

伊勢市とみんなを
つなげる情報紙

令和8年

10月1日号

No.421

伊勢市 / Ise City

特集 令和のお木曳



特集

令和のお木曳

朗々と唄われる木遣りが響く。

一丸となって綱を握り、

歩みを合わせて前へと進む。

笑顔と誇りに満ちた姿は、

つないできた思いの強さを

何よりも物語っていた。

あの日の感動と熱気が、

今もまちに鮮やかに残る。





この熱気は、
網をにぎる手から手へ、
そして未来へとつながる。
高鳴る鼓動を胸に、
もう一度、心が一つになる。
絆と思いはさらに強くなる。
第二次お木曳行事へと向けて



伊勢の民俗行事を次世代に 初穂曳

伊勢神宮奉仕会事務局
(TEL 25-5154)

穂りに感謝

初穂曳は伊勢の町衆がその年に収穫した初穂を、穂りに感謝し神宮に奉曳・奉納する行事です。また、伊勢の民俗行事「お木曳行事」「お白石持行事」を継承することを大きな意義として昭和四十七年から毎年開催しています。

お木曳の年、より賑やかに

伊勢の奉曳文化を継承する「初穂曳」。今回は、第二次お木曳行事をさらに盛り立てようと10月10日(土)の伊勢

初穂曳のぼせ車

とき

10月10日(土)・18時〜20時ごろ

ところ

高柳商店街(尼辻交差点付近)〜伊勢まつりパレード会場〜伊勢市駅前



まつりに初穂曳のぼせ車を出すことになりました。お木曳で活躍する大勢の若手町衆の皆さんが会場を奉曳し、初穂曳へとつながります。

本番の10月15日(木)の外宮領陸曳は計3台の奉曳。それぞれの奉曳車にお初穂が積み飾られます。

10月16日(金)の内宮領川曳は、伝統的に川曳を担う地域が持ち回りで行います。今年は四郷地区が担当。初穂船を曳き五十鈴川をさかのぼります。





※交通規制は行事の進行状況により解除される場合があります

外宮領 陸曳

とき
10月15日(木)・9時30分～15時ごろ

ところ
高柳商店街(今社付近)～外宮

実施団体
伊勢神宮奉仕会

※外宮領全団(町)協力



※川曳経路などは、天候等により予告なく変更になる場合があります。

内宮領 川曳

とき
10月16日(金)・10時～15時ごろ

ところ
五十鈴川浦田橋付近～内宮

実施団体
四郷奉献団 ※内宮領全団(町)協力



第六十三回神宮式年遷宮 第二次お木曳行事 令和のお木曳 開催日程

■ = 陸曳・地元奉曳・特別神領民奉曳 ■ = 陸曳・地元奉曳のみ ■ = 陸曳・特別神領民奉曳のみ ■ = 川曳・地元奉曳のみ

開催日

陸曳 令和9年5月8日(土)～6月12日(土)の金・土・日曜日(計15日間)



令和9年5月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

6月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

川曳 令和9年7月24日(土)～8月1日(日)の土・日曜日(計4日間)



7月・8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
8/1	2	3	4	5	6	7

公式Instagram



公式ホームページ
令和のお木曳



伊勢御遷宮委員会



市長室から



伊勢市長
鈴木 健一

明倫商店街で発生した火災について

8月31日、宇治山田駅前にある明倫商店街で火災が発生しました。消防による懸命な消火活動により同日19時35分に鎮圧され、その後も消火活動と安全確認が続けられ、9月2日11時に鎮火しました。

今回の火災では、多数の住宅や店舗などに甚大な被害が及びました。一方、住民の皆様や商店街で働いていた皆様などに、死者・負傷者はありませんでした。地域の方々のご協力による迅速な避難行動と、消防・警察をはじめ関係機関の皆様のご尽力に、心より感謝申し上げます。

市では災害対策本部を設置し、避難所の開設、給水、相談窓口の設置など、被災された皆様への支援を進めてきました。また、

多くの企業の方々から、食料や生活物資、無料宿泊場所の提供など、温かいご支援をいただいています。

9月4日からは「伊勢市明倫商店街火災義援金」の受け付けを開始しました。指定口座への振り込みのほか、市役所や市内公共施設、協賛企業・店舗などに設置する義援金箱でも受け付けています。お寄せいただいた義援金は、被災された方々に直接お届けし、生活支援・再建のために活用いただきます。

また、ふるさと納税ポータルサイトにおいて、市が行う被災者の生活再建にかかる事業などへの寄附金募集も開始しました。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

※義援金および寄附金については、個人・企業の方の寄附控除の対象となります。

歴史ある明倫商店街は、市民の皆様の暮らしや思い出が詰まった大切な場所です。被災された皆様に寄り添い、一日も早い生活と地域の再建に向け、市として全力で取り組んでまいります。



illustration by tupera tupera

2026 ISE COLLECTION

伊勢市芸術祭 ～さまざまな舞台芸能に出逢える～

伊勢市文化協会 (TEL22-1640)
文化政策課 (TEL22-7885)

第69回 伊勢市民芸能祭

舞台芸術の祭典「伊勢市民芸能祭」を開催します。
市民芸能祭は、芸術分野の振興を図るため、舞台芸術の発表の場や、伊勢の舞台芸術を身近に鑑賞できる場となっています。ぜひお越しください。

スケジュール

開演時間は目安です。(開場は開演30分前)

とき	部門	ところ
10月4日(日) 13:30～15:35	邦楽 (民謡・大正琴・尺八・箏曲など)	いせトピア
10月18日(日) 13:00～16:00	吟詠剣詩舞	
10月25日(日) 11:00～15:40	能楽	
10月31日(土) 13:00～16:30	合唱	シンフォニア テクノロジー 響ホール伊勢 (観光文化会館)
11月1日(日) 10:00～13:45	器楽 (オカリナ・吹奏楽・フルートなど)	いせトピア
11月8日(日) 13:30～15:50	洋舞②(レクダンスなど) 舞台芸能(マジックなど)	
11月15日(日) 12:30～15:45	洋舞① (バレエ・フラダンスなど)	シンフォニア テクノロジー 響ホール伊勢 (観光文化会館)
11月23日(月・祝) 11:00～15:30	邦舞(日舞・民謡)	



邦楽



吟詠剣詩舞



器楽



能楽



洋舞①



洋舞②



邦舞



合唱



舞台芸能



読む・見る・調べる・学習する “知る” を楽しむ 自分時間

図書館タイム

教育メディア課 (TEL 63-5852)



図書館の トリセツ

読みたい本をご用意します

読みたい本を図書館で探したけど、見つからない！そんなときは、申し込むことで、その読みたい本を(可能な限り)用意します！

1 読みたい本が、貸し出し中になっている！

そんなときは、予約を入れることができます。順番が回ってきたら、ご希望の受取場所です受け取ることができます。



予約は伊勢市立図書館のホームページからでもできますので、ぜひ利用してください。

IDは1から始まる伊勢市図書館利用カードの番号で、初期パスワードはご自身の生年月日8ケタです。
(例)2026年1月15日生まれの場合 ➡ 20260115

2 読みたい本が、伊勢市の図書館にはない！

そんなときは、新しく購入したり、市外の図書館から取り寄せたり(相互貸借)して用意します。

※これから出版される本は、発売日の1カ月前から申し込みできます。



今月の推しBook



永遠の記憶

東野圭吾 / 著
文藝春秋 2026年8月刊

物理学者・湯川学を主人公とした東野圭吾の大人気ミステリー、ガリレオシリーズの最新長編作。

警視庁捜査一課の女性刑事・内海薫が老人に刺されたが、動機が分からない。湯川と警視庁捜査一課の草薙のコンビが、老人の“ある持ち物”を手掛かりに謎に挑む。

東野圭吾さんは、7月23日にご逝去されました。ご冥福をお祈りいたします。

● 詳しくは、伊勢市立図書館のホームページをご覧ください



伊勢図書館



イベント案内



小俣図書館

バリアフリー映画上映会 (上映作品『梅切らぬバカ』)

時 10月11日(日)、14時～15時17分(終了予定) [開場は13時30分] 所 2階・視聴覚室

ファンファンハロウィン!

時 10月18日(日)、14時～ 所 2階・視聴覚室

パネルジャムの元気いっぱいパネルシアター

時 10月12日(祝)、14時30分～ 所 2階・視聴覚室

楽しい朗読会

時 10月4日(日) [伊勢朗読会]・25日(日) [朗読の秋桜会]、11月29日(日) [朗読めばえ]、12月6日(日) [朗読シーンボイス] ※時間はいずれも14時～15時(開場は13時30分) 所 2階・視聴覚室

おはなし会

時 ①10月8日(木) [赤ちゃんおはなし会]・②10日(土) [たんぽぽおはなし会]・③18日(日) [ピッポの会・紙芝居]

※時間はいずれも11時～

所 ①②2階・会議室 ③1階・おはなしのへや

図書館おはなし会&工作

時 10月24日(土)、15時～ 所 2階・会議室

上映会 (上映作品『ふしぎ駄菓子屋銭天堂 5巻 ハンターバターサンド』)

時 10月12日(祝)、15時～ 所 2階・視聴覚室

秋の読書週間関連行事

大人のブックレストラン～おいしい読書～

時 10月10日(土)～11月12日(木) 所 1階・カウンター前

最新情報を
チェック!



伊勢図書館 TEL 21-0077

開館時間 9時～19時
休館日 毎週水曜日、第2金曜日



小俣図書館 TEL 29-3900

開館時間 9時～19時
休館日 毎週火曜日、第2金曜日



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

- 問 健康課(TEL27-2435)**
時 11月9日(月)、10:30~11:30
所 ママ☆ほっとテラス(健康福祉ステーション・6階)
対 市内在住の、おおむね1~4カ月児とお母さん
内 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 5組程度(先着順)
持 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、抱っこひもと説明書(使い方を確認したい人)
申 10月1日(休)・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。



離乳食教室(初期~中期)

お子さんの離乳食を安心して進めていただくために、簡単でおいしい離乳食づくりを栄養士が紹介します。

- 問 健康課(TEL27-2435)**
時 10月16日(金)、10:30~11:30
所 中央保健センター(健康福祉ステーション・5階)
対 市内在住の乳児(生後4~6カ月)の保護者
内 離乳食(初期~中期)の話、試食
定 15人(先着順) **持** 筆記用具
申 10月1日(休)・8:30~15日(休)・12:00に、右の二次元コードからオンライン申請、または電話で健康課へ



ベビー親子ヨガ

親子でスキンシップをとりながら体を動かして楽しい時間を過ごしましょう。

- 問 中央児童センター(TEL27-2422)**
時 10月27日(火)、10:30~11:30
所 中央児童センター(福祉センター・3階)
対 市内在住の生後3カ月以上の乳幼児とその保護者
定 10組程度(先着順) **持** バスタオル、飲み物
講 北川 美和さん(保育士)
申 10月1日(休)・10:00から、直接または電話で同センターへ

パパとママの教室

- 問 健康課(TEL27-2435)**
時 10月26日(月)、①9:00~10:15 ②10:30~11:45
所 ママ☆ほっとテラス(健康福祉ステーション・6階)
対 市内在住の初妊婦とパートナー
内 沐浴体験、妊婦模擬体験、保健師の話 など
定 各4組程度(先着順)
持 母子健康手帳、バスタオル(沐浴体験で人形を拭きます)
申 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。



家庭教育応援講座 伊勢あったか子育て広場

親子のふれあいを通して、絆を深め、子どもの豊かな心を育てましょう。

- 問 社会教育課(TEL22-7886)**
時 右表のとおり
 ※いずれも時間は、10:30~12:00
所 小俣保健センター・1階 機能訓練室
対 市内在住の就園前の子どもとその保護者
内 毎回、親子で工作やヨガなどで楽しく過ごした後、テーマに沿ってグループワークをします
 ※終了後、個別相談ができます。
 ※託児はありません。
定 10組(申し込み多数の場合は抽選)
講 NPO 法人 津家庭教育研究会
申 10月18日(日)までに、右の二次元コードからオンライン申請
 ※抽選の場合、10月19日(月)・14:00から、小俣公民館・1階(小俣総合支所隣)で抽選を行い、その様子を公開します。
 ※抽選結果は、申込者全員にEメールで10月21日(火)にお知らせします。Eメールが届かない場合は、同課へ問い合わせください。



	とき	内容
第1回	11月12日(休)	●運動会 ●子育て講座テーマ「たくさんのお話を伝えよう〜スキンシップ〜」
第2回	12月3日(休)	●親子ふれあいヨガ ●絵本の世界を楽しもう!「五味太郎・まどからおくりもの」 ●クリスマスカード作り ●子育て講座テーマ「ひとりっ子の育て方・きょうだいの育て方」
第3回	令和9年 1月20日(火)	●工作「鬼のお面作り」 ●子育て講座テーマ「こんなときどうする? ①しつけ編」
第4回	令和9年 2月16日(火)	●お雛様の吊るし飾り作り ●子育て講座テーマ「こんなときどうする? ②イヤイヤ編」
第5回	令和9年 3月4日(休)	●親子ふれあいヨガ ●絵本の世界を楽しもう!「三浦太郎・くつついた」 ●ポストカード作り ●子育て講座テーマ「こんなときどうする? ③言葉づかい編」

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)	10月14日(水) ① 9:00～ 10月28日(水) 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)
おしゃべりタイム ※要予約 (妊婦さん・産後ママの交流会)	10月13日(火) ①10:00～11:00 10月20日(火) ②11:00～12:00 10月27日(火)		
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)	10月 6日(火) 9:30～11:00 13:00～14:30	中央保健センター	
	10月13日(火) 9:30～11:00	ハートプラザみその	
	10月20日(火) 9:30～11:00	中央保健センター	
	10月27日(火) 9:30～11:00 13:00～14:30	小俣保健センター	
受け付けは10月1日(木)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)〕	10月26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 (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)
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)

伊勢警察署だより

伊勢警察署 (TEL 20-0110)



夕暮れ時、ちょっと早めのライト・オン運動

10月1日(木)～12月31日(木)に、ライト・オン運動を実施します。

車両運転者には、夕暮れ時または天候に応じた早めのライト点灯、歩行者・自転車運転者には反射材用品などの着用の推進によって、全ての道路利用者の交通安全意識の高揚を図り、夕暮れ時の交通事故を防止します。

「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

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)

来春 令和9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



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

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・ファクスで健康課へ



★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

★乳がん集団検診(10月・12月分)の追加募集

定員数に満たなかった日程の予約を受け付けます。予約は、いつでもできるインターネット予約がおすすです。日程など詳しくはインターネット予約画面を確認するか、健康課へ問い合わせてください。

対象 市内に住所を有する30歳以上の人

※受診できるのは、1年度につき1回のみです。

検診内容 乳がん検診(マンモグラフィ)

料金 1600円(70歳以上の人は無料)

持ち物 バスタオル、衣服を入れる袋、健康手帳(持って

いる人)、乳がん無料クーポン券(持っている人)

予約方法

インターネット予約

右の二次元コードから、市のホームページにアクセスし、必要事項を入力(毎日・24時間)

電話予約

電話で健康課へ(月～金曜日(祝日などの休日・年末年始を除く)8時30分～17時15分)

※ペースメーカーやシリコンが入っている人、妊娠中・妊娠の可能性がある人、母乳が少しでも出ている人は受診を避けてください。

※令和9年1月以降の集団検診は今後の「広報いせ」でお知らせします。

★みんなdeいせし健康体操

とき 10月19日(月)、9時～9時30分・26日(月)、9時～10時

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。26日は、体操のポイントを解説し、体の動きを確認します

持ち物 飲み物、運動ができる服装

申し込み 不要

★シニア健康講座 認知症予防(こころの元気と社会参加編)

みんなで一緒に楽しく脳を活性化！認知症予防に役立つ知識と生活改善のポイントをお伝えします。

とき 10月27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 保健師による話やストレッチ・レクリエーションなど

定員 30人(先着順)

申込開始 10月1日(木)

11月9日～15日は全国糖尿病週間！

日本の成人の約6人に1人が「糖尿病」または「糖尿病予備群」といわれています。

【糖尿病とは】

血液中のブドウ糖(血糖)の量が多い状態が、慢性的に続く病気です。高血糖の状態が続くと血管が傷つき、動脈硬化などが進行し、さまざまな合併症を引き起こします。

糖尿病型判定基準

HbA1c…6.5%以上
空腹時血糖…126mg/dl以上

→ 糖尿病の可能性が高い

糖尿病予防のための3本柱

①食事

- 1日3食、主食・主菜・副菜をバランスよく食べる
- よく噛み、腹八分目にする
- 間食は控えめにする
- お酒は適量にする

②運動

- 定期的に運動する
- 活動量を増やす(家事をして体を動かすなど)

③健診受診

糖尿病は自覚症状なく進行します。1年に1度は健診を受診しましょう。結果を必ず確認し、医師の指示に従いましょう。



～楽しく動いて おいしく食べて 糖尿病を防ぐ体づくり～

糖尿病予防講座

とき ①11月1日(日)、9:30～11:30

②令和9年1月22日(金)、13:30～15:30

ところ 中央保健センター(健康福祉ステーション 5階)

定員 各40人(先着順)

対象 ●糖尿病が心配されるため生活改善が必要な人※1
やその家族

※1 HbA1c5.6～6.4%、または 空腹時血糖100～125mg/dlに該当する人

●糖尿病予防について学びたい人



※手話・要約筆記などが必要な人は、3週間前までに相談してください。

内容 ①血糖が高めだとうなるの？(健康課 保健師)

②運動講座

(栗原 大知(市立伊勢総合病院 理学療法士))

③栄養講座(健康課 管理栄養士)

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 おもてなし料理

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
10月14日(木)	社会福祉協議会 福祉センター	20人	10月6日(木) ・12:00
10月16日(金)	ハートプラザ みその	20人	10月8日(木) ・12:00
10月22日(木)	小俣保健センター	20人	10月14日(木) ・12:00

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

参加費 700円(当日持参)
持ち物 エプロン、三角巾、
マスク、米1/2カップ
申込開始 9月28日(月)

65歳以上の人へ
「10月1日から開始」
「高齢者インフルエンザ
予防接種」と「新型コロナウイルス
感染症予防接種」

高齢者がインフルエンザや新型コロナウイルス感染症にかかると、肺炎などを併発し重症化することがあります。市では予防接種法に基づき、重症化予防を目的として、65歳以上の人を対象に高齢者インフルエンザ予防接種と新型コロナウイルス感染症予防接種を行います。接種を希望する人は、県内の実施医療機関へ直接申し込んでください。※接種は実施期間中に1回です。
実施期間 10月1日(木)～令和9年1月31日(日)
実施場所 県内の実施医療機関
※かかりつけ医へ相談してください。かかりつけ医が無い場合は健康課へ確認してください。



市ホームページ
新型コロナウイルス
予防接種



市ホームページ
インフルエンザ
予防接種

対象 接種日当日に市内に住
民登録があり、次のいずれか
に該当する人

① 65歳以上の人
② 60～64歳で、心臓・腎臓・
呼吸器またはヒト免疫不全
ウイルス(HIV)による免
疫機能に身体障害者手帳1
級程度の障がいがある人

※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。

料金

インフルエンザ：1500円、
コロナ：4700円

※子どもなど対象以外の人は、全額自費になります。接種・料金など詳しくは、かかりつけ医へ相談してください。

持ち物 マイナ保険証または資格確認書、健康手帳(持っている人(対象②の人は身体障害者手帳))

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

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

※高齢者インフルエンザ予防接種および新型コロナウイルス感染症予防接種は、同時接種が可能です。

主な相談など

とき	ところ
①成人健康相談・成人栄養相談(電話・面談) ※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)	
10月13日(木)	9:00～11:00 伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)
10月27日(木)	

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)
②伊勢保健所(TEL 27-5137)

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	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療を行っています。症状によって、屋外または車中での待機・診療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・診療できませんので、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・診療科目以外の診療を受けたい場合は、次へ問い合わせてください。

・救急医療情報センター TEL 059-229-1199

※つながりにくい場合は、時間をおいてかけ直してください。

・医療ネットみえのホームページからも、今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

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)

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。

ウォーキングルート情報

距離 約3.0km

時間 約45分

歩数 約4,360歩

起伏 なし

運動レベル 楽である 😊

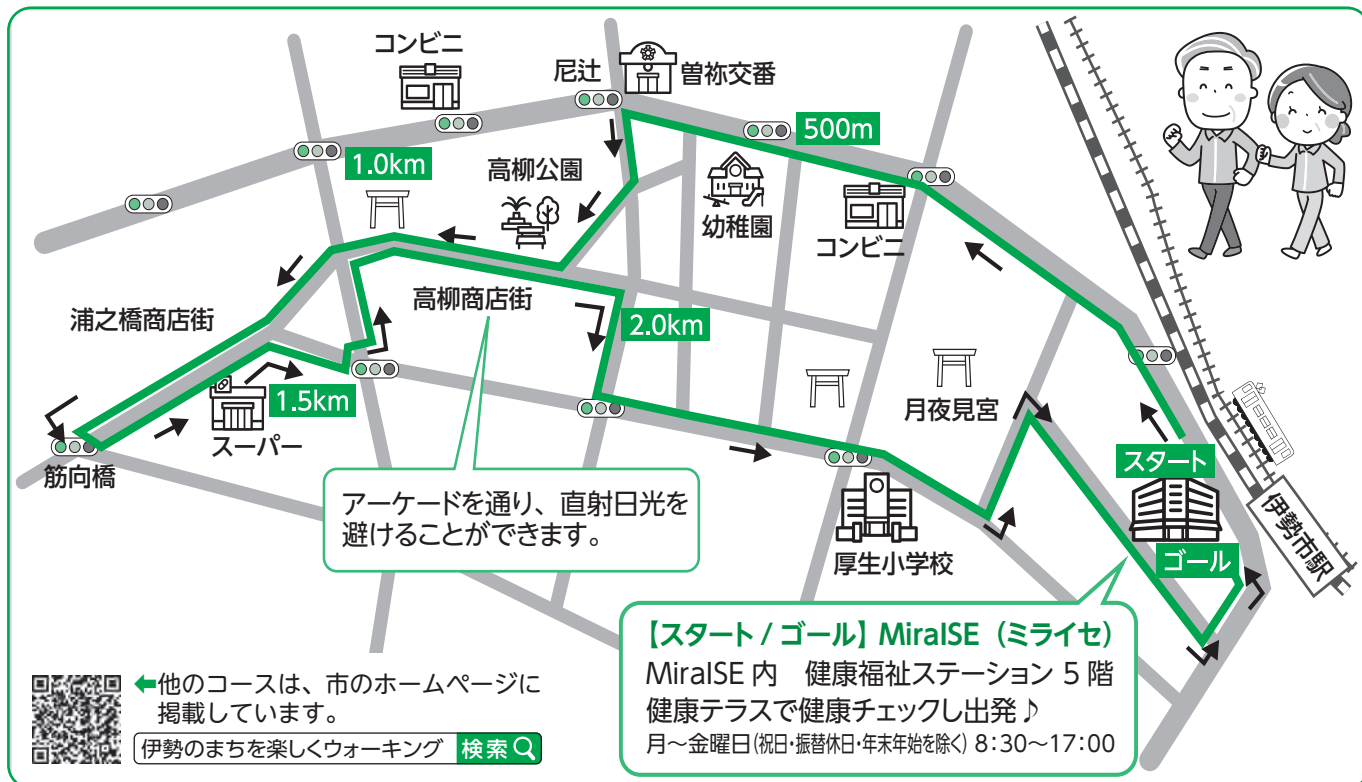
エネルギー消費量：体重1kgあたり1.69kcal

*その日の体調に合わせ、無理のないようにしましょう

*適宜、水分補給をするよう心がけましょう

ミライセ

MiraiSE発着 高柳・浦之橋商店街 コース ウォーキングマップ No.84



10月は脳卒中月間

脳ドックで健康な毎日を

毎年10月は、日本脳卒中協会が定めた「脳卒中月間」です。脳卒中は、脳の血管が詰まる(脳梗塞)または破れる(脳出血、くも膜下出血)ことで発症し、命に関わるだけでなく重い後遺症を残すこともある深刻な病気です。しかし、早期発見と日ごろからの適切な予防により、そのリスクを大幅に減らすことができます。

市立伊勢総合病院 健診センター(TEL 23-5416)

同病院では、脳卒中の早期発見に有効な「脳ドック」を完全予約制で実施しています。特に高血圧や脂質異常症がある人、喫煙習慣がある人、家族に脳卒中の病歴がある人などは、この機会に脳ドックを検討してください。

■ 料金 39,800円

(人間ドックなどに追加する場合は29,800円)

■ 検査内容 頭部MRI・MRA、頸動脈エコー、認知機能検査、心電図検査 など



子どもの未来に“確かな道を”

理学療法学科



学校法人 協栄学園

ISE-SHIMA REHABILITATION COLLEGE

伊勢志摩リハビリテーション専門学校

伊勢市御園町高向 1658

TEL 0596-24-2540

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 🔍



有料
広告



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

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。

災害に関連する感染症について <後編>

前編は、「広報いせ」令和8年9月1日号・16ページに掲載しています。



災害関連の感染症③ かぜなどの気道感染症

かぜ・インフルエンザ・新型コロナなどの、鼻やのど、肺に起こる感染症をまとめて気道感染症と呼びます。避難所では多くの人が限られた空間で生活するため、換気や手洗いが十分に行いにくいことから、気道感染症が広がりやすくなります。

予防の基本は、手洗い、こまめな換気、咳エチケットです。咳やくしゃみが出る人はマスクを着用し、マスクがないときはティッシュや腕の内側で口と鼻を覆うと感染予防に効果的です。

避難中に、発熱、咳、のどの痛みなどが新たに出現した際は、軽い症状でも我慢せず、避難所の運営者や医療スタッフへ伝えるようにしましょう。体調不良を申し出るとは、周囲への感染を防ぐ大切な行動です。高齢者では口の中の汚れや体力低下から誤嚥性肺炎も起こりやすいため、歯みがきや入れ歯の清掃も感染予防に重要です。



災害関連の感染症④ 感染性胃腸炎

断水や停電が起これば、手洗い、トイレの清掃、食品の保冷や加熱が難しくなり、ノロウイルスなど

の感染性胃腸炎や食中毒が起こりやすくなります。

予防には、食事前やトイレ後の手洗い、食品の十分な加熱、配られた食事を早めに食べることが重要です。特にノロウイルスはアルコール消毒が効きにくいため、可能ならトイレ後は石けんと流水で手を洗います。嘔吐物や便を処理するときは、素手で触らず、マスクと使い捨て手袋を着け、静かに拭き取って袋に密閉します。床などは家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)を製品表示に従って薄めて消毒します。家庭用塩素系漂白剤は手指には使いません。また、酸性洗剤と混ぜると有毒なガスが発生するため、絶対に混ぜてはいけません。

もし自分に下痢や嘔吐の症状が出てしまったら、調理や配膳の担当は避け、少しずつ水分を取り、早めに運営者や医療スタッフへ相談しましょう。水分が取れない、尿が減る、ぐったりするといった症状がある場合は脱水のサインであり、医療機関の受診が必要です。特に乳幼児や高齢者は脱水になりやすいため、より注意が必要です。

マスクや手指消毒薬、使い捨て手袋などを、防災用品に加えておくことも、平時からできる大事な感染症対策です。この機会に、ご家庭の防災袋の中身を確認してみてください。

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 Q



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

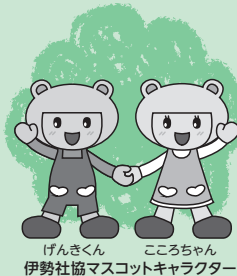


0120-28-3001

つた運輸

<https://www.tsutaunyu.jp/>





社協はげんきなこころ応援します

Vol.91

げんここ 地域福祉通信

地域福祉情報をお伝えするコーナーです



<https://ise-shakyo.jp>

伊勢市協

検索

伊勢市 福祉総合支援センターより

TEL 21-5712 FAX 63-5420

伊勢市社会福祉協議会

生活サポートセンターあゆみ TEL 63-5224 FAX 27-2412

地域福祉課 TEL 63-5334 FAX 27-2415

伊勢市ボランティアセンター TEL 63-6370 FAX 27-2415

(八日市場町13-1 福祉センター)

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします

10月1日より、赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まります。
誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことのできる地域づくりのために、今年も皆さんからの
温かいご協力をよろしくお願いします。

伊勢市での募金活動

- 募金の種類
- ・戸別募金
 - ・法人募金
 - ・職域募金
 - ・学校募金
 - ・街頭募金
 - ・イベント募金
 - ・オンライン募金
(福祉センター) など



三重県
共同募金会へ
送金



赤い羽根共同募金
シンボルキャラクター
愛ちゃん、希望くん

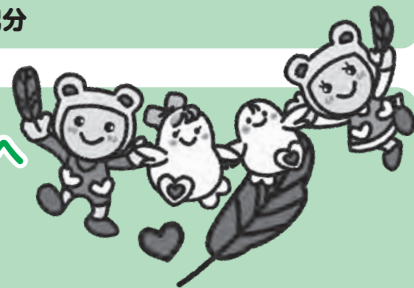
令和7年度実績 **15,571,388円**

翌年度に三重県共同募金会を通して

約80% 伊勢市に配分

市内の福祉団体へ配分

約20% ・県内の広域的な活動
・災害等準備金



さまざまな地域福祉活動へ助成

- ・ふれあい・いきいきサロン事業
- ・高齢者ふれあい会食サービス事業
- ・宅老所助成事業
- ・地域見守り活動事業
- ・こども会等行事助成事業
- ・福祉のまちづくり活動支援事業
- ・福祉団体活動助成事業
- ・子ども食堂等運営助成事業
- ・高齢者乳酸菌飲料等宅配サービス事業 など

ご協力いただいた皆さまへ
「ありがとう」

〇地域見守り活動 「円座町自治会」

毎日の小学生の登下校の見守りや声かけ運動に活用させていただいています。活動を通じて、子どもたちとも顔見知りの関係となり、毎朝元気な「おはようございます」の声を聞くことで、見守る私たちもいきいきと過ごせていると感じています。

募金にご協力いただいた皆さんにお礼申し上げます。

詳しくは
こちらをご覧ください。

赤い羽根共同募金のしくみ

伊勢市内の協力企業
伊勢版リーフレット



募金のつかいみち
赤い羽根データベース
「はねっと」



県内の協力企業
三重の赤い羽根募金
百貨店プロジェクト



問い合わせ先 伊勢市共同募金委員会 (伊勢市社会福祉協議会 福祉センター・1階 (八日市場町13-1))
TEL 63-5334 FAX 27-2415

この人に注目!

地域で活躍している人や、すてきな取り組みを続けている人を紹介します。
身近な人の頑張りや思いをお届けします。

人との出会いが、毎日を豊かに

いせ市民活動センターでふらっと目にした「いせ日本語教室」の案内。その出会いがきっかけとなり日本語教室の支援者として活動を始めました。現在は週2回、さまざまな国にルーツを持つ人たちの日本語学習をサポートしています。「いろいろな国の人と交流できることが楽しい」と語る篠田さん。教室で味噌作りの話をしたこと、自宅で一緒に味噌を仕込んだこともあるそう。他に、月2回参加する認定 NPO 法人藍ちゃんの家(あまちゃん)の家のうたごえサロンも大切な楽しみの一つ。その温かな人柄で新たな出会いを育んでいます。



篠田朝子さん/83歳

元気の秘訣 玄米を食べること



後期高齢者医療保険(75歳以上)の人へ

令和8年
8月から

高額療養費制度が見直されました

医療保険課 後期高齢者医療係(TEL 21-5552)

高額療養費制度は1カ月に支払った医療費が一定額を超えたとき、その超えた分が払い戻される制度です。
今回の見直しでは月ごとの自己負担限度額の見直しに加え、新たに「年間上限」^(※1)が設けられました。
また、長期療養者への配慮として、「多数回該当」^(※2)の金額は据え置きとなりました。

令和8年8月1日～令和9年7月31日の高額療養費の自己負担限度額

所得区分		世帯合算(外来と入院)		年間上限額
		個人(外来)		
現役並み所得者	Ⅲ	270,300円+(医療費－901,000円)×1％ 【多数回該当 140,100円】		1,680,000円
	Ⅱ	179,100円+(医療費－597,000円)×1％ 【多数回該当 93,000円】		1,110,000円
	Ⅰ	85,800円+(医療費－286,000円)×1％ 【多数回該当 44,400円】		530,000円
一般	Ⅱ	22,000円 【年間上限】 216,000円	61,500円	530,000円
	Ⅰ		【多数回該当 44,400円】	410,000円
低所得	Ⅱ	11,000円 【年間上限】 96,000円	25,700円 【多数回該当 24,600円】	290,000円
	Ⅰ	8,000円	15,700円	180,000円

令和9年8月からは応能負担(所得など経済能力に応じた負担)の観点に基づき、所得区分の細分化が行われる予定です。

※1 年間上限とは8月から翌年7月までの1年間に、医療機関などで支払った医療費(月ごとの高額療養費支給分および外来年間合算支給分を除いた額)の合計が、上表の年間上限額を超えた場合は、その上限を超えて支払った医療費の払い戻しを受けることができます。

※2 直近12カ月以内に3回以上、上限に達した場合は、4回目から多数回該当となります。



イメージキャラクター
アキヨシくん

株式会社
AS110 AS設備工業

水廻りのトラブル
「安心修理」
お見積無料

http://www.as110.co.jp

〒516-0012 三重県伊勢市通町 42-1 AS110 ビル

水道 110 番 0120-454-110

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。つまり。
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



川と海のクリーン大作戦

監理課(TEL 21-5582)

川や海にごみを捨てると、水辺の環境を悪くするだけでなく、そこに生息する動植物にも悪い影響を及ぼします。川や海の環境を守るため、清掃活動に協力をお願いします。

▶**とき** 10月25日(日)、8:00～9:00

※荒天の場合は中止

▶**集合場所** 宮川親水公園(宮川左岸〔ほめちぎる教習所伊勢横〕)

※ごみ袋・ごみばさみは用意します。軍手は各自で持参してください。



もったいないフェア2026 フリーマーケットの出店者を募集

伊勢リサイクルプラザ(TEL 38-2800)

▶**とき** 11月21日(土)、9:30～12:30

▶**ところ** 伊勢リサイクルプラザ(西豊浜町653)

▶**対象** 営利を目的としない伊勢市・明和町・玉城町・度会町在住の人

▶**募集数** 35区画(1家族につき1区画)

▶**出店料** 無料

▶**申し込み** 10月22日(休)(当日消印有効)までに、往復はがきにフリーマーケット出店希望と記入のうえ、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・主な出品物を記入し、同プラザへ

※電話受け付けはありません。(1家族につき1通まで)

※申し込み多数の場合は、10月29日(休)・10:00から伊勢リサイクルプラザで公開抽選を行います。

※記入漏れがある場合は、受け付けできないことがあります。



すぐ食べるならつれてって!キャンペーン

ごみ減量課内・減らそに! いせの食品ロス協議会事務局
(TEL 37-1443)

10月は

「食品ロス削減月間」

おいしく! たのしく! 食べきろう!



このキャンペーンは、消費期限・

賞味期限が近いものから購入し、食べきることによって食品ロスを減らすことを目的としています。皆さんも楽しんで、食品ロスの削減に取り組んでみませんか。

▶**実施期間** 10月1日(休)～31日(土)

〈期間中に値引きシールを集めよう〉

▶**実施店舗** 市内のぎゅーとら全店、マックスバリュラパーク店、プライスカット二見店・馬瀬店、生活協同組合コープみえみやがわ店、イオン伊勢店

▶**対象** 市内在住または通勤・通学の人

▶**応募方法** 期間中に、応募用紙に見切り品に貼られている割引シールを15枚貼り、応募してください

※応募用紙・応募先は実施店舗のサービスカウンターへ。また、応募用紙は10月1日(休)から市のホームページにも掲載します。

※賞品の内容は市のホームページをご覧ください。

往復はがきの書き方

往信用表	返信用裏	返信用表	往信用裏
85 〒515-0505 往信 伊勢市西豊浜町 653 伊勢広域環境組合 伊勢リサイクルプラザ 宛	何も記入しないでください。	85 〒000-0000 返信 住 所 氏 名 様	フリーマーケット 出店希望 ①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤主な出品物 (例:子供服・雑貨)



10月1日は「浄化槽の日」家庭の生活排水について考えてみませんか

環境課(TEL 21-5541)

台所・洗濯・風呂など、私たちの家庭から出る生活排水は、未処理のまま放流すると、川や海・身近な水路などを汚す大きな原因となります。

市では、し尿や生活排水をきれいにする合併処理浄化槽の設置を推進するため、設置した人にその費用の補助を行っています。

※補助を受けるには、法律や市の補助金の交付要綱に基づいた手続きが必要です。事前に同課へ問い合わせるか、市のホームページを確認してください。

※予算に限りがありますので、早めの手続きをお願いします。

補助金額

1. 下水道事業予定処理区域外に設置する場合

●単独処理浄化槽またはくみ取りから合併処理浄化槽へ転換する場合

	5人槽	7人槽	10～50人槽
設置に対する補助金額	33万2千円	41万4千円	54万8千円
既存単独処理浄化槽の撤去に対する補助金額	上限9万円		
配管工事に対する補助金額	建て替えあり…上限6万円 建て替えなし(くみ取りからの転換)…上限6万円 建て替えなし(単独処理浄化槽からの転換)…上限30万円		

●新築家屋に設置する場合または合併処理浄化槽を更新する場合

	5人槽	7人槽	10～50人槽
補助金額	16万8千円	20万7千円	27万6千円

2. 下水道事業予定処理区域内に設置する場合

	5人槽	7人槽	10人槽
補助金額	11万円	13万8千円	18万2千円



市ホームページ

ごみ分別がもっと手軽に！ 「さんあ〜る」にAIチャットボット & 画像検索機能が登場！

ごみ減量課 (TEL 37-1443)

◆「チャットボット」で24時間いつでも質問OK！

ごみの分別方法や収集日など、迷ったことはありませんか？

ごみ分別アプリ「さんあ〜る」に、AIと対話しながら回答を探ることができる「チャットボット機能」が追加されました！

「スプレー缶はどうやって捨てるの？」「粗大ごみの出し方は？」といった質問に、チャットボットが24時間いつでもすぐにお答えします。夜間や電話が繋がりにくい時間帯にも、ぜひ活用してください。

◆「画像検索機能」で写真を撮るだけ！

捨てたい物の写真をスマホのカメラで撮る（または読み込む）だけで、アプリが自動で写真を解析し、分別の区分を判定します。名前が分からないものや、複雑な形状のものも簡単に調べられます。

利用方法

新機能の追加に伴い、アプリを起動した際にチャットボットの利用について案内が表示されます。

「利用する」を選択し、チャットボット画面に移動して次の手順で検索ができます。

- ① 画面下方の検索窓に調べたい品目を入力、右側の紙飛行機のマークを押す。
- ② 関連キーワードから調べたい品目を選択する。
- ③ 分類、収集日、捨て方、問い合わせ先などが表示される。

※「利用しない」を選択した場合でも、通常のトップ画面からチャットボット機能を利用することができます。



簡単！便利！よくわかる！

ごみ分別
促進アプリ

さんあ〜る

登録
無料

ごみ分別カレンダー

ごみ分別一覧表
(検索機能)

プッシュ通知
(出し忘れアラート)

インフォメーション



アプリをダウンロードして使ってみよう！

iOS端末を利用中の人はApp Store、Androidを利用中の人はGoogle Playで「さんあ〜る」と検索してインストールしてください。右の二次元コードを読み取ってダウンロードすることもできます。

App Store



Google Play



(アプリの利用料は無料)
・通信料は自己負担

さまざまなスポーツに挑戦!

家族や仲間と一緒に、みんなで楽しむ1日に!

スポーツ課(TEL 22-7895)

いせスポーツフェスティバル 2026

参加
無料

と き 11月8日(日)、10:00~15:30

ところ 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 (県営総合競技場) 体育館本館・別館、体育館前駐車場

対象 伊勢市・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
(障がいの有無、年齢、性別を問わず誰でも参加可能)



手話通訳・
要約筆記あり



体育館本館

伊勢市「健康タウン構想の推進」 ラジオ体操講習会

●時 間 10:00~11:00
(受け付けは、9:30~)

●指導者

講 師 押味 愛里沙さん
(NPO法人全国ラジオ体操連盟指導委員)

実技講師 館野 伶奈さん
(NHKテレビ・ラジオ体操実技者)

●定 員 200人(先着順)

●内 容 みんなの体操、ラジオ体操第一・第二の講習会

●申し込み 10月23日(金)までに、右の二次元コードからオンライン申請



押味 愛里沙さん



館野 伶奈さん



持ち物

運動できる服装・靴(室内用シューズ)、飲み物、タオルなど

※天候などにより中止する場合は、市のホームページでお知らせします。

ボッチャ交流大会

●時 間 12:30~15:30(受け付けは、12:00~)

●定 員 60チーム(180人) [先着順]

●内 容 3人1組のチーム戦、各ブロックトーナメント戦

●申し込み

10月23日(金)までに、右の二次元コードからオンライン申請



体育館別館

インクルーシブスポーツ体験会

●時 間 11:00~15:00

●内 容 スクエアボッチャ・ディスゲッター9・シャッフルボード・フロアバレー・カラーリングストライク・バグジー・モルック

●申し込み 不要

※時間内に自由に体験できます。

皇學館大学生が企画・運営します。
一緒にインクルーシブスポーツを楽しみましょう!



モルック



バグジー

体育館前駐車場

アーバンスポーツ体験会 (スケートボード体験)



●時 間 10:00~15:00

●指導者 B7 EAST SHOP / B7 SKATE PARK

●定 員 体験コーナーのみ各回20分・6人ずつ

●内 容 体験コーナー・フリースペース

※使用する用具(スケートボード・ヘルメットなど)は主催者で用意します。

●申し込み 当日受け付け

※受付時間は
9:30~



同日・同会場開催! 三重交通Gスポーツの杜 伊勢

第19回 感謝フェスティバル

と き 11月8日(日)、10:00~15:00

ところ 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場

内 容

フリーマーケット、ガラスドームストラップ作り、パターゴルフ、ストラックアウト、ヨーヨー釣り、バルーンアート、ロープレスキュー見学、キッチンカー など

フリーマーケット(出店募集)

と き 11月8日(日)、10:00~15:00

ところ 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場 駐車場
(雨天の場合は2階コンコース)

募集数 20区画(先着順)

出店料 1区画当たり1,000円
(1人1区画(2.5m×5m))

申し込み 10月1日(休)・9:00から、
電話で同競技場(TEL 22-0188)へ

募集

自衛官を募集

自衛隊三重地方協力本部
伊勢地域事務所
(TEL 23-3880)

募集種目 2等陸・海・空士
(任期制自衛官)・陸上自衛隊
高等工科学学校生徒(推薦・一般)

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



講座

職業訓練ガイダンス

ポリテクセンター伊勢
(TEL 37-3121)

求職者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・定員・訓練期間など
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

職業訓練ガイダンス

入所月	訓練科	定員	訓練期間	説明会日程	入所選考日
11月	ものづくりサポート科 (短時間4カ月コース)	13人	11月6日(金)~ 令和9年2月25日(木)	10月5日(月)	10月9日(金)
	電気設備技術科	15人	11月17日(火)~ 令和9年5月17日(月)	10月5日(月)・13日(火)・19日(月) いずれかの日に参加してください。	10月23日(金)
	住宅リフォーム技術科	15人			
12月	機械・CAD科	15人	12月15日(火)~ 令和9年6月11日(金)	10月26日(月)・11月2日(月)・ 9日(月)・16日(月) いずれかの日に参加してください。	11月20日(金)

※入所選考後でも追加募集を行う
場合がありますので、同センタ
ーへ問い合わせください。
※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。

催し物

伊勢神宮奉納社会人野球 第74回 JABA 伊勢・松阪大会

スポーツ課(TEL 22-7895)

全国トップレベルの社会人
野球チームが伊勢・松阪に集
い、優勝を目指して熱い戦い
を繰り広げます。

例年、プロ野球ドラフト指
名の有力候補選手も出場する
スカウトも注目の大会です。

とき 10月14日(水)から5日間
(松阪会場は、10月15日(木)か
ら3日間(雨天順延))

ところ 伊勢会場 ダイムス
タジアム伊勢(倉田山公園野
球場)・松阪会場 ドリームオ
ーシャンスタジアム(県営松阪
野球場(松阪市立野町137
0))

主な出場チーム

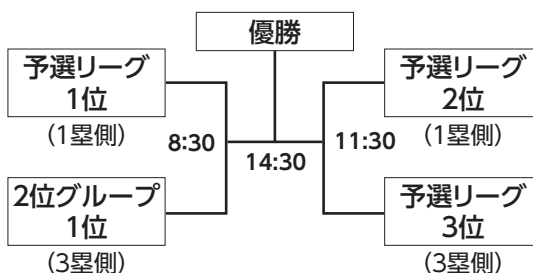
- ・トヨタ自動車(愛知県)(社
会人野球日本選手権大会
最多優勝チーム)
- ・ヤマハ(静岡県)(都市対抗
野球2025大会優勝)
- ・エス・鈴鹿(三重県)(地
元県内チーム、JABA伊勢・
松阪大会2023優勝)
- ※他のチームは、決定次第市のホ
ームページに掲載します。



昨年度大会の様子

決勝トーナメント(伊勢会場)

開催日: 10月18日(日)(雨天順延)



予選リーグ(伊勢・松阪会場)

	伊勢会場	松阪会場
第一試合	8:30~	9:30~
第二試合	11:30~	12:30~
第三試合	14:30~	-



市ホームページ



日本野球連盟
ホームページ

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
伊勢市馬瀬町352-2
TEL・FAX (0596) 35-0805
https://sugiharashika.com/

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。
株式会社 藤原屋
伊勢市村松1379-59 TEL (0596) 38-1173
FAX (0596) 38-1170
お気軽にお電話ください! 伊勢の畳屋 検索
0120(28)4531 http://fujiiwaraya-ise.jp

サンアリーナスポーツフェスタ

①秋の代謝UP！ピラティス

②ストレッチと、音楽を楽しみながら身体を動かす
フィットネスダンス

とき ①10月19日(月)、19時～20時30分 ②10月22日(木)、19時～20時30分

ところ 県営サンアリーナ・サブアリーナ

対象 市内在住の人
講師 ①TAMAKOさん(健康運動指導士) ②Miyabiさん(サルセーションインストラクター)

料金 300円(市内の総合型地域スポーツクラブ・県営サンアリーナMOVE Cモーション・フィットネスクラブMets Gymの会員は100円)

持ち物 室内用シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット(バスタオル可)

申し込み 当日に会場で受け付け(総合型地域スポーツクラブ会員は会員証を持参)

※詳しくは、いすずウキウキクラブ事務局・阿竹さん(☎090-14857-19170)、東浦さん(☎090-14869-1759)へ

認知症にやさしいまちづくりの取り組み

福祉総合支援センターより
(☎21-5611)

オレンジカフェより

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 10月23日(金)・11月27日(金)・12月25日(金)、10時～11時30分

※毎月第4金曜日に開催します。

ところ 福祉総合支援センターより
①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の交流・認知症の相談

申し込み 不要

※車の場合は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。
※飲み物などが必要な人は持参してください。

スローショッピング

認知症の人が自分のペースで自分の好きなものを選んで買って、元気になっていく活動です。

とき 10月28日(水)、10時～11時30分

ところ ぎゅーとらうらのは

し店(常盤2丁目7-30)

対象 認知症の人とその家族

内容 ボランティアが付き添い、商品選びや会計のお手伝いをします。家族はその間、認知症カフェで他の参加者との情報共有や、リラクゼーション時間を過ごします

定員 5組程度(先着順)

申し込み 10月1日(木)から、電話またはファクス(☎63-5420)でよりよいへ



ひきこもり支援・交流の場

ひきこもり地域支援センターつむぎ
(☎63-5670)

若者向け当事者会「よりみち」

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 10月13日(火)・22日(水)、14時～16時

※時間内は、自由に参加できます。

ところ 福祉センター・2階(八日市場町13-1)

対象 家にとじこもりがちな10～30代の人

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

家族交流会「とまりぎ」

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 10月19日(月)、13時30分～15時

ところ 福祉センター・2階(八日市場町13-1)

対象 ひきこもり当事者の家族

定員 15人

申し込み 10月13日(火)までに同センターへ

参加者募集 みなと健康麻雀

みなとふれあいセンター
(☎35-0811)

賭けない、のまない、吸わない、健康麻雀です。健康麻雀を通じて、認知症予防、介護予防を図りませんか。麻雀牌、麻雀マットの寄付も受け付けます。

とき 10月23日(金)、13時30分～

ところ みなとふれあいセンター(神社港262-1)

対象 市内在住の人

申し込み 事前に同センター、または伊勢市社会福祉協議会(☎27-2425)へ

※当日申し込みもできます。

令和9年度 園児募集 詳しくはHPで

◆保育園部・3歳児(2・3号認定)

10/1～20受付 中島こども園にて

第1希望は中島に！多くのご応募をお待ちしています！

施設見学いつでもどうぞ！

☎28-2438



人間力を育てる 中島こども園

幼保連携型認定こども園

めいりんこども園

お問い合わせ

☎28-4094

最新の情報は、めいりんこども園ホームページをご覧ください

令和9年4月入園
2・3号認定
★申請書

受付期間 10月1日(木)～20日(火)※土日祝を除く

受付場所 【にこにこ】園舎：明倫小学校おとなり

今年度の2歳児(満3歳児：1号認定)途中入園受け付けています。
入園に際しての問い合わせは0596-28-4094まで、ご遠慮なくご相談ください。

有料広告



御幣鯛船

おんべだい 御幣鯛船歓迎式典

監理課 (TEL 21-5582)

愛知県篠島の御幣鯛船が、神宮に干鯛を奉納するため神社港に入港します。式典のほか、子ども木遣り・餅まきなども行われます。

とき 10月12日(祝)、9時～

ところ 神社海の駅(神社港6-1)

※詳しくはNPO法人神社みなとまち再生グループ(TEL 36-13755)へ問い合わせてください。

令和8年度

いせトピア名作映画観賞会

いせトピア (TEL 21-0900)

とき・内容 10月27日(火)

①13時～14時50分『どついたるねん』(1989年、荒戸源次郎事務所)

②15時～16時36分『櫻の園』(1990年、NCOIIサントリー)

※開場は、12時30分です。

ところ いせトピア・多目的ホール

料金 500円(入場料)

※入場料は、全額災害義援金とします。

申し込み 不要



『櫻の園』



『どついたるねん』

税を考える週間記念事業

Autumn Concert

公益社団法人伊勢法人会

(TEL 28-5665)

税の普及・啓発活動と地域社会貢献活動の一環として開催します。

とき 11月8日(日)、14時～16時(開場は、13時30分)

ところ ハートプラザみその・ウェルフェアホール(多目的ホール)

内容 伊勢市立五十鈴中学校合唱部、合唱団Societyによる合唱と、伊勢市出身のユツコ・ミラーさんによる演奏、税に関する作品展示

定員 350人(先着順)

申し込み 10月23日(金)までに、ファクス(FAX 24-18315)またはメール(✉ info@isehoinkai.or.jp)で同会へ

※詳しくは、同会のホームページを確認してください。

税の普及・啓発活動と地域社会貢献活動の一環として開催します。



ホームページ

伊勢志摩国立公園で

身近な鳥を観察しよう!

農耕地・砂浜の鳥編

環境省

伊勢志摩国立公園管理事務所

(TEL 0599-4312210)

双眼鏡を使つて野鳥を観察してみませんか。初めてでも大歓迎です。

とき 11月14日(土)、9時30分～12時30分

※荒天の場合、翌日(11月15日(日))に延期

ところ 阿児の松原地域活性化センター(志摩市阿児町甲賀8-18)

対象 市内または鳥羽市・志摩市・南伊勢町在住の小学生以上の人

定員 15人(先着順)

申し込み 電話または環境省中部環境局のホームページからオンライン申請

※詳しくは、左の二次元コードから同局のホームページを確認してください。

環境省
中部環境局
ホームページ



環境省
中部環境局
ホームページ

台風前後の屋根点検・雨漏り対策はお任せください!

株式会社

晴人

台風・大雨による屋根トラブルの緊急対応から、雨漏り・雨樋の破損・瓦のズレまで、台風前後の不安を解消する無料点検を承ります!

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!

0596-67-5421

〒516-0021 伊勢市朝熊町1912

点検・お見積り無料!

弁護士法人 心

電話・TV電話相談対応

相談料0円

(相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金・過払金・借金・以外初回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。※費用には明外や変更もあり。詳しくはホームページをご覧ください。※本広告は令和8年7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＞

組合
受付

平日9時～21時・土日祝9時～18時受付
(12/31～1/3は除く。大連滞り中の休業や臨時休業もごさい。詳細はHPをご覧ください)

0120-272-782

詳細は+ https://www.kokoro.law



御園こども広場

「伊勢おもちゃ病院」開院!

御園こども広場(TEL 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。

とき 10月24日(土)、10時～16時

※毎月第4土曜日開催予定
ところ ハートプラザみその・2階 保健会議室

持ち物 壊れたおもちゃ

※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。

ハロウィンイベント

仮装してチャレンジしよう!

小俣児童館(TEL 24-8412)

とき 10月24日(土)、9時30分～11時(受け付けは10時30分まで)(小雨決行)

ところ 小俣児童館(小俣町元町662-1)および周辺

集合場所 小俣小学校・体育館

対象 市内の小学生以下の子ども(就学前の子どもは保護者同伴)

内容 ウォークラリー形式で同館の近隣を歩いて回ります

定員 100人程度

参加費 300円

持ち物 もらったお菓子を入れる袋、飲み物

申し込み 10月1日(木)～10日(土)(日曜日を除く)・10時～18時に、電話で同館へ

※中止の場合は、伊勢市社会福祉協議会のホームページでお知らせします。

二見ヒールングナイト

公益社団法人 伊勢市観光協会

(TEL 28-3705)

とき 10月24日(土)、17時30分～20時30分

※雨天の場合は、10月25日(日)に順延します。

ところ 二見浦海岸周辺

内容 ナイトヨガ(予約制)、伊勢シーパラダイスのナイト

アクアリウム(有料)、めもと横丁の夜間営業、二見浦海岸のライトアップ、二見興玉神社夜の参拝、クリームシチューのふるまい、子どもたちによる砂浜ピカピカ大作戦など

※申込方法など詳しくは、左の二次元コードから、同協会のホームページを確認してください。



伊勢文化サークル協会文化祭

伊勢文化サークル協会

(TEL 27-3926)

市内で活動しているサークルが、日頃の練習の成果を発表します。作品・芸能に分かれて開催します。

とき・ところ 左表のとおり

伊勢文化サークル協会文化祭

		とき	ところ
小俣支部	作品発表会	10月17日(土)、9:00～17:00 18日(日)、9:00～15:00	小俣農村環境改善センター 小俣図書館
	芸能発表会	11月8日(日)、9:30～16:00	小俣農村環境改善センター
二見支部	作品発表会	10月24日(土)、9:30～17:00 25日(日)、9:30～15:00	二見生涯学習センター
	芸能発表会	10月31日(土)、13:00～15:30	二見老人福祉センター
	囲碁大会	11月13日(金)、10:00～16:30	二見生涯学習センター
御園支部	作品発表会	11月14日(土)、11:00～17:00 15日(日)、9:00～15:00	ハートプラザみその
	芸能発表会	10月18日(日)、13:30～16:00	ハートプラザみその

エントリー開始

トレイルウォーキング

in伊勢

県営サンアリーナ

(TEL 22-7700)

とき 11月22日(日)、8時30分～12時30分

ところ 三重交通Gスポーツの杜伊勢・陸上競技場

対象 健康な人(18歳未満は保護者同伴)

コース 往復約7km(内宮周辺のコースです。詳しくは、ホームページを確認してください。)

料金 県内の人:大人200

0円・18歳未満500円、県

外の人:大人3500円・18

歳未満1500円

※限度のある傷害保険料を含みます。

定員 150人(先着順)

申し込み 10月1日(木)～31日

(土)に、左の二次元コードからオンライン申請



申し込みフォーム

有料広告

命を守る選択

押入れを

シエルターに

耐震工事をせずに

天災に備える

耐震シエルター



お問合せは 有限会社扇光 0120-57-2535

～幼保連携型認定こども園～

マリアこども園 園児募集!

2027年度入園に向けて... 施設見学・個別説明会実施中!!

<申込受付期間> ・1号認定 受付中

・2、3号認定 10/1(木)～10/20(火)

*2026年度 途中入園児も募集中!

お気軽にお問い合わせ下さい。

TEL 0596-25-7490



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

おひさま健康法

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

「食事・睡眠・運動」の生活習慣を整えて、体操で元気な体づくりを一緒にしませんか。
とき 10月17日(土)、10時〜11時30分(受け付けは9時30分〜)

ところ 三重電子スマイルアリーナ小俣・2階 柔道場

対象 小学生以上の人

内容 ゆっくりした動きで、体を自分の手で優しくなでたり、ゆらしたりするセルフリッパケアで、呼吸も姿勢も整います。素足で行います

持ち物 フェースタオル・動きやすい服装

定員 30人(先着順)
申込み 電話で同館へ

合同企業説明会

マイチャレ三重

(おしごと広場みえ内)
(TEL 059-1222-3309)

就職氷河期世代を中心に就職をサポート。企業10社による合同企業説明会です。服装は自由で、履歴書は不要です。また、キャリアアカウンセリングブースがあります。

とき 10月17日(土)、13時30分〜16時30分

ところ アスト津・3階 おしごと広場みえ(津市羽所町700)

対象 おおむね35〜59歳の人

定員 30人程度

申し込み 左の二次元コードからオンライン申請、または電話でマイチャレ三重へ

※当日参加できます。
※合同企業説明会へ参加すること、雇用保険の失業認定に必要な「就職活動実績」となります。



ホームページ

世界の料理パーティ フィリピン編

市民交流課内・
伊勢市国際交流協会
(TEL 21-5549)

フィリピン出身の講師を招き、フィリピン料理と一緒に作ります。

とき 11月22日(日)、14時〜17時

ところ いせトピア・調理室

対象 中学生以上の人

定員 15人(先着順)

持ち物 布巾、タオル、筆記用具、エプロン、三角巾

料金 1500円(伊勢市国際交流協会会員は、1000円)

※当日集金します。
申し込み 10月1日(木)〜15日(木)に、左の二次元コードからオンライン申請、または電話で同課へ



お知らせ

農業経営者の収入保険

農林水産課(TEL 21-5645)

近年、農業者の経営努力だけでは避けられない、価格低下、大雨・台風といった自然災害などによる収入減少のリスクが高まっています。もしものことに備えることで農業を続けていく心強い味方になりますので、ぜひ収入保険への加入を検討してください。
※申し込み方法など詳しくは、三重県農業共済組合(TEL 059-224-0504)へ問い合わせください。

水道を使用するときは必ず開栓手続きを!

料金課(TEL 65-5260)

水道使用開始の届け出をせ

ず、閉栓中の水道を無断で使用する事例があります。止水栓を勝手に開栓して水道を使用するなどの「盗水」行為は、刑法第235条の窃盗罪に該当し、刑事罰の対象となります。

水道の使用を開始する際には必ず同課へ水道開栓の手続きを行ってください。



10月1日〜7日は公証週間 大切な契約や遺言は 公証役場で

伊勢公証役場(TEL 28-6506)

契約書や遺言書を作成した後、問題が生じないよう、これらの書類は「公正証書」にしておきましょう。

公正証書は、法律によってさまざまな力が認められ、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配はありません。

公正証書の相談は無料で、相談内容は他人に知られることは絶対にありません。詳しくは、伊勢公証役場(岩渕2丁目5-1 伊勢駅前三交ビル・5階)へ問い合わせてください。

10月は里親月間です

里親制度

「あなたを待っている
こどもたちがいます」

里親センター系

(TEL) 070-9281-9071

里親とは、さまざまな事情のあるこどもを家族の一員として迎え入れ、温かい愛情と正しい理解をもって育てる家庭のことで、「こどものため」の制度です。

児童虐待や保護者の不在などで自分の家庭で生活できないこどもたちは、県内に約500人いますが、そのうち里親が養育しているこどもは約120人で、里親の数が不足しています。

里親には手当・生活費などの支給や子育て支援があり、日帰りなど短期間の制度もあります。

養育里親 保護者と生活または自立して生活できるようにするまでの一定期間養育する里親

※最短1日・原則18歳まで

養子縁組里親 養子縁組によって養親となることを希望する里親で、養子縁組が成立するまで養育する里親

※その他に専門里親、親族里親があります。

現在、里親をされている人からのメッセージを、ホームページに掲載しています。



ホームページ
里親からの
メッセージ

里親センター系とは

里親について知りたい、里親になりたい人の相談から、里親や里子への支援、里親同士つながりづくり、里親制度の普及啓発など、この地域での一貫した里親支援を市町や児童相談所と協働して行います。

毎月里セツ開催中

多くの人に里親制度を知ってもらうため、里親制度の概要や、こどもたちを取り巻く現状、里親登録方法などを分かりやすく説明します。また、里親の体験談ムービーも上映します。

詳しくは、ホームページを確認してください。

ところ 倭町30-1(児童養護施設 天理教三重互助園内)



ホームページ



説明会申し込み
フォーム

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

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。

10/1～31 忍者服部賢蔵～賢蔵を守るための9箇条～(令和6年10月特集の再放送・文字解説付き)

放送時間 6時・8時・11時・13時・16時・18時・21時・23時～

お知らせ番組

各課からのお知らせや市民活動団体・ボランティア団体の情報などをお伝えします。(月2回(1日・16日)更新)

放送時間 7時・9時・12時・14時・17時・19時・22時・翌日0時～

いせし健康体操

放送時間 10時・15時・20時～

※市議会放送・特別番組放送時を除く。

市議会放送

市議会9月定例会本会議および決算特別委員会を、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へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

アイティービーコミュニティチャンネル(121ch)

(株)ZTV伊勢放送局(TEL) 0120-222-505 (FAX) 050-3156-7279

特別番組 伊勢まつり2026(2時間番組)

10月10日・11日に開催される同まつりの模様を特別番組で放送します。

放送日時 10月17日(出)・18日(日)、13時・20時～

特別番組 studioEARLY 発表会(2時間番組)

9月20日に開催された同発表会の模様を特別番組で放送します。

※内容は変更になる可能性があります。

放送日時 10月10日(出)・11日(日)、13時・20時～

令和のお木曳～第一次お木曳行事～(15分番組)

各奉曳団を紹介した番組「エンヤー!! 始まるお木曳」と第一次お木曳行事の模様を各奉曳団ごとに放送します。

放送時間 6時45分・11時10分・23時～

放送日 10/1～7 宮町 10/8～15 浦口町

10/16～23 宮沼連合 10/24～31 河崎南側・河崎町旭通

いせトピ(10分番組)(月・水・金曜日の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・11時・13時・17時・19時・20時・22時～

いせトピダイジェスト(25分番組)

前週に放送した「いせトピ」をダイジェストで放送します。

放送時間 14時～

いこトピ!(20分番組)(土曜日の8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。

放送時間 8時・12時・16時・18時・21時～

企画番組 (1日・8日・16日・24日に内容更新)

10/1～ 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

10/8～ 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ①ほか

10/16～ ぐるぐるグルメ・皇學館大学 大学生テレビ局ほか

10/24～ 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。

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1名、社労士2名在籍

アクセス良好な法律事務所! 伊勢市駅から徒歩3分

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



無料 法律相談

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

愛知総合法律事務所 伊勢駅前

検索

☎ 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

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。

令和8年度県民公開講座

三重県こころの健康センター(三重県自殺対策推進センター)
(TEL 059-223-5243)

海外の動向を踏まえ、デジタル社会における子どもの心の健康とウェルビーイングについて考える研修会です。

時 11月29日(日)、13:30~15:30(開場は12:45)

所 三重県総合文化センター 男女共同参画棟・3階 セミナー室C(津市一身田上津部田1234)

内 テーマ…「デジタル時代の子どもたちをどう守る?」
ー海外の動きから考える心とウェルビーイング」

講師…磯村 毅さん(スマホ依存防止学会代表)

定 100人(先着順)

申 11月27日(金)までに、右の二次元コードから
オンライン申請



伊勢おかげわんこフェスティバル

おかげわんこ フェスティバル festival 実行委員会・渡邊さん
(TEL 090-1478-6760)

時 10月25日(日)、10:00~15:00

所 朝熊山麓公園

内 保護犬・猫の譲渡会、災害時の避難方法、便利グッズ、散歩マナー啓発活動などペット関連の企画や、ゲーム・クイズ大会などを開催。マルシェやキッチンカーも来ますので、家族皆さんで楽しめます

申 不要

管楽器による「風伝」コンサート2026

風伝・辻井さん(TEL 080-5295-1235)

時 11月1日(日)、13:30~15:30

所 二見生涯学習センター・多目的ホール

対 中学生以上の人

内 辻井甫山(尺八)、阿部暖(フルート・デジタルサクソ)、中村みち(箏)などによる古今和洋の楽器によるコンサート

定 100人(先着順・整理券が必要)

申 10月31日(土)までに辻井さんへ

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

12月1日号 → 10月15日(木)

12月15日号 → 10月30日(金)

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。

91歳のフラガール!

律子ウリナニ30周年記念ホイケ (フラダンス発表会)

フラワヒネ・竹内さん(TEL 090-8553-3631)

91歳の現役フラガール・律子ウリナニが活動30周年を迎えます。心地よいハワイアンミュージックでリラックスしませんか。

時 10月25日(日)、13:00~(開場は12:30)

所 小俣図書館・2階 ホール 定 200人(先着順) 申 不要

第12回 子ども服リサイクル会

二見町子ども会育成会連絡協議会・北畠さん
(TEL 090-9269-2539)

70~150サイズの子ども服リサイクル会です。110~150サイズが少ないので、1家族2袋まで持ち込みをお願いします。時 10月18日(日)、9:00~15:00

所 ふたみホール(二見浦小学校・二見中学校内) 申 不要

墨遊会 水墨画展

墨遊会・横地さん(TEL 090-7609-8378)

水墨画の美しさは「にじみ」にあるといわれます。ご覧いただき、墨の持つ不思議な魅力を感じてください。

時 10月14日(水)~18日(日)、9:30~16:30(14日は13:00から、18日は16:00まで)

所 いせトピア・ふれあい広場 申 不要

伊勢山の会展示

伊勢山の会・福井さん(TEL 25-0075)

伊勢まつりに合わせて、伊勢山の会の活動を紹介。最新刊の『鳥羽知多田原』『志摩南志摩』の海に面した山々を写真展示します。

時 10月10日(土)・11日(日)、9:00~16:00

所 福祉センター・3階 会議室(八日市場町13-1) 申 不要

行政書士による無料相談会

三重県行政書士会 伊勢支部(TEL 20-1320)

時 10月9日(金)、13:00~16:00

所 市役所東館・5階 5-4会議室

内 相続手続き、遺言書の書き方、契約書作成、許認可申請、権利義務などの相談 定 5人(先着順) 申 不要

ギターの個展2026

伊勢市クラシックギターを楽しむ会・広垣さん
(TEL 090-5618-4463)

時 10月17日(土)、19:00~20:30

所 伊勢河崎商人館 角吾座(河崎2丁目25-32)

内 クラシックギターの演奏会(災害復興支援)です。『アルハンブラの思い出』『グラナダの花』『シャコンヌ』などを演奏します 定 15人(先着順) 料 1,500円

申 10月16日(金)までに電話で広垣さんへ

10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
〔10月12日は祝日のため13日㈫に行います。〕
所 広報広聴課(TEL 21-5515)
対 市内在住の人
定 8人(先着順)
申 相談日の1週間前の月曜日・8:30以降、
広報広聴課へ電話または来所
※19日実施分は、13日㈫から申し込みを
受け付けます。

消費生活・多重債務

消費者被害の相談・クレジット・消費者金融など

時 月～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00
所 伊勢市消費生活センター〔市役所東館・
3階〕(TEL 21-5717)

【認定司法書士による多重債務相談】

時 10月15日㈫、9:30～11:30
所 伊勢市消費生活センター
定 4人(先着順)
申 10月1日㈫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 10月21日㈫、13:00～
所 広報広聴課(TEL 21-5515)
定 4人(先着順)
申 10月15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〕(TEL 059-224-2201)

登記

時 10月13日㈫、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 10月1日㈫、13:30～
所 広報広聴課(TEL 21-5515)
定 2人(先着順)
申 9月30日㈫・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 10月20日㈫、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 10月27日㈫、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 10月8日㈫、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 いせ市民活動センター北館(いせシティ
プラザ)

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

高齢者

介護や認知症・福祉の相談など

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

障がい者・障がい児

日常生活やサービスの利用相談など

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

家庭児童・女性

児童虐待・DV・ヤングケアラー・いじめなど

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

成年後見

障がい者・高齢者の権利についての相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市成年後見サポートセンターきぼう
〔福祉センター・2階〕
(TEL 21-1122、FAX 27-2412)

ひきこもり

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市ひきこもり地域支援センターつ
むぎ〔福祉センター・2階〕
(TEL 63-5670)

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)

月～金曜日の相談は原則、祝日・振替
休日・年末年始は相談を行っていません。
詳しくは、各問い合わせ先へ確認してく
ださい。

※電話での問い合わせが難しい人は、広報広聴課〔市役所本館・2階〕(FAX 22-9699) ✉ise-koho@city.ise.mie.jp)へ問い合わせてください。

10月10日(土)

伊勢まつりタイムスケジュール



パレード ※時間は本部前通過予定時間	
10:10～	元気いっぱい双康キッズ 踊っておみこし! (学校法人伊勢学園 双康幼稚園)
10:35～	小学生パレード (伊勢市教育委員会)
10:55～	伊勢市消防団パレード (伊勢市消防団)
11:10～	ゆたか伊勢音頭パレード (ゆたかこども園)
11:30～	神宮初穂奉納御輿 (伊勢祭遊騎)
11:55～	宮後ねぶた神輿(昼の部) (宮後祭心会)
12:40～	伊勢音頭パレード (伊勢音頭保存会)
13:40～	崇教眞光 マーチングバンド パレード (崇教眞光)
15:15～	心に響け!!太鼓パレード (伊勢本町春木太鼓)
15:30～	伊勢で生まれたかっぱちゃん (かっぱちゃんチーム)
16:05～	鼓笛隊パレード (天理教東海団東海鼓笛隊)
16:45～	和太鼓演奏 (おばた離宮院太鼓)
17:00～	よさこいパレード (豊夢)
18:30～	神宮神嘗祭奉祝 初穂曳のぼせ車 (令和のお木曳 町衆組)
19:00～	宮後ねぶた飾り車(夜の部) (宮後祭心会)



10月11日(日)

パレード ※時間は本部前通過予定時間	
10:10～	三町子供車運行 (三町青年団(小川町、船江、一之木町))
10:30～	伊勢まつり交通安全・防犯パレード (伊勢市交通安全都市推進協議会・伊勢市自主防犯団体連絡会)
10:45～	ぎゅーとらプレゼンツ花笑みカーニバル (株式会社ぎゅーとら)
12:00～	大世古神輿 (大世古町会連合会)
12:15～	よさこい鳴子踊り (伊勢よさこい連清流&大和心香)
12:30～	花みずきの女王パレード (NPO法人号堂香風)
13:30～	お木曳行事・常若の精神 (豊栄会奉曳団)
14:45～	御木曳車の運行 (御園町奉曳団)
15:35～	御木曳車運行 (一之木青年部)
16:20～	仮装よさこいパレード (伊勢舞熱人)



※内容や時間は天候やその他の事情により、予告なく変更になる場合があります。

イベント	
一之木イベント広場	
9:50～	みどりキッズ2026 (みどり保育園)
12:10～	和太鼓演奏 (伊勢一之木須原太鼓)
13:20～	チアダンス (チアダンス Peanuts)
14:10～	中学生吹奏楽演奏会 (伊勢市教育委員会)
14:45～	伊勢轟曳会 木遣り披露 (伊勢轟曳会)
15:30～	伊勢音頭 (伊勢市女性団体連絡協議会)
16:25～	鼓遊太鼓 (鼓遊)
17:30～	伊勢まつりライブ (中西りえ)
20:15～	御園手筒花火 (御園手筒花火彗星会)
尼辻イベント広場	
10:00～	奏 (天翔)
10:40～	にぎやかパネルシアター(人形劇フェスティバル) (みえけん人形劇フェスティバル・伊勢会場実行委員会)
11:10～	心に響け!! 本町春木太鼓 (伊勢本町春木太鼓)
11:35～	ダンスパフォーマンス (STUDIO BRUSH)
12:00～	VIVIANA (伊勢学園高等学校ヒップホップダンス部) 未来へつなごう伊勢まつり
12:30～	沖縄民謡 (緑海舞遊会・沖縄民謡三線グループ)
13:00～	崇教眞光 和太鼓隊 (崇教眞光)
13:30～	明照太鼓 (明照児童館)
14:05～	人形劇団どもならん「かずかず」による腹話術 (人形劇団どもならん)
14:35～	心安らぐ篠笛の演奏 (草深晶藤 篠笛の会(藤笛会))
15:15～	伊勢まつりLive (Canon)
15:45～	バンド演奏 (田丸嬢)
16:15～	バンドライブ (LITTLE WINGS)
16:55～	和太鼓演奏 (南勢牛鬼太鼓保存会)
17:25～	空手演武 (土道館伊勢水谷道場)
18:15～	伊勢まつりよさこい連合 (伊勢まつりよさこい連合)



イベント	
一之木イベント広場	
9:50～	暁の星マーチング (暁の星こども園)
11:05～	伊勢音頭を踊ろう (公益社団法人 伊勢市シルバー人材センター)
11:30～	みんなで踊ろう (伊勢フォークダンス協会)
13:00～	大正琴の演奏 (琴修会中勢支部)
14:00～	城エリナ 歌唱ショー (城エリナ)
14:35～	御園音頭 (御園町まちづくり協議会 御園音頭を踊ろう会)
15:05～	マキタマシロ LIVE (マキタマシロ)
15:55～	和太鼓演奏 (伊勢古市翔龍会)
尼辻イベント広場	
10:00～	よさこい鳴子踊り (伊勢よさこい連 清流)
10:45～	伊勢まつりよさこい連合 (伊勢まつりよさこい連合)
11:25～	ISSE (伊勢小俣町商工会女性部・絆)
12:05～	和太鼓演奏 (明和太鼓保存会)
12:30～	伊勢音頭 (竜田ぎものサークル)
12:45～	STUDIO EARLY DANCE SHOWCASE (STUDIO EARLY)
13:25～	ハワイアンショー (ナオビオオコラウ イアパナ スズカ)
13:55～	沖縄エイサー (緑海舞遊会・エイサーグループ)
14:15～	DANCESTUDIO・YDSダンスショーケース (DANCESTUDIO・YDS)
14:50～	ライブ (E-nenreis)
15:25～	和太鼓演奏 (凜華)
15:55～	ストリートダンス (スタジオDEC→G)
16:25～	伊勢高校ダンス部ステージ (伊勢高校ダンス部) 未来へつなごう伊勢まつり





伊勢まつり実行委員会会長 世古さん

市民の皆様へ愛され、歴史を重ねてきた「伊勢まつり」を未来へつなぐため、今年度も若い世代とともに創り上げていきます。

市内高校生による特設コーナーの出展だけでなく、今年度はイベントにも出演し、若々しい熱気を届けてくれます。

さらに、新たに2団体のお木曳車がパレードに登場し、会場を一層盛り上げます。

伝統と次世代のエネルギーが交差する熱気溢れる2日間です。ぜひ会場へお越しください。

市民交流課内・伊勢まつり実行委員会事務局 (TEL 21-5549)

とき 10月10日(土)、9:40~21:00
10月11日(日)、9:40~17:00

※タイムスケジュールは27ページに掲載しています。



Instagram



Facebook



市ホームページ

10月10日(土) 11日(日) 伊勢まつり交通規制図

会場周辺道路は駐車禁止です。公共交通機関をご利用ください。



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
(8月末)

総人口
世帯数

116,495人 (-85人)
56,746世帯 (-1世帯)

男性 55,190人 (-32人)
女性 61,305人 (-53人)