



伊勢市歴史博物館の

すべての展示が無料でみられる!

伊勢市歴史博物館 (TEL 63-5300)

伊勢市歴史博物館
ホームページ



いせ市民活動センター北館・2階にオープンした伊勢市歴史博物館では、伊勢のまちの悠久の歴史と、伊勢参りとともに栄えた独自の文化などをテーマごとに紹介しています。

石器や土器などのいにしへの伊勢を物語る資料から、参宮の様子を伝える錦絵・道中道具などの伊勢参宮の様子を伝えるもの、お木曳行事などの民俗行事など、伊勢市のさまざまな歴史や文化を展示しています。

学芸員の3つの押しポイント

夏休みの自由研究
テーマ探しに
うってつけ!

1 お木曳車の実物展示と
採にさわれる体験展示!

2 VR映像で見る 幻の御師邸を
体感する映像展示!



第6章 お木曳車



第3章 御師邸VR映像

他にも
たくさんの
展示があるよ!



3 いにしへの伊勢を
物語る土器や
埴輪の実物展示!



第2章 土器と埴輪



伊勢市民限定! 市内博物館施設無料入館のお知らせ (文化政策課 TEL 22-7885)

市の魅力を再発見していただくため、「市内博物館施設無料入館」を実施します。伊勢市の歴史や文化に興味がある人はもちろん、施設へ行ったことがない人も、この機会に気軽にお越しください。

利用可能施設

- 伊勢市歴史博物館
- 伊勢河崎商人館
- 尾崎号堂記念館

期間 7月18日(土)～
8月31日(月)

対象 市内在住の人

無料入館の方法

●スマートフォンなどを提示

- ①「伊勢市LINE公式アカウント」を友だち登録
- ②右の二次元コードを読み取り「クーポンを表示する」をタップ
- ③利用施設を選択し、入館者数・お住まいの地域を入力
- ④無料クーポンの「表示」をタップ
- ⑤利用施設の受付でクーポン獲得画面を提示して入館者数を申し出る

●「広報いせ」を提示

- ①この「広報いせ」の記事を利用施設の受付で提示し、入館者数を申し出る
- ②受付で利用可能施設の各チェック欄へ☑を記入してもらう

伊勢市LINE
公式アカウント



各博物館では夏休みイベントも開催!! 詳細は次ページへ

※伊勢市の市外局番は「0596」です。

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

市のホームページ

<https://www.city.ise.mie.jp> (伊勢市役所 検索)

楽しいせの文化と歴史を学ぼう!! みて! きいて! たしかめて!

文化政策課(☎22-7885)

市内にはさまざまな文化・歴史を学べる施設があります。夏休みに、伊勢の文化と歴史を楽しく学びませんか?

時とき 対対象 定定員 料料金(記載がない場合は無料) 申申し込み 持持ち物

*** 本号表紙掲載の無料入館利用可能施設です**

施設名	イベント名	開催概要など
伊勢市歴史博物館* (☎63-5300) 水曜日は休館(祝日の場合は翌日) 	●ミニ^{さい}采作り体験! 参加賞あり お木曳行事で使う采のミニチュアを紙と木材などで製作します。 	時 8月9日(日) ①10:00~11:00 ②13:00~14:00 ③15:00~16:00 対 小中学生(小学校低学年は保護者同伴) 定 各12人(先着順) 申 7月31日(金)までに右の二次元コードからオンライン申請 
尾崎号堂記念館* (☎22-3198) 月曜日は休館(祝日の場合は翌日) 	●子ども号堂講座 参加賞あり 「号堂-この人を知ろう-」 展示を見ながら、尾崎行雄(号堂)の生涯を分かりやすくお話しします。 	時 8月1日(土)、10:00~11:30 対 小中学生 定 20人(先着順) 申 前日までに右の二次元コードからオンライン申請、または電話で同館へ 
伊勢河崎商人館* (☎22-4810) 火曜日は休館(祝日の場合は翌日) 	●昔の道具を見て、触れて、使ってみよう 参加賞あり 昔の道具を使う体験と館内の探検ツアーを行います。	時 8月8日(土)、①10:30~ ②14:00~ 対 小中学生 定 各10人(先着順) 料 入館料(小中学生100円)が必要 申 前日までに右の二次元コードからオンライン申請、または電話で同館へ 
伊勢古市参宮街道資料館 (☎22-8410) 入館無料 月曜日(祝日の場合は翌日)と祝日の翌日(日曜日は除く)は休館 	●伊勢^{しゅんげい}春慶とは? 参加賞あり ~職人技を見学しよう~ 伊勢春慶の製作工程の一部を公開! 漆塗り職人の伝統の技を間近で見学できます。	時 7月31日(金)、10:00~11:00 対 小中学生(保護者も可) 申 前日までに右の二次元コードからオンライン申請、または電話で同館へ 
山田奉行所記念館 (☎36-8833) 入館無料 火曜日は休館(祝日の場合は翌日) 	●特別展「伊勢の路面電車展」 伊勢の人々の往來を支えた山田奉行所。その「歴史」に続き発展した、路面電車の軌跡を展示します。	時 7月29日(水)~8月19日(水) 対 小中学生(保護者も可) 申 事前申込不要
	●キッズフェア 参加賞あり 「お木^き曳を支えた山田奉行所」 お木曳車の模型製作と、伊勢神宮と山田奉行所の関わりについてお話しします。	時 8月2日(日)、①13:00~ ②14:30~ 対 小中学生(小学校低学年は保護者同伴) 定 各10人(先着順) 料 200円(材料費) 申 前日までに電話で同館へ
	●こども茶会 参加賞あり 山田奉行所記念館のお茶室で、お抹茶とお菓子をいただきます。	時 8月19日(水)、①13:00~ ②14:00~ 対 小中学生(保護者も可) 定 各13人(先着順) 料 500円 持 靴下(できれば白色) 申 8月6日(木)までに電話で同館へ

夏休み特別企画

認知症キッズサポーター☆養成講座

福祉総合支援センターよりそい(☎21-5611)

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」のことです。高齢者や認知症についてのお話、認知症の人への関わり方などを分かりやすくお伝えします。高齢者や認知症に関するおすすめの本の紹介もあります。講座の受講者には、修了証をお渡しします。夏休みの課題にも取り入れられる内容です。ぜひ参加してください。

とき 8月16日(日)、10:00~11:00

ところ 伊勢図書館

対象 市内在住の小学4~6年生

講師 山川伸隆さん(いせ山川クリニック院長)

定員 15人程度(先着順) ※保護者の人も参加できます。

申し込み 7月16日(木)から二次元コードよりオンライン申請、または電話・ファクス(☎63-5420)でよりそいへ



伊勢志摩総合地方卸売市場

親子見学会

伊勢志摩総合地方卸売市場(☎37-5050)

伊勢志摩地方の台所である早朝の市場を探索し、普段は見ることのない「青果の競り」や「マグロの解体」などの見学会を開催します。



とき 8月7日(金)・21日(金)、6:30~9:00

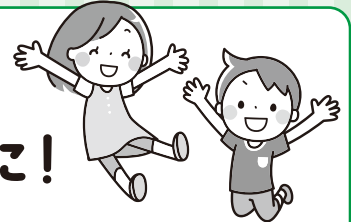
対象 小学生とその保護者

定員 各60人(保護者含む1組4人まで・先着順)

申し込み 7月21日(火)・10:00から電話で同市場へ(受け付け時間は10:00~15:00)

家庭と地域の力で

子どもが生き生き輝く夏休みに!



子どもたちが楽しみにしている夏休みが始まります。安全で有意義な夏休みになるよう、家庭や地域の大人が連携して、しっかりサポートしましょう。

学校教育課(☎22-7881)

✔ ちょっとした変化や心のサインを見逃さずに

スマートフォンなどの普及で、子どもたちを取り巻く環境は大きく変化しています。使い方や使う時間などを家族で相談し、ルールを決めておきましょう。



また、子どもたちの様子に気を配り、ちょっとした変化や心のサインを見逃さないようにしましょう。子どもたちが危険な目に遭わず、安心して過ごせるよう、地域ぐるみで見守りましょう。

✔ 事故に巻き込まれないために

長期の休みでは、子どもたちの行動範囲が広がる傾向にあり、自転車事故などが起こることが心配されます。ヘルメットの着用や、停止線での一時停止など、自転車走行に関する交通ルールを守ることを、子どもと一緒に確認しましょう。



また、水遊びでの事故も心配されます。遊泳禁止区域では絶対に泳がないようにし、水の事故が起こらないように注意喚起しましょう。

✔ 健康で生き生きとした生活を

長期の休みという解放感から、子どもたちの生活は不規則になりがちです。

食事や睡眠時間、スマートフォンなどの使用時間など生活の様子を把握し、楽しい中でも規則正しい生活を大切に、子どもたちが健康で生き生きと過ごせるようにサポートしましょう。



✔ 夏休みならではの学習を

読書や趣味、スポーツに取り組むことや、芸術に触れること、野外での自然体験、ボランティア活動や地域の行事に参加することも、子どもたちの個性を伸ばすうえで貴重な経験であり、温かい人間関係を築くことにつながります。

夏休みは、子どもたちが自らさまざまなことを学ぶ絶好の機会です。子どもたちの心と体が健やかに成長する夏休みになるようサポートしましょう。



みんなで防ごう!

障がい者・高齢者虐待

福祉総合支援センターよりそい
(TEL) 21-5583 (FAX) 63-5420

障がい者や高齢者の尊厳^{そんげん}を守り、誰もが地域で安心して暮らせるまちづくりを進めるためには、「虐待」について一人一人の正しい理解と気づきが大切です。

一人で頑張りすぎていませんか

虐待の主な原因に「介護疲れ・ストレス」があります。一人で頑張りすぎず、福祉・介護サービスや相談窓口を活用して、負担を減らすことが大切です。

サインを見逃さず、地域でできること

虐待を受けていてもSOSを出せない人がいます。訴えがない場合でも、周囲が小さなサインを見逃さないことが大切です。異変を感じたら声をかけましょう。

声かけ 日常的にあいさつをし、ご近所づきあいをしましょう。

相談 本人が「困っていない」「関わってほしくない」などという場合でも、放っておくと健康や安全が脅かされる状態になる人がいます。異変を感じたら、窓口へ相談をしてください。



「虐待かな?」と感じたら通報を!

障がい者や高齢者への虐待に気づいた人は、通報する義務があります。

通報が虐待を受けている人を守り、虐待をしている人たちを救うことにもつながります。なお、通報した人の情報は守られます。

※生命の危険があるなど緊急性が高い場合は、警察(110番)または救急(119番)へ通報してください。

●障がい者虐待の相談・通報窓口

基幹相談支援センター (TEL) 63-5944 (FAX) 63-5420

地域相談支援センター (TEL) 21-1130 (FAX) 27-2412

※受け付けは、月～金曜日(祝日・振替休日・年末年始を除く)、8:30～17:15(平日夜間・休日・祝日は市役所守衛室(TEL) 23-1111))



このような行為は虐待に該当します

◆身体的虐待

つねる・蹴る・無理やり食事を口に入れる・部屋に閉じ込めるなどの拘束 など

◆介護・世話の放棄・放任

入浴させず体が汚れている・食事を与えない・徘徊^{はいかい}や病気の状態を放置する など

◆心理的虐待

怒鳴る・悪口を言う・子どものように接する・話しかけているのに意図的に無視する など

◆性的虐待

下(上)半身を裸にする・下着のまま放置する・わいせつな行為をする(させる) など

◆経済的虐待

日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない・財産や年金を無断で使用する など

※「市町村・都道府県における障害者虐待の防止と対応の手引き」(令和6年7月厚生労働省 社会・援護局)・「市町村・都道府県における高齢者虐待への対応と養護者支援について」(令和8年3月厚生労働省 老健局)を基に作成

●高齢者虐待の相談・通報窓口

福祉総合支援センターよりそい (TEL) 21-5583 (FAX) 63-5420

東地域包括支援センター (TEL) 44-1165 (FAX) 43-4427

五十鈴地域包括支援センター (TEL) 20-5500 (FAX) 23-0101

北地域包括支援センター (TEL) 65-5070 (FAX) 65-5075

中部地域包括支援センター (TEL) 27-2424 (FAX) 27-2412

南地域包括支援センター (TEL) 21-0080 (FAX) 22-6070

西地域包括支援センター (TEL) 20-5055 (FAX) 27-0570

※受け付けは、月～金曜日(祝日・振替休日・年末年始を除く)、8:30～17:15(福祉総合支援センターよりそいは月曜日のみ19:00まで)

生徒募集

伊勢地区医師会 准看護学校

本年度が
最後の募集です!
ラストチャンス!

- 幅広い年代が在籍(10代～60代)
- 正看護師への道も開ける
- 【過去10年実績】
- 准看護師資格試験合格率 100%
- 就職率 100%



働きながら2年間で資格が取れる県内唯一の学校!

8月3日(月)オープンキャンパス(13:30～15:30頃) 詳細はHPをごらんください。

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

伊勢市勢田町613-12
Tel. (0596) 24-8228

有料
広告

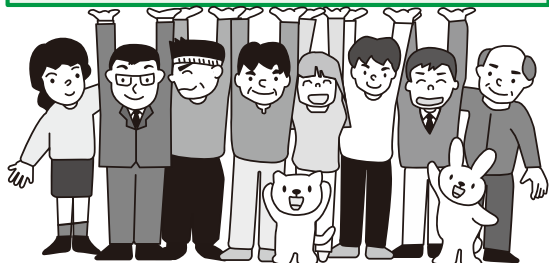


いせぼれんだより

No.101

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(☎63-6370)〕

伊勢市ボランティア連絡協議会



令和8年度 事業計画

- ボランティアまつり 7月26日(日)
- 伊勢まつりへの参加 10月10日(土)・11日(日)
- 福祉の店 火～土曜日(10:00～14:30)
(祝日は休み)
- 福祉の店 感謝祭 12月19日(土)
- 伊勢市駅前案内ボランティア 土・日曜日(10:00～11:00)
- 学習支援・お弁当づくりへの協力 月2回
- ほっと料理教室への協力
- 黄色いレシート店頭活動(イオン伊勢店) 毎月11日
- 会員新年交流会 令和9年1月11日(祝)
- チャリティ映画会 令和9年3月21日(日)
- 健康維持講座(はつらつ健康体操・音読・郷土料理)
- 会員研修会
- 防災研修会
- いせぼれんだより発行 年4回
- 学生・高齢者等支援活動
- リサイクル活動(古切手・アルミ缶など) 毎月
- リサイクル活動(資源回収) 常時(日曜日を除く)

ボランティアまつり2026

テーマ 元気・やる気・たすけ愛

毎年恒例のボランティアまつりを開催します。

「元気・やる気・たすけ愛」をテーマに取り組み、大勢の皆さんに楽しんでいただきたいと思います。福祉の店、ひまわりカフェ、模擬店、ふれあいレストラン(うどん)、障がい者支援施設で作られた小物や手芸など、バザー、フリーマーケット、野菜、花苗、パンなどの販売を行います。また、ふくしなんでも相談、ボランティア体験・紹介・相談コーナーも開催しますので、大勢の皆さんの来場をお待ちしています。

と き：7月26日(日)、10:00～15:00

(販売は10:30～、バザー会場は11:20～)

ところ：伊勢市社会福祉協議会 福祉センター

ごあいさつ

式年遷宮に向けたお木曳が始まり、週末の伊勢の街は「エンヤ・エンヤ」の声に包まれています。

日頃のご支援、ご協力に厚く御礼を申し上げます。4月から開催している「郷土料理教室」、「はつらつ健康体操」、「音読講座」などは、皆さんに楽しみながら受講いただいております。終了後は地域でボランティア活動として輪を広げていただくことを願っています。今年度もボランティアまつりの開催が近くなりました。体験コーナーなども準備しておりますので、ぜひお越しください。

伊勢市ボランティア連絡協議会 会長 泰道 詞子

健康維持講座実施中！



●はつらつ健康体操

楽しく心地よい汗をかきながら、みんなで元気いっぱい、体を動かしています。

【実施日時】8月18日、9月15日
10:00～12:00



●郷土料理教室

てこね寿司、いばらまんじゅうなどを作り、今後はあいませ、お魚を使ったお寿司づくりなどを計画しています。

【実施日時】7月7日、8月4日、9月1日 10:00～12:00



●音読講座

発声練習、アクセントや滑舌トレーニングの基本を学びます。脳を活性化して若返りを!!

【実施日時】7月9日、8月13日、9月10日 10:00～12:00

資源回収にご協力を

段ボール

書き損じ
はがき

アルミ缶

新聞紙

古切手



と き：偶数月の第3土曜日 9:30まで

ところ：福祉センター 裏玄関付近

★ **健康テラスで 毎月の健康チェック**

健康テラスでは、ベジチェックや握力計、体組成計、脳年齢計で健康チェックができます。また、6月からは新たに塩分・栄養診断を設置しています。

8月の健康の日はAGEs(糖化指数)とツイックアーム(俊敏性チェック)を追加します。自分の健康状態を「見える化」し、健康づくりに役立てましょう。

とき 8月11日祝、9時～12時

★ **親子で楽しむ! 夏野菜クッキング**

「健康の日」における啓発事業

とき 8月11日祝、10時～13時

ところ 小俣保健センター・2階調理室

対象 市内在住の小学5・6年生とその保護者

※保護者1人につき小学生は2人までです。

内容 夏野菜を使った調理実

みんな笑顔 伊勢の元気人

健康づくり通信

11日は健康の日

申し込み

健康づくり通信内の申し込みは、下の二次元コードからオンライン申請、または電話・ファックスで健康課へ

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

申し込み・問い合わせ (8時30分～17時15分)

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



献血にご協力を!!

～あなたの献血が 誰かの一生につながる～

輸血用血液は、人工的に作ることも、長期間保存することもできません。輸血を必要としている人を助けるためには、皆さんの協力が必要です。特に夏季は献血協力者が少なくなりやすいため、7・8月を「愛の血液 助け合い運動」推進月間としています。皆さんのご協力をお願いします。

※対象年齢など詳しくはハートワンへ問い合わせてください。

伊勢献血ルーム「ハートワン」 TEL 0120-25-7821

〒516-0008 船江1丁目471-1
ショッピングセンター「ミタス伊勢」内

【受付時間】 全血献血 9:30～12:15、13:30～17:00
成分献血 9:30～11:30、13:30～16:30

【休 日】 水曜日、年末年始

習、野菜についての話

定員 15人(先着順)

参加費 250円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭き用タオル、飲み物

※食物アレルギーへの個別対応はできません。

日本脳炎定期予防接種

日本脳炎ウイルスは蚊が媒介する病気です。感染しても症状が現れないことがほとんどですが、発症した場合は20～40%が死に至る病気です。ワクチンを接種することで日本脳炎にかかる確率を75%減らすことができます。

接種の対象年齢など詳しくは、市のホームページまたは「広報いせ」5月1日号・12ページをご覧ください。

接種対象の人は予防接種をぜひ受けてください。日本脳炎の予防接種は、1期(3回)と2期(1回)の全4回の接種が必要です。




洗練されたお洒落を楽しむ
セレクトショップ

BOUTIQUE 1/4

おかげさまで**50周年**

伊勢市駅前・外宮参道沿
伊勢市本町18-22 1/4ビル1F・2F TEL. 0596 (22) 1014


50th Anniversary SALE 開催中



暁の星こども園
TEL 22-0689

入園説明会 7月25日(土)
9:45～受付 10:00開始
事前に電話でお申し込みください

※詳細はHPをご覧ください



有料広告

9月1日(火)から

福祉医療費助成制度の受給資格証を更新します

福祉医療費助成制度は、障がいのある人や一人親家庭、一定の年齢までの子どもなどの医療費を助成する制度です。現在の受給資格証は8月31日(月)まで有効です。9月1日(火)からは新しい受給資格証をお使いください。

医療保険課(TEL 21-5554)

●新しい受給資格証を8月下旬に送付

受給資格証は、受給資格者本人や保護者、扶養義務者などの前年(令和7年1～12月中)の所得を基準にして更新します。所得制限限度額未満の人には、8月下旬に新しい受給資格証を送付します。(限度額以上の人は受給資格がなくなるため、資格喪失通知を送付します。)

※子ども医療費助成制度の所得制限はありません。(所得確認のみ行います。)

※一人親家庭等医療費の受給資格者のうち児童扶養手当受給者で、子育て応援課(TEL 21-5713)へ現況届を提出していない人は、資格更新ができません。

※障害者医療費の受給資格者のうち後期高齢者医療制度に加入している人は、受給資格証はありません。

●助成対象となった時は申請を

令和7年度所得が限度額未満となった人や、助成対象者で未認定の人は、同課または3総合支所生活福祉課へ申請してください。

自動認定されませんので、必ず申請が必要です。

申請受付開始日 7月15日(火)

※申請に必要なものや福祉医療費助成制度の対象者など詳しくは、市のホームページを確認するか、同課へ問い合わせてください。



市ホームページ



学校などで負傷した場合の医療費助成

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度の給付を受ける場合は、助成の対象外ですので、受給資格証を提示しないでください。

受給資格証を提示して助成を受けた場合、後日助成額を返金していただくことがあります。

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。**

7月 みそか寄席

おかげ横丁「おみやげや(総合案内)」(TEL 23-8838)

時 7月31日(金)、16:00～(第1部)・19:00～(第2部) 所 おかげ横丁「すし久」(宇治中之切町20) 内 [第1・2部とも] 桂文我などが出演する落語会。歴史の趣きを感じる建物で非日常感を味わいながら、笑いのひとときをお楽しみください 料 3,000円(前売り2,500円) 前売り券の販売 おかげ横丁「おみやげや(総合案内)」または、おかげ横丁のホームページの予約サイト、チケットぴあにて販売

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。**

小学生合唱入団募集

いすゞウキウキクラブ・阿竹さん(TEL 090-4857-9170)

楽しく、分かりやすく丁寧な指導で河俣和子先生と5名のスタッフが常時皆さんをサポートします。芸能祭、ウインターフェスティバルなどの発表の場にも出演予定です。時 毎月第1・3土曜日、13:00～15:00 所 五十鈴中学校 多目的ホール 対 市内在住の小学生 料 6,000円(年会費)

広島・長崎原爆写真&高校生絵展

新日本婦人の会 伊勢支部(TEL 24-6913)

時 7月24日(金)～27日(月)、9:00～19:00(27日は15:00まで) 所 伊勢図書館・2階 展示ホール 内 原子爆弾による被害の惨状を伝えるための写真と広島の高中生が被爆者から直に生々しい体験談を聞き描いた「原爆の絵」の展示 申 不要

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15日号→7月31日(金) 10月1日号→8月14日(金)

オリジナル花押を作ろう!

皇學館大学 佐川記念神道博物館 (TEL 22-6471)

時 7月25日(土)、①10:00～11:30②13:30～15:00 所 皇學館大学 佐川記念神道博物館 対 小学生以上の人(小学生は保護者同伴) 内 凶案化されたサインである花押について学びながら、自分だけのオリジナル花押を作成して、消しゴムハンコを作ってみましょう! 定 各回30人(申し込み多数の場合は抽選) 申 7月20日(木)までに同館のホームページからオンライン申請

介護入門オンライン研修

社会福祉法人三重県社会福祉協議会 (TEL 059-227-5160)

介護の基礎をオンラインで学びませんか。時 7月24日(金)・9:30～16:00、28日(火)・10:30～15:00、31日(金)・9:30～16:00、8月4日(火)・10:00～15:00、7日(金)・10:00～15:00 対 県内在住の介護職未経験者で介護の仕事に関心がある人 内 介護保険制度や基本的な介護の方法、認知症や老化などについての計21時間の研修 申 7月20日(木)までに電話で同会へ

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



募集

いせ市民活動センターの指定管理者を募集

市民交流課 (☎21-5549)

対象施設 いせ市民活動センター

対象期間 令和9年4月1日
～令和12年3月31日(3年間)
申し込み 8月3日(月)～8月21日(金)に、申請書を直接同課へ

※募集要項・申請書は、7月23日(木)正午まで同課で配布、および市のホームページに掲載しています。



手話普及啓発ポスターを募集

高齢・障がい福祉課 (☎21-5558)

「手話は言語である」という認識を次世代へつないでいくため、手話でコミュニケーション

ヨンができる社会をイメージしたポスターを募集します。
対象 市内在住または通学している小中学生

規格 四つ切り画用紙(38cm×54cm・縦横自由)、描画材料は自由、手話普及に関する標語を入れた作品、自作・未発表のもの

応募方法 9月18日(金)までに、各学校または同課へ
※応募は1人1作品です。

バスのポスターを募集

交通政策課 (☎21-5563)

おかげバスや路線バスをもっと利用してもらえるように、まちを走るバスを描いたポスターを募集します。

対象 市内在住または通学している小学生

規格 四つ切り画用紙(38cm×54cm・縦横自由)、着色画材は自由、自作・未発表のもの

応募方法 9月4日(金)までに、作品裏面に応募票(各学校に配布・市のホームページに

掲載)を貼り、各学校(市外小学校に通学している人は同課)へ



明るい選挙啓発ポスターを募集

選挙管理委員会事務局 (☎21-5635)

明るい選挙を呼びかける印象的なポスターを募集します。
対象 市内在住または通学している小中学生

規格 四つ切り画用紙(38cm×54cm・縦横自由)または八つ切り画用紙(27cm×38cm・縦横自由)、着色画材は自由、自作・未発表のもの

応募方法 9月11日(金)までに、各学校(市外の学校に通学している人は同事務局(御園総合支所・2階)へ
※応募は1人1作品です。



伊勢市 景観絵画コンクール

都市計画課 (☎21-5591)

景観に親しみをもち、大切に気付き、新たに発見してもらうことを目的として、市

内の好きな景観の絵画を募集します。

対象 市内在住または通学している小学生

テーマ 「わたしの好きな伊勢市の景観」：伊勢市内のまちなみ・昔ながらの建物・自然風景など

規格 四つ切り画用紙(38cm×54cm・縦横自由)、着色画材は自由(切り絵・貼り絵は不可)、自作・未発表のもの

応募方法 9月4日(金)までに、作品裏面に応募票(各学校に配布・市ホームページに掲載)を貼り、各学校(市外の小学校に通学している人は同課)へ
※応募は1人1作品です。
※必ず市のホームページに掲載の募集要領を確認してください。



伊勢市 わがまち写真コンクール

都市計画課 (☎21-5591)

景観に親しみをもち、大切に気付き、新たに発見してもらうことを目的として、市内の好きな景観の写真を募集します。

対象 市内在住または通勤・

通学している中学生以上の人
テーマ 「わたしの好きな伊勢市の景観」

規格 縦横自由、カラー・モノクロ自由、自作・未発表のもの、ファイル形式はJPEG形式、プリント写真は四つ切りサイズ(25.4cm×30.5cm)またはワイド四つ切り(25.4cm×36.5cm)またはA4(21.0cm×29.7cm)、1千万画素数以上

応募方法 9月4日(金)までに、左の二次元コードからオンライン申請、またはCD-R・プリント写真を応募票とともに直接または郵送(〒516-8601 岩淵1丁目7-29)、もしくは応募票を添付しEメール(toshikei@city.ise.mie.jp)と同課へ
※応募は1人3作品までです。
※必ず市のホームページに掲載の募集要領を確認してください。



オンライン申請



市ホームページ

2026 ISE COLLECTION 第72回伊勢市美術 展覧会の作品募集

シンフォニアテクノロジ
響ホール伊勢(☎28-5105)

10月20日(火)から開催する伊勢市美術展覧会の作品を募集します。

募集期間 9月1日(火)・9時

〜30日(水)、17時

対象 平成23年4月1日以前生まれで、次のいずれかに該当する人

- ・伊勢市・鳥羽市・志摩市・明和町・度会郡在住または通勤・通学している
- ・伊勢市内にある文化団体に加入している

募集部門

- ・絵画…岩彩・油彩・水彩・版画などの平面的な作品
- ・書…漢字・かな・てん刻などの作品
- ・写真…単写真・組み写真
- ・彫刻…床または台の上に置いて鑑賞する立体的な作品
- ・工芸…陶芸・漆芸・金工・木竹工・染織・紙工芸など
- ・グラフィックデザイン…手書き・エアブラシ・CGなど

出品料 1部門につき1000円(平成20年4月2日以降

生まれの人は無料)

※作品は創作で、自作・未発表のものに限りません。規格は募集要項で確認してください。

※出品は各部門1人1作品です。※募集要項と出品申込書は、7月16日(内)以降、同館、文化政策課、3総合支所生活福祉課、9支所、いせトピアで配布します。なお、前回の出品者には郵送します。

非核・平和空襲展

平和の川柳を募集

非核・平和第47回空襲展実行委員会事務局(☎25-1697〔伊勢地区労継承センター内〕) 人権政策課(☎21-5545)

平和の尊さ、平和を願う思い、戦争の悲惨さなどを詠んだ川柳を募集します。

規格 自作・未発表のもので、1人1作品

※人工知能(生成AIなど)による作品は不可。

応募方法 8月7日(金)必着まで、住所・氏名・年齢・連絡先・川柳作品を、はがき

またはファクス・Eメールで 同事務局(T516-0003 5 勢田町613-13 伊勢地区労継承センター内、☎25-1697、✉tkurou@bronze.ocn.ne.jp)へ

展示 8月22日(土)・23日(日)

ハートプラザみそので開催する「非核・平和第47回空襲展」にて展示



伊勢志摩課題解決実践

皇學館大学 地域課題学修支援室 (☎22-8542)

働きながら無理なく学べる社会人向け履修証明プログラムを開講します。地域課題の発見から解決策の提案・実行まで、専門教員の伴走と仲間とのネットワーキングを通じて実践的に学べます。

プログラムの特徴

- ・基礎から実践へ…オンラインで基礎を学び、現場実践へ段階的にステップアップ
- ・専門家の伴走…地域づくりに精通した教員が、受講者の活動に寄り添い直接サポート

課題解決のためのネットワーキングづくり…地域の枠を超えて、志を同じくする仲間とつながり、新たな視点を獲得

対象 地域課題の解決や、まちづくりに意欲のある人

開講時期 令和8年秋
申し込み 8月3日(月)〜25日(火)

※受講料や申込方法など詳しくは、同大学のホームページを確認してください。



伊勢市

外国人防災リーダー育成研修

公益財団法人三重県国際交流財団(☎059-223-5006)

災害の知識を学び、発災時に外国人住民に情報を伝えたり、防災を広める活動に協力する「外国人防災リーダー」になりませんか。語学力を生かし、災害に備えて、一緒に活動しましょう。

とき 第1回…8月23日(日)・13時30分〜16時、第2回…9月12日(土)・13時30分〜16時(全2回)

ところ 市防災センター(倉田山公園内)

対象 市内在住・通勤の外国人住民(日本語と外国語ができる人)、災害時の外国人支援に関心のある人や外国人住民と関わりのある人(国籍問わず)

内容 第1回…外国人防災リーダーとは・災害についての基礎知識、第2回…備蓄倉庫見学・防災体験学習

定員 20人程度(先着順)
申し込み 8月17日(月)までに、下の二次元コードからオンライン申請または電話・メールで同財団(☎mief@mief.or.jp)へ



下水道排水設備工事責任技術者試験

公益財団法人三重県下水道公社(☎0598-53-2331)

とき 11月26日(木)、13時〜
ところ 三重県総合文化センター(津市一身田上津部田1234)

料金 8000円
申し込み 8月3日(月)〜9月7日(月)(当日消印有効)に受験申込書類を直接または郵送(簡易書留)で同公社(T515-0104 松阪市高須町3922)へ

※受験申込書類は、同公社のホームページ(☎https://www.riekousha.or.jp)に掲載しています。また、郵送での取り寄せもできます。



催し物

尾崎号堂記念館前期企画展

号堂この人を知ろう

〜尾崎行雄の生涯を

分かりやすく〜

尾崎号堂記念館(☎22-3198)

伊勢が育てた偉大な政治家
尾崎行雄。

今回の企画展では、尾崎の生涯をより多くの人に知ってもらうため、小学校高学年を対象としたクイズなども取り入れて分かりやすく展示します。

とき 7月22日(水)〜8月30日

(日)、9時〜16時30分

※月曜日(祝日の場合は翌日)は休館です。

ところ 尾崎号堂記念館・展示室情報コーナー

料金 大人：1000円(小学生の学習に付き添いの大人は無料)

※期間中、市内在住の人は無料で入館できます。利用方法など詳しくは、本号の表紙下部を確認してください。

第23回伊勢の夜祭

伊勢銀座新道商店街振興組合

(☎28-5668)

とき 7月25日(土)、16時〜21時

ところ しんみち商店街周辺、一之木中央公園

内容 しんみち縁日、大世古町によるイベントコーナー、ビンゴ大会、物産展、屋台村、ライブ、太鼓演奏、子ども木遣り、各団体によるダンスの披露など

※内容は変更になる場合があります。

二見サマーフェスティバル

伊勢市観光協会(☎28-3705)

とき 8月8日(土)、10時〜16時

※雨天の場合は8月9日(日)に順延

ところ 二見浦海水浴場

内容 ヨガ(要予約)、ビーチサンダル飛ばし、宝まき、フライングディスク大会(就学前の子ども(3歳児以上)、キッチンカーなど)

申し込み ヨガの予約は、7月1日

(水)から下の二次元コードよりオンライン申請



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

(☎23-6565)

七夕の星座や天の川、月を望遠鏡で観察します。星座盤や望遠鏡を持参した人には使い方も説明します。

とき 7月20日(祝)、19時30分〜20時30分

※受け付けは19時から事務所で行います。

※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・管理事務所前

定員 40人(先着順)

申し込み 7月4日(土)から、直接向事務所へ

※小学生以下は保護者が同伴してください。

ハーブの魅力大発見!

シンフォニアテクノロジ

響ホール伊勢(☎28-5105)

ハーブの魅力を発見する楽しい時間をお届けします。

とき 9月22日(水)、14時〜(開場は13時30分)

ところ シンフォニアテクノロジ・響ホール伊勢・大ホール舞台上

ル舞台上

内容 トークとハーブ演奏を、舞台上で楽しめる特別な空間。楽器演奏体験も実施します

出演 速海ちひろさん(ハーブ奏者・伊勢市出身)

定員 70人(先着順)

※楽器演奏体験は4人(チケット購入時に申し込み・先着順)

料金 一般1000円、大学生以下500円

申し込み 7月20日(祝)・10時〜窓口または電話で同館へ

※詳しくは同館のホームページをご覧ください。

かんぶん& 夏祭り! みんなの広場2026

明倫地区まちづくり協議会

シンフォニアテクノロジ

響ホール伊勢(☎28-5105)

とき 8月8日(土)、15時〜18時

ところ シンフォニアテクノロジ・響ホール伊勢・大ホールほか

内容 【ロビー】くじ引き、バザー、お絵描きコーナー、防災コーナーほか 【外広場】展示室【かき氷、ポップコーン、軽食販売、ミニSL乗車コーナーほか 【大ホール】かんぶんワクワクステージ(15時30分

ワクワクステージ(15時30分

お知らせ

御園こども広場

「伊勢おもちゃ病院」開院!

御園こども広場(☎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ます。壊れたおもちゃを持ってきてください。

とき 7月25日(土)、10時〜16時

※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

※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。

申し込み 不要

伊勢市平和の礎(慰霊碑)を開放

福祉総務課(☎21-5557)

平和の礎は、日清・日露の大戦から太平洋戦争に至る旧伊勢市戦争犠牲者4052柱の御霊を合祀し、慰霊と恒久平和を祈念する施設です。終戦記念日と秋分の日に合わせて施設内部まで開放します。

とき 8月1日(出)〜15日(出)・9月20日(出)〜26日(出)、8時〜17時

※気象警報が発令された場合は中止することがあります。

ところ やすらぎ公園内(旭町444-15)

東地域包括支援センターの移転

福祉総合支援センターより(☎21-5583)

7月21日(火)から、高齢者の暮らしを支える総合窓口である東地域包括支援センターが移転します。

移転先・問い合わせ 二見総合支所・2階(二見町茶屋420-1、☎44-1165、FAX4314427)

事業承継お悩み相談

三重県事業承継・引継ぎ支援センター(☎059-253-3154)

事業承継に悩んでいるすべての中小企業を、全力でサポートします。「事業承継の進め方が分からない」「後継者がいない」「事業を譲りたい」など、あらゆる問題を気軽に相談してください。

詳しくは、下の二次元コードから確認してください。



伊勢市高齢者ガイドブックを発行

高齢・障がい福祉課(☎21-5559)

各種サービスや、身近な相談窓口などの案内・防災・終活などの情報を掲載しています。

配布場所 高齢・障がい福祉課、福祉総合支援センターより(☎21-5559) 3総合支所、9支所、地域包括支援センター、社会福祉協議会福祉センター、伊勢図書館

文字でコミュニケーション 要約筆記通訳者派遣

高齢・障がい福祉課(☎21-5558)

「病院での診察で医師の説明が聞こえない」「就職の面接時に聞こえの保障が欲しい」など、聞こえでお困りのことはありませんか。

市に登録している要約筆記通訳者を、無料で派遣できます。要約筆記通訳者を介してコミュニケーションをとることもできますので、気軽に派遣の相談をしてください。

対象 聴覚障がいの身体障害者手帳を持っている人
申し込み 同課へ
※ファクスでも相談できます。(FAX 20-8555)

第21回全国手話検定試験 受験料を半額補助

高齢・障がい福祉課(☎21-5558)

市では、手話を学ぶ皆さんの学習の励みとなり、地域の若者との交流や仕事などへの活用を期待し、全国手話検定の受験料の半額を補助します。

全国手話検定は、「手話の知識」に加えて、面接委員と手話で会話することにより、「ろう者と手話でどの程度コミュニケーションができるのか」を評価認定しています。
対象 市内在住で、全国手話検定試験について他の補助金などの交付を受けていない人
補助額 受験料の半額

手話を覚えてみよう!

高齢・障がい福祉課(☎21-5558)

【一緒に】



指先を前に向けた両手人差し指を左右から引き寄せてつけます。指を合わせたまま斜めに動かせば「一緒に行こう」の意味になります。

※手話表現の一例を紹介しています。



市のホームページで手話動画を見ることができます。

みんなで手話 伊勢市 検索



有料広告

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!
医療法人 **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/>

申し込み 受験結果が届き次第速やかに、全国手話検定試験の結果通知書(写し)を持参し、同課へ
※インターネット受験をした人は、「同意書」と全国手話検定試験受験票(写し)を同課へ。
※複数受験をする場合は、それぞれの受験料のうち高い額の方を補助します。
※全国手話検定試験の申込方法など詳しくは、社会福祉法人全国手話研修センターのホームページをご覧ください。
全国手話検定試験

家庭で実践



野菜を1日350g(小鉢5皿分)食べよう!



野菜を上手に食べるコツ

コツ1

加熱調理する

加熱することでかさが減り、生野菜に比べてたくさんの量を食べやすくなります。

コツ2

3食しっかりと食べる

食べる量が少なければ、目標量には届きません。欠食せずにしっかりと食べましょう。

コツ3

外食では、定食や具たくさんメニューを

外食は、野菜が少なくなりがちです。野菜が入っているメニューを1品プラスすることを心がけましょう。

コツ4

調理いらずの野菜を食べる

ミニトマトやレタスなど冷蔵庫から取り出して、さっと洗うだけ・ちぎるだけで食べられる野菜を常備しておきましょう。

かぼちゃサラダ



1人分の栄養価

- たんぱく質5.3g
- 脂質6.8g
- 炭水化物14.7g
- 塩分0.5g

エネルギー **139** kcal

材料【2人分】

- かぼちゃ …………… 120g
- 枝豆(さやを除く) …………… 20g
- ベビーチーズ …………… 1個
- アーモンド(食塩不使用) …………… 8粒(8g)
- ヨーグルト …………… 大さじ1
- マヨネーズ(カロリーハーフ) …………… 大さじ1



作り方

- 1 かぼちゃの種を取って皮をむき、1cmの角切りにする。
*先に電子レンジ(600w)で40秒程加熱すると、少し柔らかくなるので切りやすい。耐熱皿に並べ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600w)で2分程(竹串がすっと刺さるまで)加熱しておく。
- 2 枝豆は茹でて、さやから出しておく。ベビーチーズは5mm角に切っておく。アーモンドは、4等分に切っておく。
- 3 全ての材料を合わせて混ぜ、皿に盛り付ける。

伊勢の農産物 かぼちゃ

ホクホクとして甘みのある“えびすかぼちゃ”

かぼちゃの中では主流の西洋かぼちゃの分類に入ります。濃緑色の果皮に黄土色の果肉が特徴です。伊勢の温暖な気候で育ったかぼちゃは、完熟収穫のためホクホク食感で、やさしい甘みがあります。

品 種	えびすかぼちゃ
主な生産地域	市内全域
流通時期	7月中旬～8月上旬
旬	7月ごろ

参考：伊勢市農林水産課「伊勢の食材手帖」

市のホームページで、バックナンバーや「季節の野菜レシピ動画」を見ることができます。



← 低カロリー・バランス食レシピ 伊勢市 検索 🔍

季節の野菜レシピ動画 伊勢市 検索 🔍 →



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！



広報いせに 広告を掲載しませんか??

興味のある人は コチラから →

