



広報

いせ

伊勢市とみんなを
つなげる情報紙

令和8年

4月1日号

No.410

伊勢市 / Ise City



特集 | まちづくり協議会

自分たちのまちは、
自分たちでつくる。

明倫地区まちづくり協議会「明倫まちフェス」in 明倫小学校体育館
各町奉曳団の木遣り唄披露や出展ブースで盛り上がる会場

※伊勢市の市外局番は「0596」です。

自分たちのまちは、自分たちでつくる。

市民交流課 (TEL) 21-5563



東大淀地区まちづくり協議会「e-oizu放課後クラブ 寺子屋塾」

生活のスタイル・価値観の多様化や、都市圏への人口流出・人口減少・少子高齢化といった社会構造の変化など、さまざまな要因が複雑に絡み合い、以前と比べ、地域のつながりが希薄化してきています。

地域のつながりが薄くなってしまいうと、日常生活や災害などの非常時にさまざまな影響を及ぼす恐れがあります。

つながりの希薄化が招く影響

具体的な影響の一部として、次のようなことが挙げられます。

① 共助意識の低下

共助とは、日常生活や災害時などにおいて、地域で支え合う・助け合うことを指します。つながりが希薄化することで、住民同士で助け合おうという意識が低下すると考えられます。

② 伝統や誇りの喪失

担い手不足や特定の人への負担が集中するという状況から、その地域の伝統を受け継ぐことが難しくなるかもしれません。また、そういった伝統がなくなっていくことで、地域愛や誇りも薄れていく可能性があります。

自分たちのまちは自分たちでつくる

こうした課題を解決するため、市では、「自分たちのまちは自分たちでつくる」という考えのもと、住民の皆さんが主役となり、主体的に取り組む「まちづくり」を推進しています。

ここでいう「まちづくり」とは、身近な課題を住民の皆さんが考え、自ら解決するため、地域の特性を生かした活動を行うことです。地域の皆さんで「まちづくり」を行うことで、将来にわたって豊かで住み良いまちの実現を目指しています。そして、これらの実現に向けて取り組むのが、「まちづくり協議会」です。



御園まちづくり協議会「みそのふれあい祭り」
御園音頭総踊りの様子

「まちづくり協議会」とは

まちづくり協議会・通称「まち協」は、小学校区を基本単位とした、地域の課題を解決するための地域自治組織です。市内全ての小学校区に、合わせて23のまちづくり協議会が設立されています。

その地域のさまざまな団体が集まって構成され、地域住民の皆さん一人一人もその構成員を担っています。

まちづくり協議会では、幅広い世代や団体がアイデアを出し合ったり、地域の未来について話し合ったりすることができ、例えば、こんな「まち」を目指せるかもしれません。

小学校区

- 事業所
- 民生委員
- 自治会
- スポーツ団体
- 老人会
- 女性団体
- こども会
- PTA
- NPO

地域住民など
みんなが
構成員です!

行政

まちづくり協議会

協働



子どもの頃から
地域の伝統や魅力に
触れられる「まち」



空き家を利用したカフェを
開いて、人が集まって
つながれる「まち」



移動手段や庭仕事のお手伝いなど、みんなで
助け合う「まち」

地域の声から生まれた取り組み



ちょっとした
困りごとを
手伝って
ほしい。



沼木まちづくり協議会

沼木お助け隊

主に高齢者を対象に、庭の草引きや家事の手伝いなど、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いしています。



自分たちも
まちづくりを
してみたい。



北浜まちづくり会議

子ども委員会

北浜小学校の児童たちが、地域のことを学びながら、自分たち自身で考えたまちづくりに取り組んでいます。



これからも
長く続いて
いって
ほしいね。



厚生地区まちづくりの会

厚生ふれあいまつり

地域の子ども、大人、お年寄りの皆さんが心ふれあう場として、毎年開催し、地域のつながりづくりに取り組んでいます。

若手が楽しく活動できる体制をつくる。



タウン プロジェクト 委員会 委員長
夢 town project 委員会 委員長
雲井 慎也さん

子どもたちに楽しい思い出を作ってもらいたい。

私が委員長をしている夢 town project 委員会では、子どもたちをメインターゲットに、おばた町民体育祭やおばたまつり、年越しイベントやSDGs紙芝居などといった事業の企画・運営などを行っています。

小侯町は、伝統的な行事やイベントが多くなく、子どもの頃に参加したもので、大人になっても思い出に残っている行事などが少ないように感じていました。そこで、さまざまなイベントを開催することで、子どもたちにとって小侯町での楽しい思い出となり、郷土愛につながっていくと信じて取り組んでいます。

若い世代の思いをサポートしていくことが自分の役目。

「まちのために、思い切ってやってみたい」ことがあれば、どんどんチャレンジさせてあげたいです。失敗や課題も出てきますが、その時に調整をしてまとめることや、若い世代のフォローをすることが私たちの世代の役目だと考えています。思いを後押しし、活動をサポートする体制があれば、若手も積極的に参加しやすくなり、活動の活性化につながると思います。

課題は、20代・30代の参画。

運営側で活動できる人材を集めることが課題であり、特に、20・30代の若い世代の参画が重要です。こういった活動は、楽しむことが大切です。今いるメンバーも目いっぱい楽しんで取り

組み、その姿を見せること、そして、地域の子どもたちを巻き込み、参加しやすい環境をつくることで、5〜10年先に向けて種をまいているところです。

地域間の連携にも取り組みたい。

夢 town Project では、子どもたちへの取り組みを継続していく一方、全体としては、高齢者への取り組みや防災にも力を入れています。またこの先、地域によっては人材確保ができず、まちづくりが難しくなる時が来ると思います。その時に小侯町だけでなく、周りの地域と連携ができるように広い視野を持って取り組みることが大切だと思います。

時代の流れに合わせて、形を変えながらも、しっかりとまちの意見を聞き、課題に取り組んでいきたいです。



① おばた町民体育祭
② SDGs紙芝居
③ 夢town projectメンバー



コラム | 大学生のまちづくり体験記 「きっかけ」をつくることが大事

今回、体験したまちづくり協議会では、気軽に防災に触れてもらうために、遊びや体験、ふるまいなど、楽しんで参加できるイベントを企画・運営されていました。イベントをきっかけに、地域の人が集まることで、つながりや絆を深める機会にもなっていると感じました。

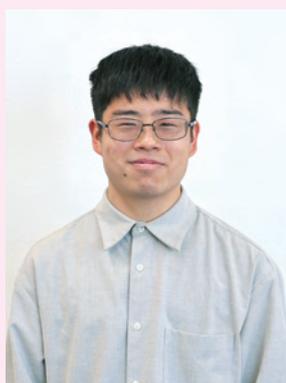
体験を通して、まちづくりに大切なこと

は、きっかけをつくることや住民の声を聴くことだと学ばせていただきました。

今回の経験を生かして、地域の一員として安全安心なまちづくりに関わっていきたいと思います。



ポップコーンふるまいの準備



皇學館大学 新藤さん

これからもこの地域を大切に守っていききたい。



副会長兼防災アドバイザー
森井 喜代治さん

まず自分にできることから。

私は、防災アドバイザーとして防災活動を中心に取り組んでいます。防災に関心を持ったきっかけは約10年前、県内で活発に防災活動をしている地域の話聞いたことです。その取り組みに心を動かされ、自分たちの地域でも何かできるのではないかと感じました。そして、まずは自分にできることからやろうと思い、防災士などの資格を取り、防災活動を始めました。

積み重ねが、成果につながる。

みえの防災大賞を受賞。

活動を続ける中で、より広い範囲での連携が必要だと感じ、令和元年度に防災アシスタントチームのメンバーと

本格的な防災活動をスタートしました。避難所運営マニュアルの作成や実践的な訓練など、一つ一つ積み重ねた結果、豊西まちづくりの会は令和7年度「みえの防災大賞」を頂くことができました。関わってくださった皆さんと歩んできた成果だと思っています。

地域の次世代を担う子どもたちを育てていきたい。

近い将来、大きな地震による被害が心配されています。地域の皆さんに防災を身近に感じてもらい、いざというときに支え合える関係を育んでいくことが大切だと感じています。特に力を入れているのが、10年後には地域の中心となる子どもたちと一緒に防災を考える機会づくりです。地

区内の小中学校で防災授業を始めたところ、子どもたちが興味を持って話を聞いてくれる姿がとても頼もしく、うれしく思います。

皆さんとともに安全安心なまちをつくっていききたい。

「防災」と聞くと難しそうと感じる人もいるかもしれませんが、子どもたちが笑顔で防災活動をする姿を見ると、防災はもつと気軽に楽しいものだと感じています。

災害は防ぐことができません。一緒に災害を知り、自分と家族を守りましょう。皆さんの暮らしを守ることにつながると信じて、これからも一緒に取り組んでいけたらうれしいです。



① 総合避難訓練
② 豊浜西小学校 防災出前授業
③ 防災アシスタントチーム

終わりに

今回紹介したのは、まちづくり協議会の活動の一部です。皆さんが住んでいる地区でも、地域の課題に合わせた取り組みが行われています。

市のホームページでは、各区のまちづくり協議会のサイトやSNSを紹介しているほか、活動の様子が分かる動画も公開しています。ぜひ、ご覧ください。

まち協の紹介動画を作りました！



伊勢市公式
YouTube



伊勢市公式
ホームページ



ごみ分別PRキャラクター
かもしかのごみマスターズ

も っ た い な い MOTTAINAI

～3R+リスペクト～をもう一度!!

ごみ減量課
(TEL 37-1443)
(FAX 37-0189)

ロングライフ紙パック(アルミ付き紙パック)の分別回収の実施

内側にアルミ箔コーティングがされたロングライフ紙パック(アルミ付き紙パック)は、飲料や食品を無菌充填で入れることができ、それにより常温長期保存が可能となることから、お酒や果汁入りジュース、豆乳、保存食品など数多くの飲料や食品に使用されています。

これまでロングライフ紙パックは資源化できない品目として取り扱っていましたが、令和8年度から新たに資源化し、資源拠点ステーション(19箇所)に専用の回収袋を設置して分別回収を実施しますので、ご協力をお願いします。

- 対象物 酒パック、焼酎パック、豆乳パックなどのアルミ付き紙パック
※出す際は、注ぎ口のプラスチック部分を取り切り、パック内を洗って、切り開いて、乾かして出してください。
- 回収場所 市内の各資源拠点ステーション



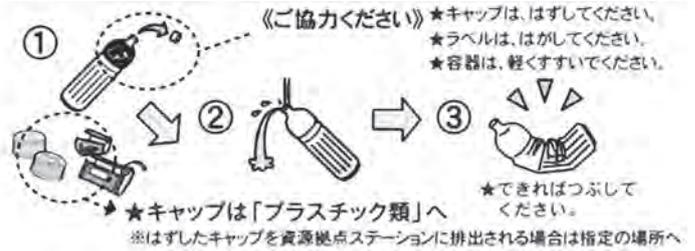
ペットボトルの出し方のお願い

ペットボトルは回収後、再度ペットボトルになるようリサイクルしています。リサイクルの品質向上、効率化のため、ペットボトルを出す際は以下の点について、ご協力をお願いします。

- キャップは、はずす
- 容器は、軽くすすぐ
- ラベルは、はがす
- ペットボトルは、できればつぶす

はずしたキャップやラベルはプラスチック類へ出してください。資源拠点ステーションに排出する場合は、指定の場所へ出してください。

出し方



4月
「再配達削減PR月間」
です!

みんなで減らそう、～再配達～

ゼロカーボンシティいせ
脱炭素社会をめざして

環境課 (TEL 21-5540 FAX 21-5522)

近年、インターネット通販の利用拡大などにより、宅配便の取り扱い個数は増加しています。その一方で、受取人の不在などによる「再配達」が大きな課題となっています。

再配達は、宅配事業者の負担を増やすだけでなく、トラックの走行距離増加によるCO₂排出量の増加にもつながります。環境負荷の低減や持続可能な物流を実現するため、私たち一人一人が再配達削減を意識し、環境にも人にもやさしい行動をしてみませんか。

再配達を減らすためにできること

	受け取り可能な日時を指定する		コンビニや営業所での受け取りを活用する
	宅配ボックスを設置する		送り先となる相手方の都合などを踏まえ配達日時を指定する

確実に受け取れる方法を選ぼう



国土交通省
特設ページ

※伊勢市は、政府が取り組んでいる「再配達削減PR月間」に協力・賛同しています。

御菌こども広場

「伊勢おもちゃ病院」開院!

御菌こども広場 (TEL・FAX 22-7355)



家にある壊れた子どものおもちゃを、ボランティアグループ「伊勢おもちゃ病院」のおもちゃドクターが修理してくれます。壊れたおもちゃを持ってきてください。

- とき 4月25日(土)、10:00~16:00
※毎月第4土曜日に開催予定です。
- ところ ハートプラザみその・2階 保健会議室
- 費用 無料

※部品代が発生した場合は、費用を負担してください。
※高級玩具、ゲーム機、モデルガンなどの危険玩具は除きます。

愛犬に 狂犬病予防注射を



環境課 (TEL 21-5541 FAX 21-5522)

狂犬病予防注射は、法律で4月1日～6月30日の期間に接種することと定められています。動物病院で必ず予防注射を受けさせてください。

市内の動物病院

病院名	所在地	電話番号
タキクラ犬猫病院	宇治浦田3丁目44-5	TEL 24-9595
くまひげ犬猫病院	河崎3丁目8-26	TEL 27-0028
いせしまペットクリニック	一志町2-35	TEL 20-7260
伊勢さずな動物病院	辻久留3丁目15-17	TEL 63-9222
伊勢の杜動物クリニック	黒瀬町641-10	TEL 65-5130
フジサト動物病院	旭町204-3	TEL 20-1555
中村獣医科	村松町4-16	TEL 37-2428
ひかり動物病院	二見町山田原148-2	TEL 43-5550
宮川のほとり動物病院	御菌町長屋2603-1	TEL 72-8770
こんどう動物病院	小俣町宮前724	TEL 22-3929
にしで動物病院	小俣町湯田700-1	TEL 20-5965
メイプル動物病院	御菌町王中島99-5	TEL 31-3011

※どの病院でも接種することができます。
 ※予約が必要な場合があります。また、予防注射に併せて診療など別途費用がかかることがあります。詳しくは各動物病院へ事前に問い合わせてください。
 ※市外の動物病院で予防注射をした場合、動物病院で発行される注射済証明書と同課へ持参し、注射済票の交付(手数料350円)を受けてください。

愛犬のくらしが変わったら…

飼い犬が死亡した場合や、住所・所有者の変更があった場合は、必ず同課へ届け出てください。犬の死亡届と登録事項の変更届は、オンライン申請が可能です(どちらも2・3分で手続きができます)。市のホームページまたは下の二次元コードから申請してください。



死亡届



登録事項の変更届

有料
広
告

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



0120-28-3001

つた運輸



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

自転車の交通違反に 交通反則通告制度(青切符)が導入されます

交通政策課(TEL)21-5508 (FAX)050-1704-1924)

伊勢警察署(TEL)・(FAX)20-0110)



市ホームページ

4月1日から、道路交通法の一部を改正する法律が施行され、自転車などの軽車両の交通違反に対して「交通反則通告制度(青切符)」が導入されます。

「青切符」とは、一定の道路交通法違反(比較的軽微なもの)をした運転者に対して、警察官から渡される交通反則告知書のことです。青い紙であることから、「青切符」と呼ばれています。

対象者は16歳以上の人で、違反行為に対して反則金が定められています。また、反則金を納めなかった場合、刑事処分の対象になることがあります。

「主な反則行為と反則金(一例)」

主な反則行為	反則金の額
携帯電話使用等(保持)	12,000円
遮断踏切立入り	7,000円
信号無視(赤色等)	6,000円
通行区分違反(車道の右側通行など)	6,000円
一時不停止	5,000円
イヤホンの使用	5,000円
傘差し運転	5,000円
無灯火	5,000円
並進走行	3,000円
二人乗り	3,000円



並進



二人乗り



携帯電話の使用等(保持)

自転車も「車両」です。交通ルールを守り、安全運転を心掛けましょう。特に夜間のライト点灯や、ヘルメット着用など、日頃から事故防止を心掛けましょう。



ミーポくん

はしご付 消防自動車を更新!

消防本部総務課(TEL)25-1264 (FAX)29-0134)

消防署に配備しているはしご付消防自動車を更新しました。新しい車両は人命救助に必要な性能が向上し、これまで以上に迅速で安全な救助活動が可能になります。このはしご付消防自動車の更新で、市民の皆さんのさらなる安全安心の確保に努めます。

(購入価格 2億6,346万9,270円(うち防衛省補助金7,516万円))



- より多くの救助や重い機材を乗せることが可能に!
- 最新の自動操作機能や周囲を確認できるモニター、サーモカメラも新搭載!

図書館へ行こう!



図書館ホームページ

時 とき 所 ところ 対 対象
内 内容 定 定員 申 申し込み

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

おはなし会

時 毎週土曜日、14時30分～ 所 1階・おはなしコーナー
内 絵本や紙芝居などの読み聞かせ
1週目 皇學館大学のおにいさん・おねえさんによるおはなし会
2～4週目 読み聞かせボランティアおはなしプーさんによるおはなし会

あかちゃんえほんのじかん

時 4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 4月12日(日)、14時～(開場は13時45分) 所 2階・視聴覚室
内 「きさらぎ駅」(82分)
定 40人(当日先着順)

こどもの読書週間関連行事 ～ぬいぐるみのおとまり会 2026～

お気に入りのぬいぐるみを図書館におとまりさせてみませんか?ぬいぐるみはどうやって過ごすのかな?何かするかな?ことが起こる予感!

時 ①5月3日(祝)、14時～…ぬいぐるみのみ図書館におとまり
②5月5日(祝)、14時～…ぬいぐるみといっしょに思い出作り(工作など)

所 2階・視聴覚室
対 両日参加できる3歳～小学6年生(保護者同伴)
定 10人(先着順)
申 4月11日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ
※ぬいぐるみが決まっている場合は、申し込みの際にお知らせください。



子育て絵本塾 —子どもと楽しむ絵本の時間—

時 5月～令和9年2月の第4火曜日、10時～(全10回)
所 2階・視聴覚室 対 乳幼児とその保護者
内 毎日の子育てに「昔話」や「わらべ歌」「手遊び」を生かしてみませんか?絵本の紹介や読み聞かせ、赤ちゃんの成長に合わせたお話をします
講師 堀川美子さん(紙芝居文化の会運営委員)
定 30組(先着順)
申 4月4日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ
※妊娠中の人は、事前申し込みなしで随時受講できます。

両館共通

4月23日は「子ども読書の日」
4月23日～5月12日は「こどもの読書週間」

小俣図書館



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

おはなし会

時 ①赤ちゃんおはなし会…4月9日(木)、11時～
②たんぽぽおはなし会…4月11日(土)、11時～
③ピッポの会・紙芝居…4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 4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、折り紙で「こいのぼり」を作ります
定 20人程度(当日先着順)

上映会

時 4月18日(土)、15時～ 所 2階・視聴覚室
内 「永遠のニシパ 北海道と名付けた男 松浦武四郎」(88分)
出演:松本潤、深田恭子(ほか ※敬称略)
定 20人程度(当日先着順)

東浦奈良男 写真展

時 4月11日(土)～5月7日(木) ※最終日は15時まで
所 2階・ギャラリー

2026年度こどもの読書週間関連行事 ブックレストラン ～おいしい読書～

時 4月25日(土)～5月10日(日) 所 1階・カウンター
対 小学生以下
内 レストランで出されるコース料理に見立てた本棚から好きな本を借りよう!3冊借りるとガチャができます

みんなで絵本を作ろう!企画 第17弾 『いちごちゃんとベリーくんの びっくり乗り物大図鑑!』発表おはなし会

時 4月25日(土)、14時30分～ 所 2階・会議室
内 今年2月の「みんなで絵本を作ろう!企画」で描いてもらった絵が1冊の絵本になりました。今回は「こんな乗り物があったら…」という夢のような乗り物の大図鑑(絵本)ができあがりました。世界で1冊のオリジナル大図鑑(絵本)を読み聞かせします

2026年度第24回読書ラリー 読書ラリー参加者募集

時 4月23日(木)～令和9年3月31日(水)
内 読んだ本のタイトルと感想などを用紙に書きためて、楽しみながら読書記録をつけていこう。たくさん読んだ人には🎁プレゼントがあります
申 4月23日(木)から、直接同館カウンターへ
※期間中いつからでも始められます。

子育てのひろば



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

ママ安心サポートいせ

マタニティママの教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

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

とき 4月20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(育児用品や授乳のことなど)」、交流会

定員 5人程度(先着順)

申し込み 右の二次元コードからオンライン申請、または電話で健康課へ



子育てママ支援

Let'sバレトンwith赤ちゃん

いせトピア (TEL 21-0900 FAX 21-0909)

赤ちゃんを抱っこしながらバレトン(フィットネス・バレエ・ヨガをつなぎ合わせたエクササイズ)を行います。産後のケア・ボディメイクに最適です。

とき 5月25日(月)、10:30~11:20

ところ いせトピア・1階 リハーサル室

対象 市内在住または通勤・通学している、育児中の母親と1歳前後の赤ちゃん

※妊娠中の人は医師の許可が必要です。

定員 8組(申し込み多数の場合は抽選)

講師 鈴木恵美さん(健康運動指導士)

持ち物 抱っこひも、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物

申し込み 4月15日(水)までに、右の二次元コードからオンライン申請



子どもと一緒に遊ぼう

親子リフレッシュ教室

いせトピア (TEL 21-0900 FAX 21-0909)

いせトピアでは、毎月2回・木曜日に、就学前の子どもと保護者を対象に、親子リフレッシュ教室を開催しています。4~7月の開催予定は次のとおりです。

とき 4月2日・16日、5月7日・21日、6月4日・18日、7月2日・16日、10:30~11:20(開場は10:20) ※11:00以降の入室はできません。

ところ いせトピア・3階 研修室

内容 わらべ歌遊び・歌遊び・体操・いろんな物を作って遊ぼうなど、親子で触れ合って楽しいひとときが過ごせる教室です

持ち物 レジャーシート(親子で座れる小さめのもの)

申し込み 不要

離乳食教室

健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

とき 4月17日(金)、10:30~11:30

ところ 中央保健センター(健康福祉ステーション・5階)

対象 市内在住の乳児(生後4~6カ月)の保護者

内容 離乳食(初期~中期)の話、試食

定員 15人(先着順) **持ち物** 筆記用具

申し込み 4月1日(水)・8:30~16日(水)・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 4月27日(月)、①9:00~10:15 ②10:30~11:45

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 ①②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 5月11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 4月1日(水)、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。

おたふくかぜワクチン 接種費用の助成を行っています

健康課 (TEL) 27-2435 (FAX) 21-0683)

おたふくかぜワクチンの接種

対象 接種日に市内に住所を有する、1歳～就学前の子ども

助成金額 1回当たり2,000円 **助成回数** 2回

実施場所 市内の実施医療機関

申し込み 事前に電話などで実施医療機関へ相談のうえ、申請書(兼予診票)を実施医療機関へ提出

※申請書(兼予診票)は、実施医療機関および健康課にあります。

※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、副反応などを十分理解した上で接種してください。

※接種費用について、医療機関の定める接種費用から助成金を除いた金額は自己負担となります。かかりつけ医と相談し、副反応などを十分理解した上で接種してください。



RSウイルスワクチンの定期接種

健康課 (TEL) 27-2435 (FAX) 21-0683)

とき 4月1日(水)～

ところ 県内の実施医療機関

※県外で接種する場合は、事前に予防接種費用助成の申請が必要です。

対象 妊娠28週0日～36週6日の人

※接種日に市内に住民票を有する人に限ります。

接種費用 無料

持ち物 予診票、母子健康手帳、マイナ保険証・資格確認書のいずれか

※母子健康手帳の提示がない場合は接種できません。

申し込み 事前に電話などで実施医療機関へ(要予約)



発達障害啓発週間 鳥居型モニュメントのブルーライトアップ

こども発達支援室 (TEL) 63-5444 (FAX) 21-0683)

毎年4月2日は国連の定める世界自閉症啓発デー、4月2日～8日は発達障害啓発週間です。この期間、啓発のシンボルカラーである「ブルー」で、御幸道路にある鳥居型モニュメントをライトアップします。発達障害について知ること・理解することは、誰もが幸せに暮らすことができる社会の実現につながります。ぜひ、青く光る鳥居を見に来ていただき、発達障害について考えてみましょう。

「発達障がい」を知ろう！

発達障がいは、脳機能の発達に関係する生まれつきの障がいで、発達にアンバランスさがあるのが特徴です。そのため、対人関係や行動コントロールが難しかったり、学業などの生活に支障が生じることがあります。

発達障がいのある子どもが健やかに成長するためには、発達障がいを早期に発見し、周囲の理解を得て適切な支援や環境の調整を行うことが重要です。

★育て方やしつけが原因ではありません。



市ホームページ

子どもに関する相談 (※) 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)	4月 8日(水) 4月22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)	
おしゃべりタイム ※要予約 (妊婦さん・産後ママの交流会)	4月14日(火) 4月21日(火) 4月28日(火)	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)	4月 7日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	中央保健センター	
	4月14日(火)	9:30～11:00	ハートプラザみその	
	4月21日(火)	9:30～11:00	中央保健センター	
	4月28日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	小俣保健センター	
受け付けは4月1日(水)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)〕	4月27日(月)	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 (TEL)63-5488)
ひとり親 ※窓口での相談は要予約	月～金曜日(※)	9:00～17:00	子育て応援課 (市役所東館・2階)	子育て応援課 (TEL)21-5713 (FAX)21-5555)
子どもの発達 ※要予約	月～金曜日(※)	8:30～17:15	こども発達支援室 (健康福祉ステーション・5階)	こども発達支援室 (TEL)63-5444 (FAX)21-0683)

お答えします!

健康に関する素朴な疑問

健康なんでも相談室

市民の皆さんの健康などに関する素朴な質問に対し、谷崎医師が「総合診療科」の観点から、分かりやすくお答えします。ぜひ、皆さんの生活にお役立てください。



伊勢総合病院
総合診療教育研究センター長
谷崎 隆太郎 医師

質問 谷崎先生に「妊娠中のワクチン接種」について聞いてみました

妊娠中は、特定の感染症にかかりやすかったり、かかると重症化したり、流産・早産のリスクが上がるものがあります。それだけでなく、妊娠中は使える薬の制限もあることから、予防できるものは予防しておくことが勧められます。今回は、その予防方法の一つであるワクチンの話です。



妊娠中のワクチンで赤ちゃんを守る

生まれたての赤ちゃんは獲得免疫という免疫機構が未熟です。また、ワクチンはそれぞれの安全性・有効性などによって接種スケジュールが決まっているため、出生直後からすべての感染症に対するワクチンを接種することはできません。

その解決策として、妊婦がワクチンを接種することで、妊婦の中で産生された抗体が胎盤を通じて胎児に移行し、出生後早期の赤ちゃんを一定期間守る(重症化を予防する)ことが期待できます(これを、母子免疫、受動免疫といいます)。

もちろん、妊婦がワクチンを接種することで、自分自身を守る効果につながるものもあります。



推奨されるワクチンは?

例えば、インフルエンザワクチンは母子免疫による乳児早期の発症予防・重症化を減らすことだけでなく、妊婦自身の重症化予防効果も期待されます。また、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)のワクチンも妊婦の重症化予防に有効とされています。日本産

婦人科学会・日本産婦人科感染症学会は、すべての妊婦に一律にCOVID-19ワクチンの接種を推奨していませんが、もともと持病があるなど、重症化リスクの高い妊婦には接種を推奨しています^{1),2)}。

その他、RSウイルスワクチンが、2026年4月から定期接種になります。RSウイルスは2歳までにほぼ100%が感染し、その多くは軽症ですが、中には人工呼吸を要するほどの重症例もあります。沖縄県のデータで、RSウイルスで入院した小児のうち60%が1歳未満であり、1歳未満を分母に見た場合、0~2カ月未満児が40%と最多でした³⁾。これらの新生児・乳児たちに投与できる抗体製剤はありますが、接種できるRSウイルスのワクチンはありませんので、あらかじめ妊婦がRSワクチンを接種することが推奨されています。最後に、百日咳も新生児・乳児にとっては重症化リスクの高い疾患ですので、妊娠中のワクチン接種が勧められています。

お近くに妊娠している人がいたら、ぜひこれらの情報を共有してあげてください。

参考:
1) 日本小児科学会:妊婦への接種が推奨または考慮されるワクチン
2) 日本産婦人科感染症学会:妊娠に向けて知っておきたいワクチンのこと
3) Trop Med Health 2025; 53: 160.

妊婦への接種が推奨または考慮されるワクチンの詳細(文献1より一部改変)

病原体名 ワクチン名	接種推奨時期	接種方法	接種目的
百日咳菌 DTap(トリビック®)	妊娠28-36週	皮下注射	早期乳児の重症化予防
RSウイルス (アブリズボ®筋注用)	妊娠24-36週	筋肉内注射	早期乳児の重症化予防
インフルエンザウイルス (インフルエンザHAワクチン)	妊娠全期間	皮下注射	母体重症化予防と 早期乳児の重症化予防
SARS-Cov-2 (新型コロナワクチン)	妊娠全期間	筋肉内注射	母体重症化予防と 早期乳児の重症化予防

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



中島こども園

詳しくはWeb、HPで⇒



一人ひとりを大切に!106名、106通りの特別扱い!
明るい園舎と広い園庭、元気な優しい先生が待っています!

☆子育て支援☆「いちご広場&園庭開放」毎月1・2・4水曜

3歳児2名、満3歳児3名
2歳児4名、0・1歳児1名募集

こども園へお出かけ下さい
お問合せ ☎ 28-2438

訪問歯科診療

歯医者が施設やご自宅にお伺いいたします

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

杉原歯科

歯科・小児歯科・矯正歯科
お気軽にお問い合わせください!

伊勢市馬瀬町352-2

TEL・FAX(0596)35-0805

https://sugiharashika.com/



有料
広告

市内のウォーキングコースを紹介



ウォーキング



健康課 (TEL 27-2435 FAX 21-0683)

ウォーキングは「いつでも」「誰でも」「どこでも」気軽にできる健康法です。春は桜、秋は紅葉を楽しみながら神宮徴古館を歩きませんか？

ウォーキングルート情報

距離 約5.4km

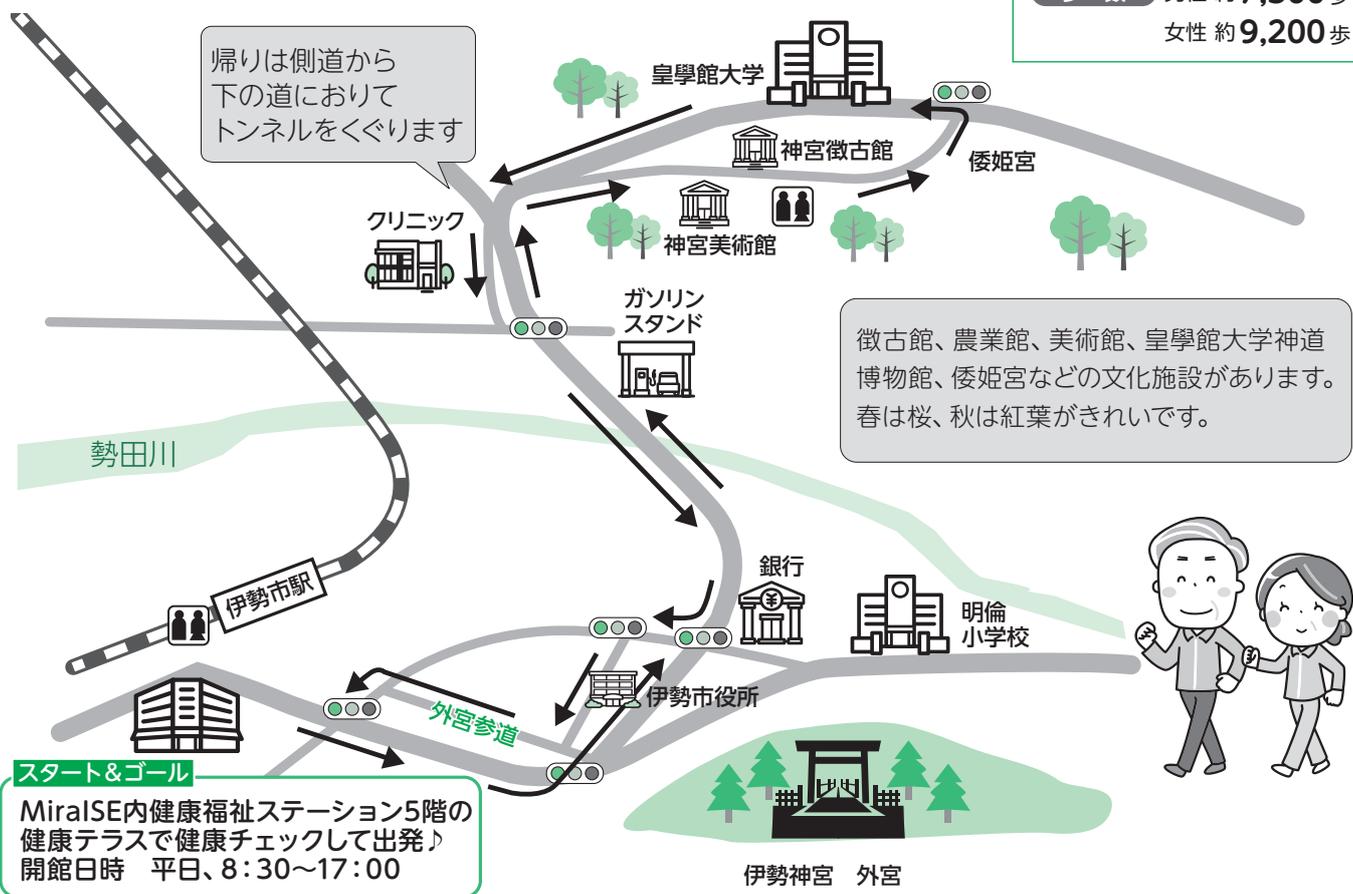
時間 約70分

通常歩行速度(4.5km/時)の場合

歩数 男性 約7,500歩

女性 約9,200歩

MiraiSE発着 神宮徴古館 コース ウォーキングマップ No.85



コース検証：皇學館大学教育学部教育学科

ウォーキング時の熱中症予防のポイント

- 体が暑さに慣れていないのに、急に気温が上昇するとき、熱中症に特に注意が必要といわれています。暑熱順化(身体が暑さに慣れること)のために、暑くなる前から、身体を動かして汗をかき、備えましょう。
- 歩くときは朝や夕方など涼しい時間帯を選びましょう
- のどが渇いていなくても、こまめに水分補給を行いましょう
- 通気性の良い素材の帽子や衣類を着用しましよう

スキマ時間に健康体操を！
ケーブルテレビ行政情報番組
(毎日10時・15時・20時～)
放送中

スキマ時間に「いせし健康体操」をしてみませんか？



市のホームページで
動画配信中

いせし健康体操 検索



他のコースは、市のホームページに
掲載しています。

伊勢のまちを楽しくウォーキング 検索

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。



よい歯でいきいきコンクール 参加者を募集

伊勢地区歯科医師会では、伊勢市・度会郡在住の80歳以上(昭和21年3月31日以前に生まれた人)で歯が20本以上残っている人(治療の有無は問いません)を募集します。

このコンクールは、6月の「歯と口の健康週間事業の一環として行われるもので、7月5日(日)に、優秀な人の表彰式を行います。

応募方法 6月2日(火)までに、マイナ保険証などの年齢を確認できる物を持参し、伊勢市・度会郡の歯科医院(同会会員)で審査を受けてください
※審査料は無料です。歯科医院での口腔内審査をもとにした書類

みんなdeいせし健康体操

審査を通過した人は、口腔内審査(6月21日(日)に中央保健センターにて実施予定)を受けていただき、その中から入賞者を決定します。
※過去に表彰された人も参加できます。
※詳しくは、同会(☎24-1904) 27-13833(月～金曜日祝日・振替休日を除く)・9時～16時)へお問い合わせください。

とき 4月6日(月)・20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 運動のできる服装、飲み物
申し込み 不要

ヘルスマイト料理講習会

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 血糖値を上げにくい食事

参加費 500円(当日持参)
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、米1/2カップ

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

ヘルスマイト料理講習会

とき	ところ	定員 (先着順)	申込期限
4月17日(金)	ハートプラザみその	20人	4月9日(休)・12:00
4月22日(水)	社会福祉協議会福祉センター	20人	4月7日(火)・12:00
4月23日(木)	小俣保健センター	20人	4月15日(水)・12:00

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

「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

高齢者向けお弁当を配達いたします

普通食 おかずのみ 556円(税別)
ご飯付き 621円(税別)
価格は配達料が含まれてます

※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

【伊勢広報を見た!と言って頂ければ詳しく説明させていただきます】

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

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

藤原屋

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

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

伊勢の畳屋 検索

有料広告

帯状疱疹ワクチンの定期接種

対象者 ①令和8年度に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人
②60歳～64歳の人で、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)により免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人

※接種日に市内に住民票があり、過去に同ワクチンを接種していない人に限ります。

自己負担額 生ワクチン(乾燥弱毒性水痘ワクチン)：2600円(1回のみ)、不活化ワクチン(乾燥組換え帯状疱疹ワクチン)：6600円(全2回)

実施場所 県内の実施医療機関

高齢者用肺炎球菌ワクチンの定期接種

肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぐため、高齢者を対象に肺炎球菌定期予防接種を実施しています。

対象 接種日に市内に住所を有し、次のいずれかに該当する人

①65歳の人、②60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・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
※①は、65歳の誕生日の翌月に接種券を発送します。過去に助成を受けて接種した人には、接種券は送付していません。②で接種を希望する人や、転入により接種券がない人は、接種券を発行しますので健康課へ連絡してください。

※初めて接種する人に限りまず(接種券が届いても、すでに同ワクチンの接種を受けたことがある人は接種券を使用できません)。2回目以降の接種は、全額自己負担となりますので、かかりつけ医へ相談してください。
接種期間 ①66歳の誕生日の前日まで、②令和9年3月31日まで

接種回数 1回
実施場所 県内の実施医療機関

料金 3500円
持ち物 接種券、マイナ保険証・資格確認書のいずれか、健康手帳(持っている人)
申し込み 事前に実施医療機関へ(要予約)

※接種券は、医療機関で予診票と引き換えてください。
※長期にわたり療養を必要とする疾病にかかり、接種対象年齢の時に接種できなかつたと認めら

れる人などは、申請をすることで定期接種できる場合があります。

※対象者が生活保護を受給している人は、予約時に病院窓口で申し出てください。
※接種は義務ではありません。接種券に同封されている説明書をよく読み、接種を受ける本人の意思で受けてください。

伊勢献血ルーム「ハートワン」
定休日・受付時間の変更

伊勢献血ルーム「ハートワン」
(TEL) 0120-12517821

4月1日(水)から伊勢献血ルーム「ハートワン」の定休日・受付時間が次のとおり変更になります。

定休日 水曜日・年末年始
受付時間

成分献血
9時30分～11時30分、
13時30分～16時30分

全血献血
9時30分～12時15分、
13時30分～17時

※詳しくは、ハートワンへお問い合わせください。



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)	
4月14日(火) 4月28日(火)	9:00～11:00 伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)

対象 ①市内在住の人、②県内在住の人
問い合わせ ①健康課(TEL) 27-2435、(FAX) 21-0683
②伊勢保健所(TEL) 27-5137、(FAX) 27-5253)

総務省消防庁 全国版救急受診アプリ「Q助」

症状の緊急度をすばやく判定！救急車を呼ぶ目安にしてください。

Q助 検索



休日・夜間応急診療所(八日市場町)

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

診療科目	診療日	診療受付時間 (4月1日～)	診療時間
内科・小児科	月～土曜日	19:15～21:30	19:30～22:00 内科医1人体制
	日曜日・祝日	9:45～11:30	10:00～12:00
		13:00～16:30	13:00～17:00
歯科	日曜日・祝日	19:15～21:30	19:30～22:00
		9:45～11:30	10:00～12:00
		13:00～16:30	13:00～17:00

※感染症対策を実施し診察を行っています。症状によって、屋外または車中での待機・診察となる場合があります。
※上記の診療受付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、次へお問い合わせください。

- ・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～翌朝8:00
日曜日・祝日・年末年始(12月30日～1月3日)、
8:00～翌朝8:00(24時間)
電話番号 (TEL) # 8000、(TEL) 059-232-9955

手話サークル・要約筆記サークルをご紹介します!

高齢・障がい福祉課 (TEL) 21-5558 (FAX) 20-8555



手話や要約筆記の勉強をしてみませんか。

市内には手話サークルと要約筆記サークルがあります。興味のある人は気軽に見学してみてください。

見学を希望する人は、伊勢市ボランティアセンター (TEL) 63-6370へ事前に連絡してください。

◆◆ 手話サークル(順不同) ◆◆



◎青い鳥手話サークル

聞こえない人と聞こえる人が集まり、手話の学習や交流を通じてコミュニケーションを図っています。みんな仲良し。楽しく、笑いが絶えません。失敗することをモットーに、表情豊かな手話を目指して頑張っています。

活動日 毎週木曜日、13:00~15:00

ところ 伊勢市社会福祉協議会 福祉センター

◎伊勢手話サークル

小学生から70代まで、聞こえない人も聞こえる人も毎回20人前後が集まります。手話が初めての人にも、分かりやすく学んでいただけるサークルです。まずは見学から！お待ちしております。

活動日 毎週火曜日、19:30~21:00(祝日・5週目は休み)

ところ 伊勢市社会福祉協議会 福祉センター



◎小俣手話サークル

ゲームあり、クイズあり…。真面目に学ぶ日ももちろんあります。大人も子どもも大歓迎です！

活動日 毎週金曜日、19:30~21:30

ところ 小俣公民館・1階

◎手話わ会

和気あいあい おいしい物の話になると盛り上がります！お出掛けも大好きです。

活動日 毎週水曜日、19:00~21:00

ところ 二見町西コミュニティセンター



◆◆ 要約筆記サークル ◆◆



◎はんず

現在は要約筆記体験講座の受講生を含む5・6人程度で、月1回定例学習会を開いています。難聴者・中途失聴者に書いて伝える活動をしています。興味のある人は、気軽にのぞいてみてください。

活動日 第4土曜日、10:00~12:00

ところ 伊勢市社会福祉協議会 福祉センター(部屋は玄関看板にて告知)

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。

第二十一回みたす寄席

伊勢・船江温泉みたすの湯 (TEL 29-4126)

時 4月19日(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 2026年秋に真打昇進が決定した「立川寸志」が出演
定 24人(先着順) 料 2,000円(入浴料付き前売り券は
2,500円) 申 4月18日(出)までに、直接または電話・Eメール
(mailto: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、またはみたすの湯ホームページ(<https://mts-ise.com/you/>)からオンライン申請
※空きがあれば、当日受け付けもあります。

自然の中で親子でリフレッシュ音浴会

ホリスティック ウェル ビーイング

Holistic Well Being ぐりーんぶらんけっと・野津さん
(TEL 080-1922-0348)

時 4月4日(出)、13:00～16:00

所 斎宮歴史博物館裏のふれあい広場(明和町竹川500)

対 小中学生の子ども、就学前の子どもとその保護者
※大人だけの参加もできます。

内 シュタイナー教育から生まれた楽器、豎琴ライアーを桜
の下で奏です。自然の中でゆったりと、身体に響く虹色
の音の体験でリフレッシュ。小さいお子さんも自由遊びや
自然観察をしながら楽しもう。途中退出もできます

申 不要

第28回で愛ふれ愛フェスティバル

いせハンド in ハンド・河口さん (TEL 28-2600)

時 4月26日(日)、12:30～16:00

所 いせトピア 多目的ホール 内 異なった芸能グループの
ネットワークを広げ、生涯学習活動の発展を目的とし、フラ
ダンス・日本民謡・民謡・大正琴・剣詩舞・キッズダンスな
どの発表を行います 申 不要

「第24回アビリンピックみえ」参加者募集

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 三重支部
(TEL 059-213-9255 FAX 059-213-9270)

障がい者の職業能力の向上を図るとともに、人々の障がい
者に対する理解と認識を深め、その雇用の促進を図るた
めに開催します。

時 6月27日(出)、9:30～15:15 所 ポリテクセンター三重
(四日市市西日野町4691) 対 障害者手帳などを所持し、県
内に居住または通勤・通学している4月1日現在15歳以上の入

競技種目 パソコン文書作成・パソコン表計算・電子機器組
立・喫茶サービス・ビルクリーニング・製品パッキング・オ
フィスアシスタント 定 59人(申し込み多数の場合は抽選)

申 4月1日(休)～5月11日(月)に、同支部へ

※詳しくは、同支部のホームページをご覧ください。

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。

歯のこと何でも電話相談

三重県保険医協会・「保険でより良い歯科医療を」三重連絡会
(TEL 059-225-1071・059-225-8747)

時 4月12日(日)、10:00～15:00

内 日頃から気になっている「歯に関する悩み」に歯科医師が
直接回答します。気軽に電話してください

申 不要



遺言の日 遺言相続無料電話相談会 (弁護士による電話相談)

三重弁護士会

(TEL 059-228-2232 [問い合わせのみ])

時 4月15日(水)、10:00～16:00

内 遺言書の書き方・相続関連の疑問点・相続でトラブルを避
けるために今できることなど、遺言と相続の問題全般に対応
します

相談専用特設電話番号 (TEL) 059-228-3143(当日のみ)

県立美術館ボランティア会員募集

三重県立美術館ボランティア「^{げやま}櫂の会」

(TEL 059-227-2100 FAX 059-223-0570)

所 三重県立美術館 対 18歳以上(高校生を除く)の人で、6
月13日(出)・10:00～16:00に開催する養成講座を受講し、
半日単位で月4回以上活動できる人

内 来館者の対応、文献資料の整備など、美術館への協力

申 5月31日(日)までに、往復はがきに郵便番号・住所・氏名・
年齢・電話番号を記入し、同美術館(〒514-0007 津市大谷
町11)へ

※詳しくは、下の二次元コードから確認してください。



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

6月1日号 → 4月15日(休)

6月15日号 → 4月30日(休)

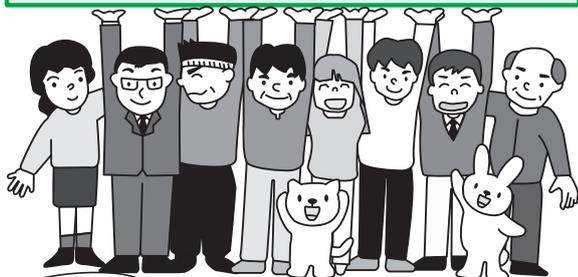


いせぼれんだより

No.100

伊勢市ボランティア連絡協議会(八日市場町・福祉センター内) (TEL 27-2425 FAX 27-2415)

伊勢市ボランティア連絡協議会



参加者募集

はつらつ講座

①郷土料理教室 一緒に郷土料理を作りましょう(全6回)
と き: 不定期火曜日(4月14日、5月12日、6月2日、7月7日、8月4日、9月1日)、10:00~12:00

ところ: 福祉センター・1階 調理室
持ち物: エプロン、マスク、三角巾など
参加費: 材料費程度 定員: 15人(先着順)

②はつらつ健康体操 一緒に体を動かしましょう(全6回)
と き: 不定期火曜日(4月7日、5月19日、6月16日、8月18日、9月15日)、10:00~12:00(7月予定)

ところ: 福祉センター・2階 多目的ホール
対 象: 60歳以上の人
持ち物: タオル、飲み物、動きやすい服装・靴など
参加費: 200円程度(保険代)

①②問い合わせ: 090-5614-5519(福井)
※申込書は福祉の店(福祉センター)にあります。

ごあいさつ

暖かな日差しに、伊勢市駅に降り立つ団体客や家族連れが日々多くなっています。

お木曳が予定されている今年は、伊勢にとって一層のにぎわいの年となるでしょう。当会の活動の一つでもある駅前案内ボランティアも、訪れる皆さんが安心してお伊勢参りができますようにと願って取り組んでいます。

また、今年度は「誰もが健康でいきいき」との思いを込めて新たに3つの講座(健康体操・音読・郷土料理)を開催します。ぜひご参加ください。

伊勢市ボランティア連絡協議会 会長 泰道 詞子

令和8年度 事業計画(案)

- 総会 4月29日(祝)
- ボランティアまつり 7月26日(日)
- 福祉の店 火~土曜日(10:00~14:30)
- 駅前案内ボランティア 土・日曜日(10:00~11:00)
- 学習支援の弁当づくり 月2回
- 黄色いレシート運動(イオン伊勢店、ララパーク店)
- チャリティ映画会 令和9年3月21日(祝)
- はつらつ講座(健康体操・音読・郷土料理)
- 会員研修会 ほか

● 高柳の夜店

6月初旬の土曜日に出店予定です。

● 伊勢市駅前案内 一言メモ

手荷物預かり所で、おもてなし無料サービス!

● 車いす、ベビーカーの貸し出し

受付 9:00~15:30(返却17:30まで)
観光客には、うれしいサービスです。

● 新年会員交流会

1月12日、伊勢市長と伊勢市社会福祉協議会会長が出席し、交流会を開催しました。藤菌会の皆さんに伊勢音頭を披露していただき、最後に会員も一緒に踊り楽しく過ごしました。



● チャリティ映画会のお礼

3月15日、大盛況のうちに開催しました。収益金は、大分市の大規模火災に寄付させていただきました。ありがとうございました。



子どもの未来に“確かな道を”

理学療法学科

一生ものの国家資格で
地域に貢献できる仕事!

医療と福祉の現場で信頼
される理学療法士を育成。

詳しくはこちらから

伊勢リハ 検索



学校法人 協栄学園

ISE-SHIMA REHABILITATION COLLEGE

伊勢市御園町高向 1658

伊勢志摩リハビリテーション専門学校

TEL 0596-24-2540



社協はげんきなこころ応援します

Vol.85

げんきなこころ 地域福祉通信

地域福祉情報をお伝えするコーナーです



<https://ise-shakyo.jp>

伊勢社協

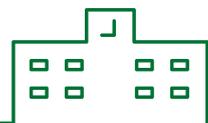
検索

伊勢市 福祉総合支援センターより TEL 21-5712 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 (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(小侯町元町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



ふくしの学校



ふくしの学校は、伊勢市社会福祉協議会 福祉センター1階にある子どもから大人まで誰もが福祉について学べるスペースです。福祉に関する講座のほか、ボランティアや地域貢献登録企業による各種イベントを開催していますので、皆さんの参加をお待ちしています。

ボランティア 入門講座

ボランティアに興味のある人、これからしてみたい人を対象にボランティアの基本の「基」が学べる講座です。出発しよう、「できること」を生かせる場所へ。(主催：伊勢市ボランティアセンター)



スポーツ レクリエーション

身近にあるもので作れて楽しめるスポーツレクリエーション。(主催：伊勢市パラスポーツ協会)



紙で遊ぼう

子どもから大人まで、誰でも紙の工作を楽しめます。紙でオリジナル作品作り挑戦してみませんか。(主催：T&S ファクトリー)



おなか元気教室

人間の腸の模型を使ってクイズ形式で分かりやすく解説。腸を丈夫にすることで健康増進。(主催：株式会社ヤクルトマーケティング東海)



ふくしの学校のイベントについて「もっと知りたい!」という人は、伊勢市ボランティアセンターへ問い合わせてください。

見てください!

ふくしの学校

個人ボランティア
稲葉 隆生さん

たくさん子どもたちに、マジックを見て、「不思議」を感じて楽しんでもらいたいという思いで活動しています。驚いた顔、笑った顔になってもらえたときはとてもうれしいです。今後は電卓や数字を扱う数理的マジックも取り入れて、勉強に興味を持ち、好きになってもらえたらいいなと思います。

これからもふくしの学校で「学び」のあるマジックを披露していきたいと思います。



ふくしの学校を活用したボランティア活動や地域貢献活動を募集中です。

※イオンタウン伊勢ララパーク1階の伊勢市社会福祉協議会サテライトげんこころ一むは、3月31日をもって閉所となります。長い間ご愛顧いただき、誠にありがとうございました。なお、げんこころ一むで行っていましたが、福祉センターの各課に引き継ぎました。



問い合わせ
申込先

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(八日市場町13-1)
TEL 63-6370 FAX 27-2415

市税の納期内納付にご協力を

収納推進課 (TEL) 21-5537 (FAX) 21-5535

皆さんに納めていただく市税は、都市・産業基盤の整備、防災対策、生活環境の改善、教育・福祉の充実、文化の向上など、安全・安心で住みよい「まちづくり」のために使われています。市税は、納期限までに納めてください。

市税の納付方法

納付書による納付と、口座振替による納付の2種類があります。

①納付書による納付

納付場所 金融機関・コンビニエンスストア、市役所など
※スマートフォンでの支払いも可能です。詳しくは、納付書の裏面に記載しています。

②口座振替による納付

口座振替の手続きをしておくと、納期ごとに指定口座から振替納付されます。振替日はそれぞれの納期限の日です。

取扱金融機関

百五銀行、みずほ銀行、三菱UFJ銀行、三十三銀行、あいち銀行、桑名三重信用金庫、東海労働金庫、伊勢農業協同組合、東日本信用漁業協同組合連合会、ゆうちょ銀行

申し込み

通帳・通帳の口座届出印・納税通知書を持参し、取扱金融機関または郵便局・同課・3総合支所生活福祉課・

9支所へ

※申し込み手続きから振替開始までに1カ月半程度かかりますので、早めの手続きをお願いします。

その他の納付方法

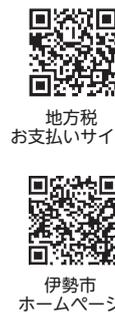
市では、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、市県民税(普通徴収)が、eLTAAX(地方税ポータルシステム)を利用してパソコンやスマートフォンから納付できるようにしています。

eLTAAXホームページ内の「地方税お支払いサイト」から、納付書の表面に記載の二次元コード(地方税統一QR)またはeL番号を利用してクレジットカードでの納付ができるほか、スマホ決済アプリから納付することもできます。

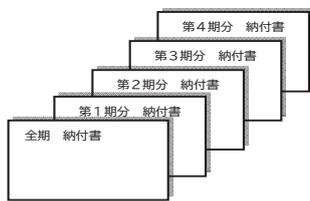
利用可能なクレジットカード・スマホ決済アプリなどについて詳しくは、eLTAAXのホームページを確認してください。

市税の納期限

令和8年度の市税の納期限は下表のとおりです。納付書にはそれぞれの納期限日が記載してありますので、確認し、納付してください。



令和8年度から固定資産税・都市計画税、市県民税(普通徴収)の納税通知書に同封する納付書は、「全期納付書」と「第1〜4期の納付書」の計5枚になっています。年間の税額を全期として一括か、期別ごとに1〜4期に分けるか、どちらかで納付してください。納付の際は、期別・納期限を別・納期限を確認し、全期と各期別を両方納付する、二重納付に気を付けてください。



納期限までに納付した人との公平性を保つために

納期限を過ぎても市税などを納付しない人には、文書・口頭などにより納付の催告をしていますが、特別な事情もなく滞納している場合は、やむを得ず財産を差し押さえ、滞納している市税などに充てることがあります。

また、市税などを納期限までに納付しない場合、納期限までに納付した人との公平性を保つために、延滞金が加算されます。(令和8年は年9.1%)

令和8年度 市税の納期限日

市・県民税 (普通徴収)	第1期 6月30日	第2期 8月31日	第3期 11月2日	第4期 2月1日
固定資産税・ 都市計画税	第1期 4月30日	第2期 7月31日	第3期 12月28日	第4期 3月1日
軽自動車税	全期 6月1日			

屋根・外壁・内装・他にも！お家のことならなんでも！

総合建築リフォームの
晴人

- 台風前後の点検
- 動物の侵入
- 雨樋の劣化・歪み
- 雨漏り
- 外壁の剥がれ・ひび割れ など

このようなお悩みございましたら
お気軽にご相談ください！

点検・お見積りも**無料**！
0596-67-5421
〒516-0021 伊勢市朝熊町1912

【木造建物診断】【耐震補強設計】

耐震診断

一級建築士を含む専門家が補助制度を利用した計画をご提案します。

耐震診断▶補強設計▶耐震補強工事の
トータルサービス

有限会社
扇光 ☎ **0120-57-2535**

有料広告

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

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

とき	4月1日(水)~30日(木) 〔土・日曜日・祝日を除く〕	
ところ	課税課固定資産税係	
内容	納税者 (土地)	土地の縦覧帳簿(所在、地番、地目、地積、 評価額)
	納税者 (家屋)	家屋の縦覧帳簿(所在、家屋番号、種類、構造、 床面積、評価額)
持ち物	本人	身分証明書
	代理人	身分証明書、委任状

固定資産課税台帳の閲覧

とき	随時	
ところ	課税課固定資産税係	
内容	納税義務者	自己の納税対象となる固定資産
	借地借家人	借地・借家している部分
	固定資産を処分 する権利がある 所有者や破産管 財人など	権利がある部分
持ち物	本人	身分証明書
	借地借家人など	身分証明書 権利関係を証明する物(契約書や裁判 所の選任書など)
	代理人	身分証明書、委任状、契約書や裁判所 の選任書など権利関係を証明する物 (借地借家人などの代理人の場合のみ)

※期間中の納税義務者・所有者(代理人を含む)の閲覧は無料です。

固定資産帳簿の縦覧と課税台帳の閲覧

課税課 固定資産税係
〔土地〕: TEL 21-5532

〔家屋〕: FAX 21-5535 / TEL 21-5533

FAX 21-5535

路線価の公開

宅地評価の基礎となる、全
ての路線価を公開します。路
線価とは、土地を評価するた
めに道路に付けられた価格
で、地価公示価格(土地売買
のときに取引価格の目安とな
る、国や県が公表している価
格)などの約7割となってい
ます。

とき 随時(令和8年度分は
4月1日(水))
ところ 課税課固定資産税係
公開対象 宅地

4月30日(水)は 固定資産税の 第1期納期限です

令和8年度の固定資産税・
都市計画税の納税通知書と、
土地・家屋の一筆一棟ごとの
評価額・課税標準額などを記
載した内訳書を、4月中旬に
郵送します。

有
料
広
告

弁護士法人

伊勢駅前事務所【三重弁護士会所属】

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



無料 法律相談

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

愛知総合法律事務所 伊勢駅前

検索

アクセス良好な法律事務所! 伊勢市駅から徒歩3分

☎ **050-1780-5309**

受付時間: 平日 9:30 ~ 17:30
ご予約にて夜間の対応も可能

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

軽自動車税の減免



課税課 税務係 (TEL)21-5531 (FAX)21-5535)

障がいのある人が持っている軽自動車に対し、軽自動車税を減免します。減免を受けるためには、毎年の申請が必要です。

※減免が受けられるのは1人1台のみです。

対象 当該年度の4月1日現在、右表の等級に該当する身体障害者手帳などの交付を受けている人

※普通自動車の税の減免を受けている人は、対象外です。また、軽自動車税減免と重度障害者タクシー料金助成券は、重複して利用することはできません。

申請 6月1日(月)までに、課税課税務係へ

※申請書にマイナンバーの記入が必要です。

※車検証に記載される所有者・使用者ともに障がい者本人でなければなりません。ただし、本人が18歳未満または知的障がい者などの場合は、保護者などが障がい者本人と同じ住所の人の名義であれば申請できます。また、車をローンで購入したなどの場合で、所有者が障がい者本人でない場合は、課税課税務係へ問い合わせてください。

※障がい者などが利用できるように改造された車両の減免については、課税課税務係へ問い合わせてください。

※運転免許証の有効期限が令和8年3月31日以前の場合は、更新手続きを済ませてから運転免許証を持参してください。

※新たに申請する人は、申請の際、①対象障がい者の各種手帳、②運転者の運転免許証(コピー可)、③減免を受ける軽自動車の車検証(コピー可)、④納税義務者のマイナンバーカードまたはマイナンバー通知カードを持参してください。なお、代理人が申請する場合、④はコピーでも構いません。また、①～④に加えて代理人の本人確認ができる物(運転免許証など)を持参してください。

軽自動車税の減免対象

障がい名	本人運転	家族・介護者運転
視覚障がい	1～4級	
聴覚障がい	2級・3級	
平衡機能障がい	3級	
喉頭摘出による音声機能障がい	3級	
上肢機能障がい	1級・2級	
下肢機能障がい	1～6級	1～3級
体幹機能障がい	1～3級・5級	1～3級
内部障がい	1～3級	
知的障がい	A1・A2	
精神障がい	1級	

※上表の障がい名は抜粋です。記載されていない障がいの場合は、課税課税務係へ問い合わせてください。

※本人運転・家族運転・介護者運転の区分は次のとおりです。

- 本人運転…障がい者本人が軽自動車を運転する場合
- 家族運転…障がい者と生計を同じにする人が、障がい者のために軽自動車を運転する場合(障がい者の社会参加活動のために週1回以上自動車を使用すること)
- 介護者運転…障がい者のみの世帯の障がい者を常時介護する人が、障がい者のために軽自動車を運転する場合(週3回以上、1年以上にわたって継続的に軽自動車を使用すること)

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。

4/1～30 令和8年度の主な事業紹介

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「御木曳初式」(90分番組)

第63回神宮式年遷宮の諸行事の一つ「御木曳行事」。その御木曳行事の幕開けとなるのが「御木曳初式」です。御用材をそりに載せ五十鈴川を運ぶ川曳、そして御木曳車に載せて運ぶ陸曳。2日間にわたって行われるそれぞれの模様を放送します。

放送日時 4月18日(出【川曳】・19日(日【陸曳】、8時・12時・20時～

特別番組「第37回大きな集い」(90分番組)

三重レクダンス協会が主催する、年に一度のレクダンスサークルが集う発表会です。3歳から80代の総勢およそ230人が参加します。

放送日時 4月4日(出)・12日(日)、8時・12時・20時～

特別番組「第45回新春福祉芸能大会」(90分番組)

伊勢市老人クラブ連合会が主催する、年に一度の発表会です。伊勢市の各地域の老人会が集まり、踊りやカラオケを披露します。

放送日時 4月5日(日)・11日(出)、8時・12時・20時～

いこトピ!(20分番組)(土曜日の6時に更新)

伊勢放送局エリアのお出かけ情報や旬のグルメ情報などを放送します。また、第63回神宮式年遷宮の第一次お木曳行事に参加する全奉曳団の木遣りや本番に向けての意気込みなどを紹介します。

放送時間 6時・14時・16時・18時・22時～

いせトピ(10分番組)(月・水曜日の17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 7時・9時30分・11時・17時・19時・21時・23時～

企画番組(1日・8日・16日・24日に内容更新)

■4/1～ もっと!水の惑星紀行・年寄万歳～百歳になつたら～伊勢美し国から ほか

■4/8～ 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① ほか

■4/16～ ぐるぐるグルメ・皇學館大学 大学生テレビ局 ほか

■4/24～ 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。

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



募集

第30回ふれあい広場 フリーマーケット 出店者募集

二見まちづくりの会事務局内・
ふれあい広場実行委員会
(TEL) 65-6654 (FAX) 65-6672

ボランティアやまちづくり活動の啓発、住民同士の交流促進を目的に、今年も「ふれあい広場」を開催します。ステージでのショーやお菓子まきなどが予定され、楽しい1日になることと思います。

今回もフリーマーケットの出店者を募集します。家庭にある不用品や、手作り品などを販売して、一緒に会場を盛り上げませんか。

とき 5月10日(日)、10時30分～14時(雨天中止)

ところ 二見老人福祉センター前駐車場

対象 市内在住の人
出店スペース 1.5m×2.5m以内

料金 500円(当日徴収)
募集数 10ブース(先着順)
申し込み 4月1日(水)～13日(月)に、電話またはファクスで同委員会へ(受け付けは月・水・金曜日の10時～16時)

仕事を通じて仲間づくりを しませんか? シルバー人材センター 会員を募集

公益社団法人
伊勢市シルバー人材センター
(TEL) 37-7170 (FAX) 37-7172

シルバー人材センターは「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づき、高齢者に就業機会を確保・提供する団体として、知事の認可で設立された公益社団法人です。

入会を希望する人は、入会説明会に参加してください。

とき 第2金曜日(3月を除く)、13時30分～(時間厳守)

ところ 同センター(西豊浜町141-1 伊勢志摩総合地方卸売市場・2階)

対象 市内在住で、60歳以上の健康で働く意欲のある人
仕事内容 月10日以内で週20時間を超えない就業
仕事の種類 各種清掃、草刈り、草引き、剪定、家事援助、調理補助、施設管理、農作業などの業務

年会費 3400円
※途中加入の場合は月割り額となります。

申し込み 入会説明会に参加し、同センターの目的に賛同したうえで、入会申込書を同センターへ提出
※入会説明会は予約が必要です。事前に同センターへ問い合わせるか、下の二次元コードから同センターのホームページをご覧ください。



三重交通 Gスポーツの杜 伊勢 「みんなでスポーツを 楽しもう」 前期(5月～7月)教室

三重交通Gスポーツの杜 伊勢(県営総合競技場)
(TEL) 22-0188 (FAX) 22-1586

対象 15歳以上の人(中学生を除く)

内容 ヨガ、ピラティス、ダンス、健康運動、シェイプエアロビクス、太極拳、バドミントン、卓球、ピクフルボール、テニスなど
申し込み 4月10日(金)(必着)までに教室名・氏名・ふりがな・郵便番号・住所・電話番号・生年月日を記入し、直接または郵送・ファクス・Eメール(T:516-0023 宇治館町510、E:info@iesportsstadium.jp)で同競技場管理事務所へ
※受講決定者には、決定通知書と要項を郵送します。(4月23日(休)発送予定)
※詳しくは、同競技場のホームページを確認してください。



都市計画審議会委員を募集 都市計画課

(TEL) 21-5591
(FAX) 050-11704-1924

市が定める都市計画などについて調査審議を行う都市計画審議会の委員(市民委員)を募集します。

申し込み 4月1日(水)～30日(木)に、応募用紙と課題小論文を同課へ
課題テーマ 「伊勢市のまちづくりについて私の提言」
定員 4人
※詳しくは、市のホームページを確認してください。



総合型地域スポーツ クラブ会員の募集

スポーツ課

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

市内8つの「総合型地域スポーツクラブ」で、令和8年度の会員を募集しています。気軽にできるスポーツ教室のほか、文化教室も開催しています。運動不足を予防するためにも、スポーツを始めてみませんか。

申し込み 直接各クラブへ
※市役所本館・1階ロビーおよびスポーツ課(小俣総合支所・2階)に、市内総合型クラブ合同のパンフレットがあります。

総合型地域スポーツクラブ

クラブ名	連絡先
いすずウキウキクラブ	阿竹さん(TEL)090-4857-9170)
厚生総合型スポーツクラブ	事務局(TEL)090-7038-3929)
みそのスポレククラブ	御園B&G海洋センター内(TEL)36-4511)
北浜総合型スポーツクラブ	中村さん(TEL)090-3306-0231)
きだっこクラブ	中山さん(TEL)090-7683-0099)
おばたスポレククラブASREC	小俣農村環境改善センター内(TEL)20-7733)
ふたみふれ愛クラブ	姫子松さん(TEL)090-8420-9488)
有緞わくわくクラブ	事務局(TEL)090-1628-7040)



危険物取扱者試験(前期)

消防本部 予防課

(TEL) 25-1263 (FAX) 29-0134

とき

6月6日(土)・午前：乙種第4類・丙種、午後：乙種第4類
6月7日(日)・午前：乙種第1類、午後：甲種・乙種第4類

ところ シンフォニアテクノロジール伊勢

料金 甲種：7200円、乙種：各5300円、丙種：4200円

申し込み 4月6日(月)～16日(木)に、受験願書を一般財団法人消防試験研究センター三重県支部(T5144-0002津市島崎町314)へ

※申込書は県内各消防本部・消防署、三重県各県庁舎の防災担当課などにあります。
※試験については、詳しくは一般財団法人消防試験研究センター三重県支部(TEL)059-12261-8930(へ)お問い合わせください。

危険物取扱者乙種第4類試験予備講習会

とき 4月15日(水)、9時～16時50分

ところ シンフォニアテクノロジール伊勢

内容 危険物取扱者試験の乙種第4類試験を対象とした事前講習

定員 20人

料金 4400円

※希望者のみテキスト代が別途必要です。

申し込み 4月1日(水)～8日(水)に、申込書を一般社団法人三重県危険物安全協会(T51410002津市島崎町314)へ

※申込書は、消防本部・消防署(本署・各分署・各出張所)などにあります。

令和8年度「手話で話してみよう」講座

社会教育課

(TEL) 22-7886 (FAX) 23-8641

あなたの手が言葉になる。手話で広がる新しい絆。初めてでも安心！楽しみながら学べる手話講座を開催します。

とき 5月～9月の第2・4木曜日、19時～20時30分(全10回)(過去の受講者も受講可)

ところ 小俣公民館・1階第2会議室(小俣総合支所隣)

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

内容 簡単な手話を覚えて会話ができるよう学習します

講師 村上喜代子さん・井村律子さん

定員 10人

料金 受講料1000円(全10回分)、テキスト代990円(初回のみ)

※申し込み多数の場合は、4月13日(月)14時から小俣公民館1階ロビーで抽選を行い、その様子を公開します。

申し込み 4月1日(水)～12日(日)に、左の二次元コードからオンライン申請

※抽選結果は、4月15日(水)に、申込者全員に原則Eメールでお知らせします。Eメールが届かない場合は、同課へお問い合わせください。
※定員に満たない場合は、2次募集を行います。4月16日(木)から講座開講日の1週間前までに、直接または電話で先着順に受け付けます。

持ち物 筆記用具

※2次募集は、鳥羽市・志摩市・玉城町・度会町・大紀町・南伊勢町・明和町在住の人も応募できます。

※講師・日時・テキスト代などを変更することがあります。

※4月23日(木)までをキャンセル可

能期間とし、それ以降のキャンセルは、受講料・テキスト代を徴収します。



初心者狩猟免許取得予備講習会

一般社団法人三重県猟友会事務局

(TEL) 059-1228-0923

狩猟免許試験の合格を目指すための予備講習会です。

とき 6月14日(日)、7月11日(土)・25日(土)のいずれか1回受講

ところ メッセ・ウイングみえ(津市北河路町19-1)

対象 狩猟免許試験を受けて狩猟を始めようとする人など

※狩猟免許試験の受験は年齢制限があります。

定員 各回100人(先着順)

免許種別 網猟、わな猟、第一種銃猟、第二種銃猟

受講料 1種類のみ13000円
2種類以上16000円

申し込み 4月1日(水)から、受講申込書に受講料を添えて

同事務局へ

※詳しくは、同事務局へお問い合わせください。

～幼保連携型認定こども園～

マリアこども園 園児募集!

施設見学・個別説明会・子育て支援を実施中!!

「マリアこども園って、どんなところ?」笑顔いっぱいの子どもの様子を、ぜひ見学にお越し下さい。

～お問い合わせもお気軽にどうぞ!

TEL 0596-25-7490

二次元コード



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井ノ内事務所。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。※本広場は令和8年1月時点のものです。

松阪駅1分 弁護士法人心 松阪法律事務所 <三重弁護士会>

津駅0.5分 弁護士法人心 津法律事務所 <三重弁護士会>

平日9時～21時・土日祝9時～18時受付
(12月～1月)は厳しく、大規模連休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>

有料広告

★ 催し物

春の大仏山ウォーキング

三重電子スマイルアリーナ小俣
(小俣総合体育館)
(TEL 27-5491 FAX 27-5837)

とき 4月18日(土)、10時～11時30分(受け付けは9時30分)

集合場所 伊勢市大仏山公園

スポーツセンター内管理棟前
内容 暖かく体も動かしやすい季節になり、春の息吹を感じながら大仏山公園周辺約4kmをウォーキング
定員 30人(先着順)
持ち物 動きやすい服装・靴、タオル、飲み物
申し込み 電話で同体育館へ
※雨天時は、中止です。

MOVE UP MOTION
二見シーサイド
ウォーキング

県営サンアリーナ
(TEL 22-7700)

とき 4月8日(水)、10時～11時30分(受け付けは9時30分)

集合場所 二見総合駐車場

(二見町茶屋147)

内容 二見浦公園海岸沿い

二見興玉神社～夫婦岩表参道を通る約2kmの平坦なコース
定員 30人(先着順)

持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物など

申し込み 電話で県営サンアリーナへ

※天候などにより延期する場合、前日17時にサンアリーナのホームページに掲載します。「延期日4月9日(木)」

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 4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

内容 参加者同士の交流

定員 15人
申し込み 4月13日(月)までに、同センターへ

若者向け当事者会

「よしみち」(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)

ひきこもりがちな若者が安心して集える居場所です。

とき 4月14日(火)・23日(木)、14時～16時(時間内は自由に参加可)

ところ 福祉センター・2階(八日市場町13-1)

対象 家に閉じこもりがちな10代～30代の人

内容 参加者同士の交流

定員 10人
申し込み 初めて利用する人は、事前に同センターへ

お知らせ

地域関係車両証の申請

交通政策課

(TEL 21-5703 FAX 050-1704-1924)

ゴールデンウィーク期間中に通行禁止規制を行う国道23号(宇治浦田町交差点～宇治橋前)の区間を、やむを得ず車両で通行する必要がある人は、地域関係車両証の申請を

してください。

受付期間 4月1日(水)～5月1日(金)

対象 地域住民・事業者などで、日常生活や経済活動を営む上で、う回路が確保できない人

申し込み 運転免許証のコピー、車検証のコピー、やむを得ない理由を確認できる資料(社員証、納品伝票などのコピー)を持参し、直接同課へ

※前年までの通行許可証がある人は持参してください。
※令和5年12月以降に交付を受けた有効期限内の車両は、申請の必要はありません。



税務署からのお知らせ

津税務署 酒類指導官

(TEL 059-228-3131)

毎年4月は20歳未満飲酒防止強調月間です。20歳未満の人の飲酒は法律で禁止されています。令和4年4月に民法の成年年齢は18歳に引き下げられました。お酒に関する年齢制限は20歳のまま維持されています。

有料広告

株式会社 AS110 AS設備工業 水道110番 0120-454-110

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・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**

市内の地域包括支援センター

伊勢市 東 地域包括支援センター	二見ふれあいプラザ内 (二見町茶屋456-2) TEL 44-1165 FAX 43-4427 ise-higasi-houkatu@mie.email.ne.jp	《担当地区》 港地区のうち 浜郷、二見地区
伊勢市 五十鈴 地域包括支援センター	山崎外科内科敷地内(楠部町乙77) TEL 20-5500 FAX 23-0101 ise-isuzuhoukatsu@orion.ocn.ne.jp	《担当地区》 五十鈴地区
伊勢市 北 地域包括支援センター	楽寿苑内(馬瀬町1094-9) TEL 65-5070 FAX 65-5075 ise-kita-houkatu@hoeikai.or.jp	《担当地区》 港地区のうち 神社・大湊、 御園地区
伊勢市 中部 地域包括支援センター	伊勢市社会福祉協議会 福祉センター・2階(八日市場町13-1) TEL 27-2424 FAX 27-2412 isheshakyo-houkatu2@mie.email.ne.jp	《担当地区》 倉田山地区(勢田 町を除く)、厚生 地区(宮本を除く)
伊勢市 南 地域包括支援センター	神路園内(二俣町577-9) TEL 21-0080 FAX 22-6070 i-minami@amigo2.ne.jp	《担当地区》宮川地区、 沼木地区、厚生地区のうち 宮本、倉田山地区のうち 勢田町
伊勢市 西 地域包括支援センター	小俣保健センター・1階 (小俣町元町536) TEL 20-5055 FAX 27-0570 isheshakyo-houkatu@mie.email.ne.jp	《担当地区》豊浜地区、 北浜地区、城田地区、 小俣地区

高齢者の皆さんの暮らしを支える相談窓口

市では、高齢者の皆さんが安心して暮らせる地域づくりを支える相談窓口として、左表のとおり地域包括支援センターを設置しています。住まいの地域を担当するセンターを気軽に利用してください。



伊勢市障がい者基幹相談支援センター メールアドレスを変更

4月1日から、障がい者の相談支援の中核的な役割を担う「伊勢市障がい者基幹相談支援センター」を、指定管理者による管理から市の直営管理に変更します。これに伴いメールアドレスが変わります。shougai-kikansoudan@city.ise.mie.jp ※所在地、電話番号、開設時間に変更はありません。

国民年金保険料と学生納付特例制度

医療保険課 福祉医療係 (TEL 21-5554 FAX 20-8555)

令和8年度国民年金保険料

日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・コンビニなどで納めてください。令和8年度の国民年金保険料は左表のとおりです。

国民年金保険料		納付期限
月額	月額1万7,920円 (年額21万5,040円)	-
定額+付加	月額1万8,320円 (年額21万9,840円)	-
一年前納	21万1,220円	4月30日以内
付加つき一年前納	21万5,930円	
二年前納	41万8,510円	

学生納付特例制度

学生が届け出をして承認されると、在学期間中の保険料が猶予され、10年以内であれば後払いもできる制度です。特定期間中の事故や病気については、障がいの程度に依り、障害基礎年金が保障されます。学生納付特例制度の適用を希望する場合は、申請してください。基礎年金番号通知書も申請

しくは年金手帳・在学証明書または学生証(コピー可)・マイナンバーカードなどマイナンバーが確認できる物・申請窓口へ来る人の本人確認ができる物(運転免許証など)を持参し、同課または3総合支所生活福祉課・9支所へ ※マイナンバーからスマートフォンで電子申請ができます。 ※学生納付特例制度および免除制度は、過去2年分までさかのぼって申請が可能です。(すでに納付済みの分は対象外)

離宮の湯 入浴料を改定

小俣総合支所 生活福祉課 (TEL 22-7858 FAX 22-3454) 離宮の湯 (TEL 22-0548) 6月1日(月)から入浴料を左表のとおり改定します。

※3月31日(木)までに購入した回数券の使用期限は、5月31日(日)です。(ご注意ください)

	1回分		回数券(10回分)	
	改定前	改定後	改定前	改定後
大人(12歳以上)	470円	500円	4,400円	4,700円
中人(6歳以上12歳未満)	150円	200円	1,400円	1,800円
小人(6歳未満)	70円	100円	650円	900円

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)

令和8年度

新年度入学ご案内

※新学期から入学を希望される方は必ず予約を入れてください

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

募集内容は [こちら](#)

有料広告

4月の無料相談

時とき 所ところ 対対象 定定員 申申し込み 問問い合わせ先

法律

※担当弁護士が、既に相手方の相談を受けている場合は、相談を受けることはできません。

時 毎週月曜日、13:30～15:30
所 広報広聴課(TEL)21-5515)
対 市内在住の人
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
※5月4日は祝日のため行いません。27日(月)からは、5月11日実施分の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 4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 4月1日(火)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 4月15日(火)、13:00～
所 広報広聴課(TEL)21-5515)
定 4人(先着順)
申 4月9日(木)・17:00までに、広報広聴課へ電話または来所

時 火～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00
所 三重県くらし・交通安全課〔三重県庁・8階〕(TEL)059-224-2201)

空家

空家に関する困りごとなど

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

登記

時 4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

時 4月2日(木)、13:30～
所 広報広聴課(TEL)21-5515)
定 2人(先着順)
申 4月1日(火)・16:00までに、広報広聴課へ電話または来所

時 月～金曜日、9:00～17:00
所 伊勢公証役場(岩瀬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お問い合わせください。

行政

国・特殊法人などへの意見・要望など

時 4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

時 4月28日(火)、13:00～
所 小俣総合支所生活福祉課(TEL)22-7858)
申 相談日当日の13:00～15:00に、小俣総合支所生活福祉課へ来所

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

人権

時 4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、9:00～16:30
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(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)
※5月1日(金)から、いせ市民活動センターへ移転します。

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(TEL)63-6603)

青少年 非行問題など

時 月～金曜日、9:00～16:30
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

生活困窮・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〕(TEL)63-5224)

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せい〔MiraiSE内健康福祉ステーション・7階〕(TEL)21-5583)

高齢者

介護や認知症・福祉の相談など

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

障がい者・障がい児

日常生活やサービスの利用相談など

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

家庭児童・女性

児童虐待・DV・ヤングケアラー・いじめなど

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

成年後見

障がい者・高齢者の権利についての相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市成年後見サポートセンターきぼう〔福祉センター・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)へお問い合わせください。

地域のイベントなどに

ブックマルシェを呼びませんか？



伊勢市子ども読書支援プロジェクト

教育メディア課 (TEL 63-5852 FAX 23-8641)



皆さんのところに市立図書館の本がやってくる、
図書館の出張イベント「ブックマルシェ」をはじめました。



段ボールでできた「面展台」
に並べた本を、自由楽しむこと
ができます。

すべての本の表紙が見えるよ
うに並んでいるので、読まなく
ても、ながめるだけでも、手に取
るのも、パラパラするのもOK!



まちづくり協議会主催のイベントでの様子



「ブックマルシェ」開催の相談は

「開催希望日」

「会場(場所・広さ・使用できる時間)」を

小俣図書館 (TEL 29-3900)へ

相談してください。



伊勢市健康医療ダイヤル24

フリーダイヤル

0120-220-417

通話料無料

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！



人の動き
(2月末)

総人口 117,187人 (-102人)
世帯数 56,481世帯 (-15世帯)

男性 55,523人 (-35人)
女性 61,664人 (-67人)



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。