいけばな ※就学前の子どもは保護者同伴	いせトピア（絵画室）	10人
8月1日(金) 10:00～11:00	楽しくバレエレッスン 正しいバレエを楽しもう	いせトピア（リハーサル室）	20人
8月12日(火) 14:00～16:00	音は本物？ 塩ビ尺八を作ろう！ ～塩ビ管を使って尺八を作ります～ ※小学4年生以上 ※切ったり、力の必要な作業があるため中学生以下は保護者同伴	いせトピア（工芸室）	10人
8月24日(日) 10:30～12:00	初めてのお箏 ※小中学生対象	賓日館（大広間）	15人
8月24日(日) 13:30～15:00	初めてのお箏 ※高校生以上対象	賓日館（大広間）	15人
8月28日(木) 10:30～11:30	リトミック ～音楽で身体を動かそう ※3歳から小学3年生まで	いせトピア（リハーサル室）	親子10組

出前講座募集！ 障がい者サポーター養成研修

高齢・障がい福祉課
（TEL 21-5558 FAX 20-8555）

共生社会の実現に向け、さまざまな障がいの特性や必要な配慮を理解する障がい者サポーターの養成研修を実施する団体や企業を募集しています。

講師（市職員）が、依頼された団体や企業に出向き、障がいの内容や特性、障がいのある人が困っていること、障がいのある人への必要な配慮やちょっとした手助けの方法などを説明します。

対象 企業、団体、民生委員・児童委員、自治会・まちづくり協議会などの研修、市民の勉強会 など

内容 障がいについての講話・あいさつなど簡単な手話

※受講した人には、サポーターを証明するピンバッジをお渡しします。

研修時間 90分が基本

研修定員 10～30人程度

申し込み 依頼書を直接またはファクス・郵送（〒516-8601岩渕1丁目7-29）で同課へ

※依頼書は市のホームページに掲載しています。

伊勢古市参宮街道資料館 第27回特別企画展 絵葉書によって振りかえる「いにしえの伊勢」～古市かいわい～

伊勢古市参宮街道資料館
（TEL・FAX 22-8410）

明治から戦前にかけて、日本各地で絵葉書ブームが起こりました。伊勢でも神宮を中心とした絵葉書が発行され、参宮客はお土産として持ち帰りました。絵葉書は、当時の風景を知る貴重な資料です。

とき 7月8日(火)～8月3日(日)（月曜日は休館（祝日の場合は翌日））、9時～16時30分

※最終日は14時まで。

ところ 伊勢古市参宮街道資料館（中之町69）

内容 資料館のある古市周辺をはじめ、山田駅や神都線など、かつての伊勢の姿を絵葉書で振り返ります。

展示品の一例（本町旅館街）

園児募集 神宮幼稚園 入園説明会

くわしくはQRコードからホームページをご覧ください。ご参加お待ちしております！

内宮さんの 神宮五十鈴川幼稚園
7月9日(水) 9:30～受付
TEL 0596-22-4550

外宮さんの 神宮高倉山幼稚園
7月10日(木) 9:30～受付
TEL 0596-28-4248

参加ご希望の方は各幼稚園の連絡先よりご予約ください。 当日ご都合の悪い方はお気軽にお問い合わせください。

有料広告

伊勢の星空を楽しみませんか？

夏企画！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）

月と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、見方などを説明します。

とき 8月2日㈯、19時30分～21時ごろ
※天候により中止になる場合があります。
ところ 県営大仏山公園・芝生広場
内容 七夕の星座や天の川を中心に、月を望遠鏡で観察します。
定員 50人（先着順）
申し込み 7月19日㈯から、直接同事務所へ
※小学生以下は保護者が同伴してください。

法テラス三重 民事法律扶助相談会

法テラス三重
（TEL 0570-078344）

法テラス三重（日本司法支援センター三重地方事務所）では、収入および預貯金額が一定以下の人を対象に、弁護士による法律相談を行います。

とき 7月11日㈮、13時～16時
ところ 市役所本館・2階広報広聴課相談室
定員 6人（先着順）
申し込み 法テラス三重のホームページから、または電話で法テラス三重へ
※収入および預貯金額の要件は家族数などで異なります。
※IP電話の場合は、（TEL 050-3383-5470）の番号も利用できます。

子ども理解教育講演会

教育研究所
（TEL 22-7900 FAX 22-7898）

支援が必要な子どもや不登校の子どもの具体的な姿から、子どもの理解と支援について、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31日㈭、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
演題 「子どものこころの理解と支援」
講師 渡邉 賢二さん（皇學館大学 教育学部 教授）

渡邉 賢二さん

手話通訳あり

定員 350人
申し込み 7月14日㈪までに、左の二次元コードからオンライン申請

認知症にやさしいまちづくり

オレンジカフェよりそい

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

認知症の人や家族同士が交流し、ゆったりとすごす場です。

とき 7月25日㈮・8月22日㈮・9月26日㈮、10時～11時30分（毎月第4金曜日）
ところ 福祉総合支援センターよりそい・交流スペース（健康福祉ステーション・7階）
対象 認知症の人やその家族
内容 保健師や認知症地域支援推進員と一緒に交流・認知症の相談

※車でお越しの場合は2・3階の駐車場を利用してください。無料処理を行います。
※必要な人は飲み物などを持参してください。

第1回 人権セミナー

人権政策課内・伊勢市人権施策推進協議会
（TEL 21-5545 FAX 21-5555）

人権が尊重される社会をみんなで実現するため、より豊かな人権意識を習得することを目指して開催します。

とき 7月15日㈫、13時30分～15時
ところ 市役所東館・5階 5-3会議室
対象 市内在住の人
内容 あの日を語り継ぐ～戦後80年 世界平和への祈り～
講師 山口詔利（のりとし）さん（三重県原爆被災者の会 会長）
定員 10人程度（先着順）
申し込み 7月8日㈫までに、左の二次元コードからオンライン申請、または電話・ファクスで人権政策課へ

有料広告

伊勢・船江温泉
みたすの湯
宴会
ひょうたん亭
宴会コース
（入浴・レンタルタオル付き）
4,200円～
アルコール
飲み放題90分
プラス 1,500円
☆ご予約または詳細は
みたすの湯へ
お問い合わせください
☆宴会コース、バス送迎のご予約は3日前までにお願いいたします
電話番号
0596-29-4126
バス送迎承ります
要予約
4～12名様まで
伊勢・船江温泉園
みたすの湯
〒516-0008
伊勢市船江1丁目471-3
詳しくはこちら

いせ人権映画祭 歴代モスト・インプレッシブ・ムービー賞 上映会

人権政策課（TEL21-5545 FAX21-5555）

とき 7月12日(土)、13時～

ところ ハートプラザみその・多目的ホール

内容 昨年、記念すべき第10回を迎えたいせ人権映画祭では、市制施行20周年を記念して、これまで来場者の投票により選ばれたモスト・インプレッシブ・ムービー賞を受賞した9作品を一挙に上映します。また、上映後には、第1回から映画祭に携わっていただいている瀬木直貴監督による講演も開催します。映像作品を楽しみながら、人権をより身近に感じていただけるイベントです。

定員 260人（当日先着順）

〈上映作品〉

	作品名	制作者名
第1回	ALWAYS（オールウェイズ）伊勢うどん	志摩ムービークルーズ
第2回	凛と響く音は勇気の一歩	松阪高等学校放送部
第3回	みんなの掲示板	松阪高等学校放送部
第4回	ミナトノオト	伊勢高等学校放送部
第5回	さすがわが息子	映像CUBE
第6回	いっしょにやろうよ	長尾　正男
第8回	ハイヒール	シネマウント・フィルム・パーティー
第9回	青い夏	シネマウント・フィルム・パーティー
第10回	アの国の友だち	小野　光洋

※第7回は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止

お知らせ

旧サンライフ伊勢 トレーニング機器を売却

商工労政課（TEL21-5568 FAX21-5651）

一般競争入札で旧サンライフ伊勢のトレーニング機器を売却します。

入札条件 一定の資格を満たす個人・法人

申し込み 7月1日(火)～18日(金)に、申込書と必要書類を直接同課へ

入札期限 7月25日(金)、9時30分

※入札案内は同課・市のホームページに掲載しています。

※現状のまま、現地での引き渡しとなりますので、搬出運搬などは落札者自身で行っていただきます。また、それに係る一切の費用などは落札者の負担です。

障がい児機能訓練通所交通費を助成

高齢・障がい福祉課（TEL21-5558 FAX20-8555）

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
- 済生会明和病院なでしこ（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(木)までに、令和7年1月～6月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。

電話お願い手帳を配布

高齢・障がい福祉課（TEL21-5558 FAX20-8555）

聴覚や言語に障がいのある人が、外出先で電話連絡をしたい時に、用件や連絡先などを書いて近くの人に協力をお願いするための「電話お願い手帳」を、NTT西日本三重支店から寄贈していただきました。

同課で配布していますので、ぜひ利用してください。

社会を明るくする運動 強調月間

福祉総務課（TEL21-5557 FAX21-5555）

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・ご協力をお願いします。

有料広告

畳・ふすま・障子・クロス・カーテン・内装のことなら藤原屋へ！

お宅の畳は傷んでいませんか？

藤原屋は生産地(熊本県)に出向き「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> 伊勢市村松1379-59 TEL(0596)38-1173 FAX(0596)38-1170 <創業地> 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

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、その金額に応じて、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。

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26日(土)～8月17日(日)、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います。ぜひ、家族・友人とお越しください。

※8月9日(土)開催の、二見サマーフェスティバルについては、「広報いせ」7月15日号に掲載します。

注意してください！ 鳥獣被害対策用の電気柵

農林水産課
（TEL 21-5645 FAX 21-5651）

農作物を鳥獣被害から守る方法として、電気柵による防除があります。市内でも、電気柵を設置している箇所が多くありますが、設置には安全確保が極めて重要です。

電気柵は感電または火災のおそれのないよう適切な措置を講じることと規定されています。電気柵を設置する場合は、関連法令を遵守し、十分な安全対策を行ってください。また、電気柵を見かけたら近づかないようにしましょう。

人間ドックなどの受診結果を提出した人に 助成金を交付

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に加入している人で特定健診未受診の人について、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25年9月1日～昭和61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。

※申請方法など、詳しくは同係へ問い合わせてください。

「伊勢市ホームページ」・「広報いせ」に
広告を掲載しませんか？
自治体広報ならではのメリット
地域密着型の情報発信
地域での知名度向上
自治体発信の高い信頼度
興味のある方はお気軽に
伊勢市役所広報広聴課（☎0596-21-5515）
までご相談ください！
※政治活動または宗教活動に係るものと認められるもの、公序良俗に反するものなど、掲載をお断りする内容のものもございます。
詳しくは右の二次元コードから広告募集要項をご確認ください。
広告事業 伊勢市 検索

有料広告

弁護士法人心
電話・TV電話相談対応
相談料0円（相続・遺言・交通事故被害・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・過払金・借金
在留資格・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。※本広告は令和7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>
他の事務所 松坂屋名古屋店前・近鉄四日市駅・名古屋駅・岐阜駅他
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

暁の星こども園
22—0689
入園説明会 7月26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

シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢からのお知らせ

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

伊勢の第九 −神々も歓喜する−　合唱団員募集！

伊勢で８年ぶりに第九のコンサートを開催。大阪交響楽団の演奏に合わせて一緒に歌いませんか。

練習日　①９月23日㈷・②10月４日㈯・③10月18日㈯・④11月１日㈯・⑤11月21日㈮・⑥12月６日㈯・⑦12月21日㈰・⑧令和８年１月４日㈰・⑨１月17日㈯・⑩１月23日㈮
時　間　14:00〜17:00（⑤⑩は18:00〜21:00）
リハーサル　令和８年１月24日㈯
本　　番　**令和８年１月25日㈰**

第九を歌うのは初めての人へ入門講座を開催します（８月23日㈯・９月６日㈯、14:00〜17:00）

練習場所　シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢

対　　象　中学生以上で、練習に少なくとも８回参加できる人（12月21日・令和８年１月23日・24日は必須です）
定　　員　ソプラノ30人、アルト30人、テノール15人、バス15人（申し込み多数の場合は抽選）
参 加 費　一般8,000円、中学生・高校生・大学生・大学院生4,000円
※楽譜は各自で購入・用意をお願いします。
申し込み　７月８日㈫・10:00〜８月11日㈷・17:00に、同館のホームページからオンライン申し込み、または直接もしくは電話で同館へ
※詳しくは同館のホームページをご覧ください。

ワンコイン響ライブVol.26「平井英治尊（えじそん）Ⅳ（カルテット）」

ジャズプレイヤーとして活動中の４人が伊勢に集結!!本格ジャズバンドによる心地よいスウィングとハーモニーをお楽しみください！

と　き　**８月24日㈰、13:30〜（開場は13:00）**
ところ　シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢・大ホール
出　演　平井英治尊（テナーサックス）、森田純代（ピアノ）、西村ヒロ（ベース）、平井ひろ子（ドラム）

料　　金　500円（全席自由）
申し込み　７月10日㈭・10:00から、直接または電話で同館もしくは、村井楽器㈱ 伊勢店（TEL 22−1238）へ
※詳しくは同館のホームページをご覧ください。

ワクワク！ 響ホール探検ツアー

ふだん見ることの出来ない、かんぶんの大ホールの裏側を探検しよう！

と　き　**８月24日㈰、15:00〜（開場は14:30）**
対　象　小学生以上
内　容　普段見る機会のない舞台裏の探検ツアーを技術スタッフのナビゲートのもと実施。音響や照明の基本的な解説を聞きつつ実際に操作を体験するなど。その他、舞台装置や楽屋口も見学します。
夏休みの自由研究にもぴったりなツアーです。
定　員　20人
申し込み　７月20日㈰・10:00から、直接または電話で同館へ

ステージ開放!! 私もアーティスト

大ホールの舞台を独り占め！会館のスタインウェイピアノが演奏できます。バイオリンなど、自身でアコースティック楽器を持ち込んでの演奏もOK！

と　き　**８月22日㈮・23日㈯、10:00〜19:00**
定　員　１枠あたり演奏者３人まで
料　金　１枠（25分）につき 1,000円
申し込み　７月22日㈫・10:00から、直接または電話で同館へ
※１人４枠まで申し込めます。
※小学生以下は保護者同伴です。
※発表会などの公開目的、営利目的としての利用はできません。

ケーブルテレビ番組案内

伊勢市行政チャンネル（123ch）

広報広聴課（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７年度の主な事業紹介（令和７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）

生中継　伊勢神宮奉納全国花火大会（2時間15分番組）
放送日時　７月19日㈯、19時15分〜21時30分
再放送：７月26日㈯、21時15分〜23時15分・27日㈰、21時〜23時（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25日㈮、19時55分〜21時
再放送：８月２日㈯・３日㈰、21時〜22時（予定）
特別番組　めざせ!!甲子園2025（30分番組）
県大会を控え厳しい練習に励む、伊勢・鳥羽・南伊勢・志摩地区の硬式野球部を取材し、選手たちの素顔や試合に臨む意気込み、チームの雰囲気を紹介します。
6/28〜7/4　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〜
特別番組　第31回みえ県民文化祭 総合フェスティバル（2時間番組）
放送日時　７月12日㈯、10時〜12時・13日㈰、22時〜24時
いせトピ（15分番組）（月・水・金曜日の18時に更新）
地域の祭りや出来事、さまざまなイベント情報を放送します。
放送時間　6時・7時・8時・10時・11時・12時・13時・16時・18時・19時・20時・22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〜　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。

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
〔21日は祝日のため、22日㈫に行います〕
所 広報広聴課(TEL21-5515)
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
※28日実施分の申し込みは、22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〕(TEL21-5717)

【認定司法書士による多重債務相談】
時 7月17日㈭、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㈫の9：00以降、伊勢市消費生活センター(TEL21-5717)へ電話

交通事故

時 7月16日㈬、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
定 4人(先着順)
申 7月10日㈭・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〕(TEL059-224-2201)

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(TEL21-5597)

登　記

時 7月8日㈫、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
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〔岩渕2丁目5-1　伊勢駅前三交ビル・5階〕(TEL28-6506)
※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8日㈫、13:00～
所 二見総合支所生活福祉課(TEL42-1111)
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15日㈫、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
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10日㈭、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
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(TEL28-6158)

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〕(TEL22-7867)

【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（キャリアカウンセリング）
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、10:00～16:00
所 浦田ビル・2階(本町5-3)
※いせ市民活動センター改修工事期間中の移転となります。
対 一定期間無業である15～49歳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(TEL63-6603)

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〕(TEL22-7894)

生活に困っている人
生活困窮(こんきゅう)・就労についての相談支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市生活サポートセンターあゆみ〔福祉センター・2階〕(TEL63-5224)

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〕(TEL21-5583)

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(TEL44-1165)
五十鈴地域包括支援センター(TEL20-5500)
北地域包括支援センター(TEL65-5070)
中部地域包括支援センター(TEL27-2424)
南地域包括支援センター(TEL21-0080)
西地域包括支援センター(TEL20-5055)

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〕(TEL21-1130、FAX27-2412)

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〕(TEL21-5709)

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〕(TEL21-1122、FAX27-2412)

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〕(TEL63-5670)

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17日㈭、13:30～15:30
所 宮本コミュニティセンター(宮本支所内)
問 社会福祉協議会地域福祉課(TEL63-5334)

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〕(FAX22-9699　✉ise-koho@city.ise.mie.jp)へ問い合わせてください。

広報いせ 第393号
発行日／令和7年7月1日
発行／伊勢市　印刷／千巻印刷産業株式会社
編集／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
URL https://www.city.ise.mie.jp

視覚障がいのある人で、「声の広報いせ」「点字広報いせ」を希望する人は、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。

野口みずき杯 2025 中日三重

お伊勢さんマラソン

12.6 土
ウォーク　バリアフリーラン

12.7 日
ハーフマラソン　5キロ

ランナー募集

伊勢市民先行	7.2 水 12:00 →	7.7 月 17:00
一般	7.9 水 12:00 →	9.8 月 17:00

ウォーク：2,000円 / バリアフリーラン：2,500円
※伴走者：1,000円
ハーフマラソン：6,000円　／　5キロ：4,500円

定員・参加対象など、
詳しくはホームページへ

申込方法

- インターネット（ランネット・スポーツエントリー）
- 専用電話（TEL 0570-039-846　スポーツエントリー電話申込窓口）
- 郵便振替（ウォークのみ）

問い合わせ

お伊勢さんマラソン エントリーセンター　TEL 048-778-5880

バリアフリーランに関する問い合わせ
NPO法人 伊勢志摩バリアフリーツアーセンター
TEL 0599－21－0550

ゲストランナー

伊勢市出身・元オリンピック選手
尾西美咲さん

ゲストランナー

ゲストランナー10回目
西谷綾子さん

ハーフマラソンコースリニューアル

三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場のトラックを実際に走れます！そして、大型スクリーンにあなたの走る姿が映る！

伊勢市健康医療ダイヤル24

フリーダイヤル 0120-220-417　通話料無料

心や体の健康などについて、医師・看護師・保健師などが年中無休・24時間体制で電話相談に応じています。
Webでも相談できます。詳しくは、市のホームページを確認してください。

問い合わせ先
健康課　TEL 27-2435
※本サービスは、民間業者に委託をして運営しています。

市の情報を配信中！　登録はこちらから！

Facebook　X(旧Twitter)　Instagram　LINE　YouTube

人の動き（5月末）				
総人口	117,920人	（-162人）	男性 55,807人	（-96人）
世帯数	56,420世帯	（-24世帯）	女性 62,113人	（-66人）

「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。

UD FONT by MORISAWA　VEGETABLE OIL INK
この広報紙は、再生紙を使用し、植物油インキで印刷しています。また見やすいデザインの文字を使用しています。
※廃棄する際は、雑誌・雑紙類として分別してください。