広報
いせ
伊勢市とみんなを
つなげる情報紙

令和8年
12月1日号
2026
No.425
伊勢市 / Ise City






特集

読書バリアフリー

～誰もが読書を楽しめる伊勢市を目指して～

皇學館大学CLL「広報いせ」特集記事制作プロジェクト 協力



※伊勢市の市外局番は「0596」です。

特集

読書バリアフリー

～誰もが読書を楽しめる伊勢市を目指して～

皇學館大学CLL「広報いせ」特集記事制作プロジェクト 協力　　教育メディア課・読書推進係（TEL63-5852）

私たちが何気なく行っている「手元に本を準備し、本を開き、文字を目で追い、楽しみ、知識を得る」という読書には、実はさまざまなバリア（障壁）が存在します。視覚障がいだけでなく、病気やけがによる体の不自由さ、加齢による見えづらさもバリアであり、図書館へのアクセスや時間の制約などもバリアです。

2019年に「読書バリアフリー法」が施行され、誰もが読書を楽しめる環境づくりが全国で進んでいます。

今号の特集では、そうした読書のバリアを解消する便利グッズの紹介とともに、皇學館大学の学生の皆さんとのワークショップの様子をお届けします。皆さんも自分に合った読書を探してみましょう。

読書バリアフリー法（正式名称：視覚障害者等の読書環境の整備の推進に関する法律）は、障がいの有無に関わらず、すべての人が読書を通じて文字・活字文化の恩恵を受けられる社会を目指して、施行された法律です。

してくれる 書フリーグッズ





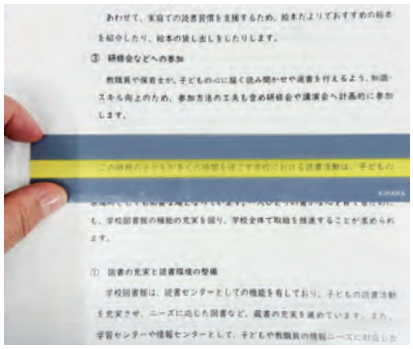
大活字本

文字を大きくし、見やすくしてある本。活字が大きくなる分、厚くなったり分冊になったりする場合がある。

リーディングトラッカー・リーディングルーペ

リーディングトラッカー

本にのせて使うと、読みたい行だけが見えるように工夫された読書補助具。



リーディングルーペ

読みたい行を拡大して見やすくする読書補助具。



※画像はiOS（iPhone）の設定画面

スマートフォンのアクセシビリティ設定

障がいのある人や高齢者だけでなく、すべての人がスマートフォンを快適に使いこなせるよう、文字の拡大、読み上げ、ショートカット、ズーム、音声入力といった、設定や動作などによって使える機能。

伊勢市立図書館では、皆さんが読書を楽しめるようさまざまなサポートをしています。

利用できるサービス

・対面朗読
・音声・拡大読書器（よむべえ）
・リーディングトラッカー

貸し出しているもの

・点字図書　・大活字本
・LLブック　・DAISY図書
・プレクストーク（DAISY図書再生機）

伊勢図書館



〒516-0076 八日市場町13-35
TEL 21-0077
開館時間 9:00～19:00
休館日 毎週水曜日、毎月第2金曜日、特別整理期間、年末年始

小俣図書館



〒516-0505 小俣町本町2番地
TEL 29-3900
開館時間 9:00～19:00
休館日 毎週火曜日、毎月第２金曜日、特別整理期間、年末年始



「よむべえ」

カメラやスキャナーで本などの印刷物の撮影・読み取りをし、文字を音声で読み上げたり画面に拡大表示したりする音声・拡大読書器のこと。

※株式会社よむべえが開発・販売



プレクストーク「PLEXTALK」

視覚障がいのある人や文字を読むことが難しい人などのための音声読書機（デジタル録音図書プレーヤー・レコーダー）のブランド名。DAISYを読むときなどに使える。

※シナノケンシ株式会社が開発・販売

読書をサポート さまざまな 読バリア



マルチメディア DAISY（デイジー）

音声と一緒に、文字や画像が表示されるデジタル図書。読み上げ速度、文字の大きさ、文字間、行間、色、背景色などを自由に調整ができ、読みやすさの調整の個別対応ができる図書。

※写真は「わいわい文庫」（公益財団法人伊藤忠記念財団が製作・提供している、児童書を電子化した「マルチメディアDAISY図書（デジタル録音図書）」の愛称。）



点字本

視覚障がいのある人が、指でなぞって読める文字「点字」で構成された本。

皇學館大学 CLL「広報いせ」特集記事
制作プロジェクトの皆さんと
読書バリアフリーについて
ワークショップを行いました！



「読む」のカタチは、ひとつじゃない。

皇學館大学の学生たちが、さまざまな読書補助具やバリアフリー図書に触れ、図書館での困りごとについて考えました。実際に体感することで見えてきた、読書の新しいカタチや気づきを紹介します。



伊勢図書館にある拡大読書器や DAISY（デイジー）図書再生機を体験。これらの機器は読み上げ速度や背景色などを、見やすさ・聞きやすさに合わせて変更できます。



実際にバリアフリー図書や読書補助具に触れてみよう。

目が見えない状態で図書館を利用するってどんな感じ？ 目を閉じて体験してみよう。



学生の感想

子どもたちにとっては低いところに本があるのはありがたいけれど車いすだと不便だったことが衝撃でした。

誰にとっても使いやすいということはとても難しいけれど、考えていかないといけないことだと思います。





車いすだと、手前に引いて開ける書架は、とても使いづらい！

学生の感想

車いすの体験をしました。例えば低いところにあるものをとりやすくするようなシステムなどができないか？というような、ハード面の工夫にも興味を持ちました。



車いすの目線で図書館を利用してみよう。



学生の感想

体験を通じて、自分が思っていないところにたくさんのバリアがあることを知りました。多くの人に図書館が利用されるように、バリアがどこに存在するのかをさまざまな立場に立って考えたいです。



何もかもを横向きでするのって、とっても大変！

図書館行きのバスってあるのかな？無料バスがあれば便利だな

音声で使える資料検索機など、誰でも使いやすい図書館設備があるといいな



図書館を利用するにあたってどんなことがバリアになる？読書バリアフリーのためにどんなことに取り組むべきかをディスカッションしました。

読書補助具や公共図書館のサービスをPRできるようなイベントがあるといいな

自宅から図書館が遠いということもバリアになるんだ

「読む」ための選択肢が増えることは、誰かの「楽しみたい」「知りたい」という思いに寄り添うことでもあります。障がいの有無や年齢だけでなく、さまざまなバリアがある中でも誰もが自由に読書ができ、その喜びを分かち合えるそんな読書バリアフリーの輪を一緒に広げていきましょう。

広報いせでは、毎月1日号にシリーズ記事「図書館タイム」を掲載しています。「図書館タイム」では、今月のおすすめの本や図書館のトリセツと題し、図書館の機能の紹介などを紹介しています！

今月の図書館タイムは、7ページへ！

市長室から



伊勢市長
鈴木　健一

伝統を受け継ぎ、未来へつなぐ伊勢

令和8年も残すところあとわずかとなりました。

今年、伊勢では第63回神宮式年遷宮に向けた第一次お木曳行事が行われ、内宮領のお木曳には愛子内親王殿下がお越しになりました。全国から多くの特別神領民の方々にもご参加いただき、まちが大いににぎわいました。準備・運営に携わっていただいたすべての方々に、心より感謝申し上げます。来年は第二次お木曳行事を迎えます。安全を何よりも優先し、関係者の皆さんとともに、気を引き締めて準備を進めてまいります。

また、4月には伊勢市歴史博物館が開館し、10月に来館者1万人を達成しました。伊勢市駅前では再開発事業の民間マンションが完成し、令和5年度に整備した健康福祉ステーションにある、猛暑や雨天でも子どもたちが遊べる「キッズ☆もっとテラス」も来場者10万人を達成しました。伊勢市駅前商店街の月ノ宮通りには、伊勢工業高校の生徒の提案を生かしたパークレット「月ノ宮テラス」が整備されるなど、まちの新たな魅力も生まれています。

さらに、式年遷宮を控え、民間ホテルの建設も進んでいます。観光産業の発展を地域経済の活性化や若者の雇用機会の拡大につなげ、地域の未来を支える力にしていきたいと考えています。

一方、明倫商店街の火災では、多くの方々が被災されました。市内外から寄せられた温かいご支援に深く感謝するとともに、引き続き地域の皆様の支援に取り組んでまいります。

「伝統を次代へつなぎ、子どもたちの未来を育み、誰もが安心して暮らせる伊勢をつくる。」令和9年も市民の皆さんと力を合わせ、希望を持って未来へ歩んでまいります。

本年もありがとうございました。

illustration by tupera tupera

三ない運動で明るい選挙を実現しよう

選挙管理委員会事務局（TEL 21-5635）

伊勢市では「明るい選挙の推進」と「投票参加」を呼びかけています。

政治家の寄附は公職選挙法の規定によって禁止されている行為です。12月はお歳暮を贈ることが多い時期ですが、**政治家が有権者にお歳暮を贈ること、有権者が政治家にお歳暮を贈ることは禁止**されています。

市ではこのような行為が起きないよう、「三ない運動」を徹底し、選挙が公正かつ適正に行われ、私たちの意思が政治に正しく反映される選挙を目指しています。



政治家は有権者に寄附を「贈らない」

有権者は政治家に寄附を「求めない」

政治家から有権者への寄附は「受け取らない」

伊勢市選挙管理委員会では、明るい選挙の推進に向けた啓発活動を行います。

1．令和８年度「明るい選挙啓発ポスターコンクール」市審査入賞作品の展示

とき　12月2日(水)・13：00～11日(金)・12：00

ところ　ミタス伊勢・中央通路

2．街頭啓発

とき　12月5日(土)、10:30～11:30

ところ　ミタス伊勢



皇學館大学CLL活動
「若者の投票率UP！プロジェクト」メンバー

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）

郷土の作家 第1回

大門（だいもん） 剛明（たけあき） さん

2009年に、『雪冤（せつえん）』（「ディオニス死すべし」を改題）で第29回横溝正史ミステリ大賞の大賞・テレビ東京賞をダブル受賞して作家デビューされました。精力的に活動を続け、多くの作品が映像化されています。

2025年には、『神都の証人』で第16回山田風太郎賞を受賞し、第174回直木賞の候補作品にノミネートされました。伊勢市を代表する作家の1人です。



撮影／ホンゴユウジ

主な著作

- 負け弁・深町代言シリーズ
- 正義の天秤シリーズ
- 不協和音シリーズ
- 婚活探偵
- シリウスの反証　など多数

伊勢市立図書館ホームページ
テーマ別検索

#今月の推し Book



『罪火（ざいか）』

角川書店　2009年12月刊

2009年、著者2作目として発表された作品。

伊勢神宮奉納全国花火大会開催中の伊勢市を舞台に、被害者が加害者と向き合う修復的司法をテーマにした社会派のミステリ作品。2014年にはテレビドラマ化された。

イベント案内

伊勢図書館

休館のお知らせ
12月29日㈫～令和9年1月4日㈰は、年末年始のため休館

クリスマスおはなし会
時12月12日㈯、14:00～　所2階・視聴覚室

上映会（上映作品『ディロン～クリスマスの約束』）
時12月13日㈰、14:00～　所2階・視聴覚室

冬休み子ども映画会
時12月25日㈭、14:00～　所2階・視聴覚室
内『14ひきのさむいふゆ』
『げんきげんきノンタン　きらきらシャンシャンおほしさま』

小俣図書館

休館のお知らせ
12月29日㈫～令和9年1月4日㈰は、年末年始のため休館

紙芝居を楽しもう！（紙芝居ピッポの会）
時12月7日㈪、15:00～　所2階・会議室

クリスマス赤ちゃんおはなし会
時12月19日㈯、10:30～・11:30～　所2階・会議室
申12月5日㈯・9時から、直接または電話で同館へ

サンタクロースのおはなし会
時12月20日㈰、14:00～　所2階・会議室

最新情報をチェック!

伊勢図書館 TEL 21-0077
開館時間　9:00～19:00
休 館 日　毎週水曜日、第2金曜日
バス停 伊勢市立図書館前

小俣図書館 TEL 29-3900
開館時間　9:00～19:00
休 館 日　毎週火曜日、第2金曜日
バス停 小俣図書館

時とき　所ところ　内内容　申申し込み

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☆ほっとテラス10周年イベント

「ママ☆ほっとテラス」は、妊娠中・産後のママやパパ、
家族が気軽に立ち寄って相談できる場として、10周年を迎えました。
感謝の気持ちを込めた記念イベントを開催します。

問 **健康課(TEL27-2435)**
時 12月13日㈰～15日㈫、9:00～16:30
所 ママ☆ほっとテラス(健康福祉ステーション・6階)
対 市内在住の妊娠中から就学前の子どもがいる家庭
内 抽選会(市内在住の人で期間中1家族1回限り〔各日先着30組〕)、10周年記念フォトブースの設置、10年の歴史パネル展示、おしゃべりタイム〔子育て相談コラボ企画〕
定・申 おしゃべりタイムのみ事前申し込みが必要です。定員・申込期間・申込方法は、右の二次元コードからホームページを確認してください

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 12月11日㈮、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 12月1日㈫・10:00から、直接または電話で同センターへ(月曜日を除く)

御薗こども広場　くるくるフリマinみその

着なくなった子ども服や使わなくなったおもちゃを無料で譲ります。

問 **御薗こども広場(TEL22-7355)**
時 12月12日㈯、11:00～14:00
所 ハートプラザみその・２階 保健会議室
※不要になった子ども服やおもちゃ、絵本がある人はお持ちください。

親子リフレッシュ ～子どもと一緒に遊ぼう～

親子で触れあって楽しいひと時が過ごせる教室を開催しています。

問 **いせトピア(TEL21-0900)**
時 12月３日㈭・17日㈭・令和9年1月14日㈬・28日㈬・２月４日㈬・25日㈬・３月11日㈬・25日㈭、10:30～11:20(開場は10:20)
※11:00以降の入室はできません。
所 いせトピア・３階 研修室
対 就学前の子どもとその保護者
内 わらべ歌遊び、歌遊び、体操、いろんなものを作って遊ぼう など
持 親子で座れる小さめのレジャーシート
申 不要

ママ☆ほっとテラス10周年イベントで開催!
パパとママの教室

問 **健康課(TEL27-2435)**
時 12月13日㈰、①9:00～10:15 ②10:30～11:45 ③13:30～14:45
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(もくよく)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。



産後ママの教室

問 **健康課(TEL27-2435)**
時 令和9年1月18日㈰、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 12月1日㈫・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。

問 問い合わせ　時 とき　所 ところ　対 対象　内 内容　定 定員　料 料金　持 持ち物　講 講師　申 申し込み

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）	12月 9日(水) 12月23日(水)	① 9:00～ ②10:30～	ママ☆ほっとテラス （健康福祉ステーション・6階）	健康課 〔中央保健センター （健康福祉ステーション・5階）〕 （TEL27-2435）
おしゃべりタイム ※要予約 （妊婦さん・産後ママの交流会）	12月 1日(火) 12月 8日(火) 12月22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）	12月 1日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	中央保健センター	
	12月 8日(火)	9:30～11:00	ハートプラザみその	
	12月15日(火)	9:30～11:00	中央保健センター	
	12月22日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	小俣保健センター	
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）



ミーポくん

年末の交通安全県民運動

12月1日㈫～10日㈭は
年末の交通安全県民運動期間です。

【運動の重点】

- 子どもと高齢者の交通事故防止
- 飲酒運転や「ながらスマホ」などの悪質・危険な運転の根絶
- 横断歩道における歩行者優先の徹底
- シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 自転車・特定小型原動機付自転車に関する交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

12月1日は「三重県飲酒運転0（ゼロ）をめざす推進運動の日」

12月1日を同運動の日と定め、飲酒運転の根絶についての理解と関心を深めるための取り組みを推進します。

有料広告

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

12月3日～9日は 障害者週間

高齢・障がい福祉課
(TEL 21-5558)

「障害者週間」とは、誰もが地域で安心して暮らせることを目指し、「障がいのある人についての理解」を深めてもらうとともに、障がいのある人がさまざまな活動に参加できることを目的に定められました。

市では「障がいがあってもなくても、だれもが自分らしく暮らすことができる自立と共生のまち　いせ」を目指して、障がい者サポーターの取り組みを実施しています。

共生社会に関するパネル展

障害者週間に合わせ、共生社会に向けた市の取り組みなどを紹介するパネル展を開催します。

と　き　12月９日(水)まで
〔土・日曜日(閉庁日)を除く〕

ところ　市役所本館・１階　市民ホール

ヘルプマーク・ヘルプカード

ヘルプマーク

外見では援助や配慮を必要としていることが分からない人(障害者手帳の交付を受けている人、難病の人、発達障がいの診断を受けた人など)が、日常生活や災害時などで困ったときに周囲に示し、援助や配慮を得やすくするためのものです。



ヘルプカード

あらかじめ緊急連絡先や必要な支援内容などを記載しておき、配慮を受けやすくするためのものです。



ヘルプマークを持っている人を見かけたら、電車やバスで席を譲る、困っているようであれば声を掛ける、緊急時や災害時に安全に避難するための支援をするなど、配慮をお願いします。

ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています

必要な人は配布場所へお越しください。申請や費用負担は不要です。
配布場所：高齢・障がい福祉課・３総合支所生活福祉課の窓口

障がい者サポーター



障がいの特性を知り、障がいのある人が困っていることや必要とする配慮を理解し、日常生活でちょっとした配慮を実践する人たちのことです。

障がい者サポーターになるためには、「障がい者サポーター養成講座」を受講する必要があります。

障がい者サポート・企業団体を募集!

「障がい者サポート企業・団体」とは、障がい者の積極的な雇用や、障がい者が利用しやすい店づくりなどに取り組んでいる企業・団体のうち、障がい者サポーター制度の普及などに積極的に協力いただける企業・団体のことです。現在33の事業者に登録をいただいています。

子ども用車いすマーク

子ども用車いすは、外観ではベビーカーと判別しにくく、公共交通機関の車内で「折りたたんでください」と言われるなど、誤解を受けて必要なサポートが受けられないことがあります。市では、子ども用車いすを使用していることを周囲に知らせるための「子ども用車いすマーク」を配布しています。

皆さんのご理解と温かいご配慮をお願いします。

絵本作家tupera tupera(ツペラ ツペラ)さんのデザインです。

※申込時に、身体障害者手帳など子ども用車いすを使用していることが証明できるものを提示してください。





株式会社 AS設備工業
AS110
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

よい工業 110番
水道110番 0120-454-110

水道・蛇口の漏れ
蛇口からの水漏れ。接続部分からの水漏れ。
基本料金 (税込)¥7,700

トイレのトラブル
流れが悪い。つまっている。タンクからチョロチョロ音がする。水の流れが悪い。
基本料金 (税込)¥7,700

有料広告



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

市立 伊勢総合病院
Ise Municipal General Hospital

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。

難聴の健康リスクと補聴器のススメ

「最近、テレビの音が大きいと言われる」「聞き返しが増えた」そんな変化を、年のせいと見過ごしていませんか。世界保健機関（WHO）によると、世界で15億人以上、およそ5人に1人が難聴を抱えているそうです。

難聴は「耳だけの問題」ではありません

2024年に英医学誌「ランセット」の国際委員会が公表した報告では、対策可能な認知症の危険因子14項目のうち、難聴は最も影響が大きい要因の一つ（認知症全体の約7%）とされました[1)]。

さらに2026年に発表された、オーストラリア・アイスランド・米国・ノルウェーの約6万4千人を最長16年追跡した研究では、年齢や持病の影響を差し引いても、軽度の難聴で死亡リスクが約1.2倍、中等度で約1.6倍高くなっていました。また、心臓や血管の病気による死亡との関連も報告されています[2)]。これらは会話の減少による孤立やうつ、活動量の低下などが背景にあると考えられています。

補聴器を使うメリット

同じ研究では、補聴器を使う人は使わない人に比べ、死亡リスクが約1割低い傾向がみられました。米国の別の研究でも、補聴器を定期的に使う人は使わない人より死亡リスクが24%低く、時々使う程度では差がありませんでした[3)]。認知機能が低下しやすい高齢者で、補聴器を使った支援により3年間の認知機能の低下が約半分に抑えられ、会話のしやすさや孤独感の改善もみられたという報告もあります[4)]。

これらの多くは観察研究と呼ばれる研究で、補聴器が寿命を延ばすと確実に証明されたわけではありません。それでも、「聞こえを保つこと」が心身の健康を支える可能性があることを、多くの研究が示しています。



まずは耳鼻咽喉科へ

自分や家族の耳の聞こえが気になったら、まず耳鼻咽喉科を受診しましょう。耳自体の異常に限らず、びっくりするくらい巨大な耳垢が難聴の原因だったなんてことも現実にあります。

補聴器が必要な場合は、補聴器相談医や認定補聴器技能者のいる販売店で、耳に合わせて調整してもらうことが大切です。慣れるまで時間がかかるため、毎日使い続けることが効果を得るための近道です。

1) *Lancet* 2024; 404: 572?628.
2) *Lancet Healthy Longev* 2026;7:100903
3) *Lancet Healthy Longev* 2024; 5: e66?75.
4) *JAMA Intern Med* 2025; 185: 797?806.

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

谷崎医師に聞いてみたい「健康に関する疑問」を募集します！

日々の生活の中で感じたり、気になったりしている「健康」に関する疑問はありませんか？お寄せいただいた疑問の中から、谷崎医師が疑問をピックアップし、「健康なんでも相談室」を通じてお答えしていきます！

※いただきました全ての質問にはお答えできませんので、あらかじめご了承ください。

応募方法

次のいずれかの方法で広報広聴課へ
①直接または郵送・ファックス
（〒516-8601 岩渕1丁目7-29、FAX22-9699）
②右の二次元コードからオンライン申し込み

～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　健康課（中央保健センター）（8時30分～17時15分）
〔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
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

★みんなdeいせし健康体操

とき　12月7日㈪・21日㈪、9時～9時30分
ところ　中央保健センター
対象　市内在住の人
内容　いせし健康体操普及推進員とともに動画を見ながら体操
持ち物　飲み物、運動ができる服装
申し込み　不要

★ヘルスメイト料理講習会

とき・ところ・定員・申込期限　下表のとおり
対象　市内在住の人
テーマ　おせち料理
参加費　2000円（当日持参）
持ち物　エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用パック
申込開始日　11月30日㈰

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
12月17日㈭	小俣保健センター	20人	12月9日㈫・12:00
12月18日㈮	ハートプラザみその	20人	12月10日㈭・12:00
12月23日㈫	社会福祉協議会福祉センター	20人	12月8日㈪・12:00

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

★健康づくり講演会 医師講演「口コモ予防で健康長寿」～元気で長生きするための秘訣～

ロコモティブシンドローム（ロコモ）とは、骨や関節、筋肉などの運動器が衰えることで、「立つ」「歩く」といった移動機能が低下した状態を指します。いつまでも元気に過ごすために、今日から無理のないからだづくりを始めましょう。

とき　令和9年1月13日㈫、14時～15時15分
ところ　中央保健センター
対象　市内在住の人
内容　医師によるロコモ予防に関する基礎知識や、日常生活に取り入れやすい運動や具体的な予防対策などの講演
講師　角田 哲也さん（藤田医科大学医学部　連携リハビリテーション医学講座講師）
定員　40人程度（先着順）
申込開始　12月1日㈫

手話通訳あり

高齢者肺炎球菌定期予防接種

65歳の人で、今までに高齢者用肺炎球菌予防接種の助成を受けた記録が伊勢市にない人を対象に、接種券を郵送しています。初めて接種する人は、接種券を使用できます。

接種期間　65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで

※詳しくは「広報いせ」4月1日号15ページ、または市のホームページをご覧ください。
※2回目の接種からは助成制度はありません。料金など詳しくは、かかりつけ医へ相談してください。

★シニア健康講座 認知症予防～知的活動編～

知的活動を通して脳を活性化させましょう。日々の生活の中で大切にしたいポイントを伝えます。

とき　12月22日㈫、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　保健師による認知症予防についての話、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　12月1日㈫

★ヘルスアドバイザーと健康課の共同企画 ウォーキング大会

ウォーキングは、気軽にできる健康法です。市民の皆さんに身近なヘルスアドバイザーと一緒に歩きませんか。

とき　12月18日㈮、13時30分～15時30分（受け付けは13時～）
集合場所　市営大仏山公園スポーツセンター（小俣町新村605）
対象　市内在住の人
内容　展望台から伊勢のまちを一望できる「大仏山公園コース」（距離：3.3㎞）のウォーキング
※雨天時は中止します。（開催可否を当日12時30分に決定）
定員　50人（先着順）
持ち物　飲み物、タオル、運動ができる服装・靴
申込開始　12月1日㈫

伊勢市 特定不妊治療 不妊不育治療 医療費助成事業

不妊・不育治療を受けた夫婦の経済的負担を軽減するため、医師が必要と認めた治療の医療費を助成しています。

(1)伊勢市特定不妊治療(先進医療・保険適用終了後の回数追加・PGT-Aを含む治療)助成事業

対象となる治療	A.先進医療	B.保険適用終了後の回数追加	C.着床前胚染色体異数性検査(PGT-A)を含む特定不妊治療
助成対象者	次の①・②を全て満たす人 ①法律上または事実婚の夫婦(治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満の夫婦) ②申請日に治療を受けている夫婦の一方または双方が、伊勢市に住民票がある		次の①～③を全て満たす人 ①法律上または事実婚の夫婦(治療期間の初日における妻の年齢が35歳以上43歳未満の夫婦) ②申請日に治療を受けている夫婦の一方または双方が、伊勢市に住民票がある ③2回以上の体外受精胚移植の不成功、または、2回以上の流死産の既往のある人。または、夫婦のいずれかに染色体構造異常がある人
助成額	先進医療部分の治療費の70%(上限5万円)	●採卵から胚移植までの治療…上限30万円 ●胚移植のみ、または採卵後中止の場合の治療…上限17万5千円	
助成回数	保険適用の特定不妊治療と併用して実施された先進医療(保険適用外)であれば、助成回数の上限はなし	1子あたり保険適用の治療回数、三重県内他市町での助成回数、Cの助成回数を含めて通算8回まで	1子あたり6回まで ただし保険適用の治療回数、三重県内他市町での助成回数、Bの助成回数を含め通算8回まで
申請期限	特定不妊治療が終了した日から6カ月以内		

(2)伊勢市不妊不育治療医療費助成事業(令和8年4月1日～令和9年3月末日治療分)

対象となる治療	医師が必要と認めた一般不妊治療・特定不妊治療(体外受精・顕微授精)・不育治療
助成対象者	次の①・②を全て満たす人 ①法律上または事実婚の夫婦 ②治療を受けている人が、治療期間および申請日に伊勢市に住民票がある
助成対象金額	申請年度内の医療費のうち医療機関証明書額の2分の1で年間10万円を限度(ただし(1)の助成や高額療養費などの交付を受けている人はその助成額を除く) ※満額(10万円)受けた人を対象に、保険外の不育治療にかかった費用の2分の1で年間10万円を限度の上乗せ助成があります。(上乗せ助成のみを後日に申請をすることはできません)
助成回数	1年度につき1回・通算5回まで
申請期限	令和9年3月31日(水) ※この日に受診予定などで、年度内に申請が間に合わない人は、必ず事前に健康課へ連絡してください。

※(1)(2)とも健康課(中央保健センター)へ申請書類を提出してください。
※(1)の申請がある人は(1)の申請を先に行う、または(1)と(2)を同時に申請してください。
(1)と(2)は申請期限が異なるためご注意ください。
※申請書類は、健康課の窓口にあります。また、市のホームページに掲載しています。
※助成制度について詳しくは、市のホームページを確認してください。

この助成制度を続けていくために、助成費用の一部をクラウドファンディングで募っています。
皆さんのあたたかいご支援をよろしくお願いします。

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）		
12月8日㈫	9：00～11：00	伊勢保健所（県伊勢庁舎内）
12月22日㈫		

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 12月31日～1月3日	9：45～11：30	10：00～12：00
		13：00～16：30	13：00～17：00
		19：15～21：30	19：30～22：00
歯科	日曜日・祝日 12月31日～1月3日	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

乗って残そう バス路線
第14回バスポスターコンクール入賞者



交通政策課（TEL 21-5593）

バスに親しみを持ち、バスの必要性を感じてもらうため、市内の小学生からバスポスターを募集しました。240作品の中から、学年別に最優秀賞に選ばれた皆さんを紹介します。なお、最優秀賞を含む入賞した計46点の作品は、おかげバスの車内などで展示されます。
※作品は市のホームページに掲載しています。

市ホームページ

最優秀賞受賞者

氏名	学校・学年
田端　朝陽さん	小俣小学校1年
山﨑　琥空さん	進修小学校2年
稲垣　翔大さん	明野小学校3年
太田　紬希さん	進修小学校4年
中村　晴陽さん	豊浜東小学校5年
小原　莉希さん	四郷小学校6年

バスの運行を維持するために

市では、バスの乗り方教室の開催やバスポスターコンクールの開催など、バスの利用啓発に取り組んでいます。しかし近年は、バスの運転手不足や利用者の減少などにより、バス路線の維持が難しくなっています。**多くの人に利用していただくことが、バスの存続につながります。**友人や家族、子どもたちと一緒にバスでお出かけしてみませんか。

伊勢市の景観絵画コンクール・伊勢市わがまち写真コンクール最優秀賞

都市計画課（TEL 21-5591）

景観に親しみを持ち、景観への関心を高めることを目的に、平成28年度からコンクールを開催しています。令和8年度は、絵画361点、写真118点の応募作品の中から、下表の作品が最優秀賞に選ばれました。最優秀賞のほか入賞作品は右下表のとおり、市内の施設で巡回展示します。
※作品は市のホームページに掲載しています。

市ホームページ

最優秀賞受賞者・作品一覧

部門	氏名など	作品名
絵画・低学年の部	朝日　菜緒さん（進修小学校2年）	みんなで川曳き　いせのけしき
絵画・中学年の部	溝口　慶次さん（豊浜西小学校4年）	大好きなおかげ横丁
絵画・高学年の部	西村　柾紀さん（有緝小学校6年）	歴史を感じる川の駅
写真の部	榊原　明子さん	川の駅　二軒茶屋

巡回展示スケジュール

ところ	期　間
イオン伊勢店	11月29日㈰まで
ミタス伊勢	12月12日㈯～20日㈰
いせトピア	12月23日㈬・24日㈭
イオンタウン伊勢ララパーク	令和9年1月9日㈯～21日㈭
伊勢図書館	令和9年1月29日㈮～2月14日㈰

支え合う　住みよい社会　地域から

福祉総務課（TEL 21−5557）

新人民生委員・児童委員の座談会
～民生委員・児童委員ってどんな人？～

民生委員･児童委員の活動を1年間経験して、感じたことなどを語っていただきました。

民生委員･
児童委員のマーク

「また来てくれた」の一言で地域とのつながりを感じた



元々は市外に住んでいたので、地域とのつながりが多くありませんでした。散歩中やお木曳の時に地域の人に声をかけてもらったり、お宅を訪問した時に「また来てくれた」と言ってもらえたり、地域とのつながりが増えて、とてもうれしいです。

（厚生・玉山委員）

「"つなぎ役"でいい」と知り、すっと心が軽くなった



初めは自分に務まるのか不安でしたが、民生委員は解決するのではなく、「つなぎ役」でいいんだということを知り、すっと肩の荷が下りました。

自分のペースで活動できて負担も少ないですし、先輩の民生委員も親切で心強いです。

（倉田山・野垣内委員）

活動の中で懐かしさを感じることができた



自分たちが子どもの頃の話とか昔の話を話してくれる人もいて、とても懐かしい気持ちになります。一人暮らしだと人と話す機会も少なくなりますので、そういった人から「ありがとう」と言ってもらえたとき、やってよかったなと思いました。

（豊浜・右京委員）

民生委員・児童委員に聞いてみた

Q 1　どのような活動をしていますか？

A 1　高齢者宅を訪問したり、子どもの登下校を見守ったりするなど、地域の見守り活動を行っています。その中で必要な関係機関へのつなぎも行っています。

Q 2　特別な知識やスキルは必要ですか？

A 2　民生委員は誰しもが特別な人ではありません。研修会や勉強会に参加し、必要に応じて他の委員に相談しながら活動しています。
強いて言えば、お話を聞くことが好きな人は向いていると思います。

Q 3　仕事や家庭が忙しいのですが、少しでも協力できることはありますか？

A 3　「民生委員協力員」という制度が令和７年度から始まりました。まずは、福祉総務課へ相談してみてはいかがでしょうか。



民生委員12年目
（倉田山・中川委員）

民生委員は市民の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを目指して活動しています。しかし、市では309人の定数に対し、34人の担い手が不足しています。（令和８年11月１日現在）市では、地域の安心を支えるため、民生委員として活動していただける人を募集していますので、関心がありましたら、福祉総務課へ連絡をしてください。

YouTube
座談会の様子

有料広告

弁護士法人
愛知総合法律事務所
伊勢駅前事務所【三重弁護士会所属】

相続　遺言　交通事故　借金問題　離婚

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

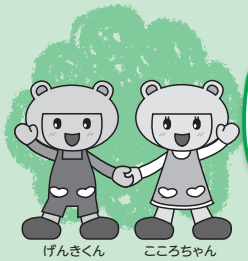


無料 法律相談
お電話、オンライン、面談での法律相談（初回）が可能です。詳しくはホームページを！
愛知総合法律事務所　伊勢駅前　検索

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



伊勢社協マスコットキャラクター

社協はげんきなこころ応援します

Vol.93

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
伊勢社協 検索

伊勢市 福祉総合支援センターよりそい
TEL21-5715 FAX63-5420

伊勢市社会福祉協議会
生活サポートセンターあゆみ TEL63-5224 FAX27-2412
地域福祉課 TEL63-5334 FAX27-2415
伊勢市ボランティアセンター TEL63-6370 FAX27-2415
（八日市場町13-1 福祉センター）

男性もたくさん集まる

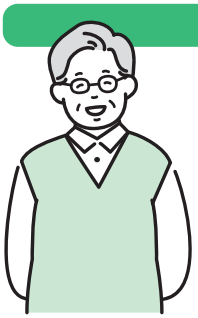
みなさんからご協力いただいた赤い羽根共同募金を活用して助成しています

「地域の集いの場（ふれあい・いきいきサロン）」を紹介します！



と　き 毎週水曜日・土曜日（第３土曜日を除く）12：00～16：00
ところ 湯田保健福祉会館（小俣町湯田61）

代表者に聞きました！



●はじめたきっかけは？
「高齢者の皆さんが楽しめる集いの場をつくりたいと思い、平成30年４月から始めました」

●大切にしていることはありますか？
「皆さんの和を大事に、楽しく脳トレをしていただきたいです。」

参加者に聞きました！

●今まで麻雀をされたことはありましたか？
「若い頃にはしたことがありました。久しぶりなのでできるか心配でしたが、回数を重ねるうちに思い出してきました」
「初心者ですが、皆さんに教えてもらいながら、やり方を覚えることができました。」





●参加してみてどうですか？
「手も頭も使うので認知症予防になっていると感じます。」
「このサロンで出会った人と釣りやカラオケなどにも行くようになり、友達が増えました。」

健康麻雀とは

健康麻雀とは、「お金を賭けない・お酒を飲まない・たばこを吸わない」という「3ない」を基本に、年齢や経験を問わず、安心して楽しめる麻雀のことです。勝ち負けだけでなく、頭を使う楽しさ、仲間との交流、地域のつながり、生きがいづくりを大切にする活動として、シニア世代を中心に広がっています。

地域に集いの場を作りたい・参加したい・詳しく知りたい人は、気軽に相談してください
問い合わせ：伊勢市社会福祉協議会　地域福祉課　TEL 63-5334

この人に注目！ 7

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。

大工の技と心を、作品に込めて

小久保さんの作品



大工の家に生まれ、約50年、大工一筋で歩んできた小久保さん。仕事を退いた後の暮らしを見据え、55歳頃から木漆工芸を始めました。漆芸はYouTube動画を見ながら独学で習得。退職後は、お世話になった人へ、感謝の気持ちを込めて、自らの手で作った作品をプレゼント。これまでに贈った人は40～50人に。「せっかく送るなら喜んでもらえる、質の高い作品を」と、伊勢市展やみえ県展に出品し、入選作品を生み出しています。お世話になった人を思いながら半年から1年かけて作品を完成させる・・・それが現在のライフワークになっています。


小久保良太朗さん/78歳

元気の秘訣 木漆工芸

オンライン予約を開始！

マイナンバーカードの電子証明書更新手続き

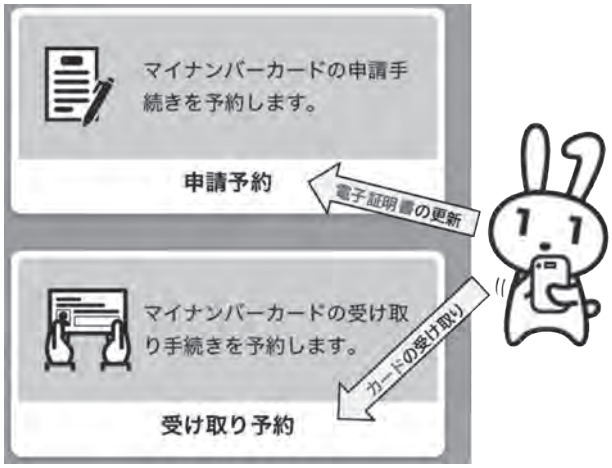
戸籍住民課（TEL 21-5721）

11月24日から、これまでのマイナンバーカード受け取り予約に加え、12月１日（火）分以降の電子証明書更新手続きについても予約できるようになりました。

今回の予約は戸籍住民課での手続きのみとなります。戸籍住民課へ予約なしで来庁された場合は、予約の人を優先して案内します。

月１回実施する戸籍住民課の休日窓口は完全予約制です。

なお、３総合支所生活福祉課で月～金曜日に手続きをする場合は、来庁順での案内になります。



予約方法

※予約方法によって受け付け終了日が異なります。

1 オンライン予約（希望日の２開庁日前まで予約可能）

次のいずれかの方法で24時間いつでも予約できます。

① 市のホームページ

② 伊勢市公式LINE

- 伊勢市公式LINEを友だち登録
- 「メニュー２」をタップ
- 「マイナンバーカード受け取り予約電子証明書更新予約」をタップ

2 電話（希望日の１開庁日前まで予約可能）

戸籍住民課へ開庁時間内に電話してください。

例 12月7日（月）に手続きを希望する場合

予約方法	受け付け終了日
オンライン	12月３日（木）〔希望日の２開庁日前〕
電話	12月４日（金）〔希望日の１開庁日前〕

予約時に必要な情報

対象者の氏名、生年月日、住所、電話番号またはファクス番号

電子証明書の有効期限を過ぎてしまった場合

電子証明書のみの有効期限が過ぎた場合でも、対面の本人確認としては引き続き使えますが、次のサービスは利用できません。なお、更新をすることで改めて利用することが可能となります。

- マイナポータルやｅ－Ｔａｘなどの行政サービス
- コンビニ交付サービス
- マイナ保険証　など

不正な個人情報の取得にご注意を！

マイナンバーカードや電子証明書の更新に便乗し、口座情報、家族構成、マイナンバー、暗証番号を求める不審な電話・メールなどに注意してください。国や市町村がこれらの情報を求めることはありません。また、第三者にマイナンバーカードや暗証番号を渡さないでください。

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 FreeDial 0120-28-3001
つた運輸
https://www.tsutaunyu.jp/

NHK のど自慢

出場者・観覧者募集！

「NHKのど自慢」の公開番組を開催します。
“あなたの街の、みんなのステージ”をテーマに、地域の皆さんの歌声を全国にお届けします。皆さんのご参加をお待ちしています！

NHK津放送局（TEL 059-229-3000）
（月～金曜日〔祝日・12月29日～１月３日を除く〕10:00～17:00）
文化政策課（TEL 22-7884）

とき 令和９年２月７日(日)
開演…11:50(開場は11:00)
終演…13:20頃(予定)

予選会 令和９年２月６日(土)
開会…12:00
結果発表…17:30頃(予定)

※予選会は公開で行う予定ですが、混雑の状況により入場を制限する場合があります。(入場自由、事前申し込みは不要)

ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢(観光文化会館)・大ホール

※会場の駐車場は、予選会・本選の両日とも利用できません。(おもいやり駐車場は除く)
公共交通機関を利用してください。

内　容 【出演】予選を通過した20組程度の皆さん



ゲスト
稲垣 潤一さん



ゲスト
一青 窈さん

司会　高瀬 耕造 アナウンサー

放送予定 令和９年２月７日(日)
12:15～13:00(生放送予定)
〔NHK総合・AM・FM・国際放送〕

申し込み

NHK津放送局ホームページの専用申し込みフォーム(下の各二次元コード)からお申し込みください。

申し込みフォーム

①出場を申し込む人
申込期限
12月25日(金)、23:59

②観覧を申し込む人
申込期限
令和９年１月６日(火)、23:59

申し込み結果の通知

出場当選の人には予選会の案内が、観覧当選の人には入場整理券が、令和９年１月22日(金)頃に発送されます。落選した人には令和９年１月22日(金)・15時以降に、落選通知メールが送られます。

※出場申し込みおよび観覧申し込みに関する注意事項など詳しくは、上記NHK津放送局のホームページをご確認ください。

2026 ISE COLLECTION 伊勢市芸術祭

第72回 伊勢市美術展覧会の入賞者

文化政策課（TEL22－7884）

10月20日～25日に開催した伊勢市美術展覧会では、2,563人の来場者がありました。
上位３賞の入賞者は下表のとおりです。

伊勢市美術展覧会の入賞作品（上位3賞）

賞名	部門	作品名	氏名（敬称略）	住所
市長賞	絵画	不貞腐れ	平石　夕夏	志摩市磯部町下之郷
	書	李煜詩	寺田　祐峰	鳥羽市幸丘
	写真	風と光の稜線	林　隆久	度会郡玉城町上田辺
	彫刻	未知半ば	北川　勝己	伊勢市中須町
	工芸	乾漆螺鈿小箱「翠風」	藤原　恵子	伊勢市下野町
	グラフィックデザイン	伊勢の建築を巡る旅	髙瀬　洋	伊勢市前山町
市議会議長賞	絵画	Dayflower	長谷川　由依	津市河芸町千里ケ丘
	書	虞伯施詩	小掠　雄大	伊勢市小俣町湯田
	写真	網を張る老婦	浜口　正雄	志摩市志摩町布施田
	彫刻	駆け抜ける	中村　勝己	度会郡玉城町蚊野
	工芸	緯吉野織帯地「メリーゴーラウンド」	奥野　香里	伊勢市上地町
	グラフィックデザイン	fufufu coffee	出口　聡子	伊勢市大世古
教育長賞	絵画	悠久の守りⅦ	晨鐘　一草	伊勢市中須町
	書	杜牧の五言絶句	前田　龍光	伊勢市二見町今一色
	写真	無音の旋律	徳田　栄作	度会郡南伊勢町神津佐
	工芸	むすびのお木曳	立野　麻貴	伊勢市楠部町
	グラフィックデザイン	思いがけない訪問者 an unexpected visitor	伊藤　さゆり	松阪市松名瀬町


書部門　市長賞（李煜詩）


絵画部門　市長賞（不貞腐れ）


写真部門　市長賞
（風と光の稜線）


彫刻部門　市長賞
（未知半ば）


工芸部門　市長賞
（乾漆螺鈿小箱「翠風」）



グラフィックデザイン部門
市長賞
（伊勢の建築を巡る旅）

世界に発信！ 伊勢市短詩型文学祭 入賞作品を展示

文化政策課（TEL22－7885）

と　き　11月28日（土）～12月24日（木）、
9:00～17:00（休館日〔水曜日〕を除く）

ところ　伊勢市歴史博物館（無料エリア内）

内　容　伊勢市の魅力を世界に発信するため、市内の小中学生の皆さんから伊勢に関するものをテーマとした短歌と俳句を募集しました。多数の応募作品の中から入賞した作品を展示します


昨年度の展示の様子

有料広告

屋根・外壁・お家のことならなんでも！
株式会社 晴人
■屋根の葺き替え　■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
■瓦・漆喰の補修　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！
相見積もりOK！ 点検・お見積もり無料！
0596-67-5421
〒516-0021 伊勢市朝熊町1912

畳・ふすま・障子・クロス・カーテン・内装のことなら藤原屋へ！
お家の畳は傷んでいませんか？
藤原屋は生産地（熊本県）に出向き「国産の安全・安心な畳」をお届けします。
創業大正七年 地元で100余年
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！
0120(28)4531
伊勢の畳屋　検索
http://fujiwaraya-ise.jp

市の人事行政の運営状況について

職員数など……職員課 人事係（TEL21－5505）
給与など…職員課 給与厚生係（TEL21－5506）

人事行政の透明性を高めるため、概要をお知らせします。

職員数など

伊勢市の職員数については、業務量の増加、多様化・高度化する市民ニーズに的確に対応した行政サービスを提供できる体制を維持するために、平成26年度から「伊勢市職員の定員管理の基本的な考え方」に基づき定員の管理を行っています。なお、令和７年４月１日から令和８年４月１日における総職員数の増減は、15人の増員となりました。

（各年４月１日現在）

	令和８年	令和７年	対前年増減数
職員数	1,576人	1,561人	＋15人

※職員数は定員管理調査において報告した常勤の一般職に属する職員数です。

◆採用者数・退職者数

令和８年４月１日採用者数	令和７年４月１日採用者数	令和７年度退職者数			
		定年退職	早期退職	普通退職ほか	合計
82人	106人	0人	10人	64人	74人

※職員数は正規職員（再任用職員および任期付職員を除く）の職員数です。

◆再任用職員の配置状況

（令和８年４月１日現在）

フルタイム勤務職員	短時間勤務職員	合計
4人	48人	52人

◆職員の分限処分・懲戒処分

（令和７年度）

分限処分			懲戒処分			
免職	降任	休職	免職	停職	減給	戒告
0人	0人	30人	0人	0人	1人	0人

※分限処分は、疾病などのため、職員がその職責を十分に果たすことができない場合に、公務能率を維持することを目的として行う職員に対する不利益処分です。
※懲戒処分は、職員に公務員としてふさわしくない非違行為があった場合に、公務秩序を維持し、その職員の責任を問うことを目的として行う職員に対する制裁措置です。

休業の状況

育児休業の状況：54人（令和８年４月１日現在）

職員の人事評価の状況

職員の能力・資質、業績、勤務態度などを把握して評価を行い、昇任、配置転換などの人事管理を実施しています。

職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

１日の勤務時間は、８時30分から17時15分までを基本とした週38時間45分勤務で、原則週休２日制となっています。市民サービスの向上、業務の効率化などの目的で、勤務時間帯をずらしたり、交替制勤務としたりするなど、業務内容によって異なる勤務形態をとっています。

退職管理の状況

地方公務員法などにより、営利企業などに再就職した元職員に対し、離職前の職務に関して、現職職員への働きかけが禁止されており、伊勢市においても退職管理の適正化を図っています。

職員の服務の状況

地方公務員法などにより、服務に関する基本原則が定められています。基本原則は次の６つです。①職務専念義務、②信用失墜行為の禁止、③営利企業等の従事制限、④争議行為の禁止、⑤守秘義務、⑥政治的行為の制限

職員の研修の状況

伊勢市人材育成・確保基本方針に基づき、職員の資質向上および人材育成を図るため、職員研修を実施しています。

職員の福祉および利益の保護の状況

①職員は給与等勤務条件に関して当局が適当な措置を講じるよう公平委員会に要求することができます。
②職員は、懲戒その他意に反する不利益な処分に関して、公平委員会に不服の申立てをすることができます。

給与など

市職員の給与は、民間の事業所や国・県・他市町とのバランスを考えて条例などで定められています。

◆職員給与費の状況（令和７年度一般会計決算額）

職員数	給与費				一人当たり
	給料	職員手当	期末勤勉手当	合計	
1,029人	40億 6,704万5千円	8億 6,404万8千円	17億 1,917万円	66億 5,026万3千円	646万3千円
割合	61.2%	13.0%	25.8%	100.0%	

※職員手当には、退職手当・退職手当組合負担金、児童手当は含みません。
※給与費には任期付職員および再任用職員を含めていますが、職員数は再任用短時間勤務職員を含みません。
※会計年度任用職員は非常勤の一般職員であり、上表に含みません。

◆職員給与の状況

1　職員の平均給料月額、平均年齢、初任給　（一般行政職　令和8年4月1日現在）

平均給料月額	平均年齢（10進）	初任給			
345,200円	43.3歳	大学卒	237,600円	高校卒	213,100円

※一般行政職とは、主に事務職で病院職員・消防職員・保育職員・再任用職員などを除きます。

2 職員手当の状況

（令和８年4月1日現在）

区分	内　　容
扶養手当	●子…1人につき 月額 13,000円を支給（16歳～22歳の子は、1人につき 5, 000円加算） ●子・配偶者以外の扶養親族…1人につき 月額 6,500円を支給
地域手当	●在勤する地域毎に民間の賃金水準や物価等を考慮して支給 …伊勢市：給料、管理職手当及び扶養手当の月額の合計額の４％
住居手当	●借家・借間居住者に対し支給（最高支給額：月額 27,000円）
通勤手当	●交通機関利用者…定期代相当額（最高支給額：月額 150,000円） ●交通用具使用者（自家用車など）…通勤距離（片道２km以上）に応じて月額 2,250円～66,400円を支給 …駐車場代相当額を支給（最高支給額：月額 5,000円）
時間外勤務手当	●正規の勤務時間を超えて勤務した場合に支給
管理職手当	●管理又は監督の地位にある職員に対し支給（月額 40,000円～69,000円）
管理職員特別勤務手当	●管理職員が臨時又は緊急の必要により週休日等に勤務をした場合に支給 （６時間以下：１回あたり 3,500円～8,500円、６時間超：１回あたり 5,250円～12,750円）
特殊勤務手当	●特殊な勤務に従事した場合、その勤務の特殊性に応じて支給（危険業務従事手当、災害時出動手当など）
その他	●夜間勤務手当、休日給など

3　期末勤勉手当の状況

（令和8年4月1日現在）

期別	期末手当	勤勉手当	合計
６月期	1.2625月分 (0.7125月分)	1.0625月分 (0.5125月分)	2.325月分 (1.225月分)
12月期	1.2625月分 (0.7125月分)	1.0625月分 (0.5125月分)	2.325月分 (1.225月分)
合計	2.525月分 (1.425月分)	2.125月分 (1.025月分)	4.65月分 (2.45月分)

※職制上の段階、職務の等級等による加算措置あり（加算割合５％～15％）
※上表の（　）内は、再任用職員に係る支給割合

4 退職手当の状況

（令和8年4月1日現在）

区分	自己都合	定年・応募認定
最高限度額	47.709月分	47.709月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分

※定年前早期退職特例措置（３％～45％加算）

◆特別職の報酬などの状況

特別職の給料、報酬などについては、公正を期すため、市内の各分野の代表者・有識者などで構成する「特別職報酬等審議会」で審議され、条例で定められています。

（令和8年4月1日現在）

区分	給料月額	期末手当	退職手当
市　長	1,006,000円	6月期　2.325月分 12月期　2.325月分 合　計　4.65月分 （20％の加算措置あり）	市　長　450/100×勤務年数×給料月額
副市長	780,000円		副市長　280/100×勤務年数×給料月額
教育長	678,000円		教育長　200/100×勤務年数×給料月額
議　長	572,000円	6月期　1.75月分 12月期　1.75月分 合　計　3.50月分 （20％の加算措置あり）	
副議長	513,000円		
議　員	454,000円		

MOTTAINAI（もったいない）

～3R ＋ リスペクト～ をもう一度!!

ごみ減量課（TEL 37-1443）

ワクワク かんきょうフェスタ in イオン伊勢店

参加無料

環境のことを楽しみながら学び、身近にできるごみ減量やリサイクルについて考えてみませんか。

とき 12月20日(日)、10:00～13:30

ところ イオン伊勢店



主なイベント

イベント名	内容など
家具リユース 無料譲渡抽選会	申込時間…10:00～12:15 抽選会…12:30～
ブックマルシェ	自由に本を手に取り、楽しめます
手作りコーナー	「英心高校SBPゼミ」による手裏剣づくり、貝殻ストラップ、伐採した木に好きな絵を書いて作るストラップ
クイズラリー	店内のリサイクルコーナーを回ってクイズに挑戦
ゲームコーナー	つりde分別、雑がみで作った輪投げ、ペットボトル立て など

イベントの参加特典が盛りだくさん!

①草や枝の堆肥をプレゼント(先着100人)
②ごみ分別促進アプリを当日ダウンロードでオリジナルトートバッグなどのプレゼント
③ゲームコーナーやクイズラリーの参加でもれなくプチギフトを進呈



環境ポスターの入賞作品も展示します

環境の意識を高めるため、小中学生を対象に「環境ポスター」を募集しました。
今年は、277点の応募があった中から、27人が入賞しました。
イベント当日は、27人の作品の展示・受賞者の表彰式を行います。

＊もったいない教室参加者募集＊

伊勢リサイクルプラザ（TEL 38-2800）

ごみ減量の啓発を目的とした教室を開催します。

とき・教室名・定員 右表のとおり
※時間はいずれも10時開始ですが、終了時間は異なります。

ところ 伊勢リサイクルプラザ(西豊浜町653)

対　象 伊勢市、明和町、玉城町、度会町に在住または通勤している人

料　金 200円
※七宝まり作りは２回講座・各200円
※ＥＭぼかしは今年度３回まで無料・段ボールコンポスト作りは無料

申し込み 各開催日の１カ月前から、電話で同プラザへ〔受け付けは月～金曜日、9:30～15:30（祝日・振替休日・年末年始を除く）〕



とき	教室名	定員(先着順)
令和９年 １月16日(土)	段ボールコンポスト作りとエコ菜園	10人
１月17日(日)	帯でトートバッグ作り	８人
１月23日(土)	廃油キャンドル・石けん作り	５人
１月24日(日)	ハギレでブローチ作り	７人
１月30日(土)	簡単ケア帽子作り	７人
２月６日(土)	七宝まり作り(２回講座①)	７人
２月７日(日)	ＥＭ石けん作り	７人
２月13日(土)	ＥＭぼかし作り	15人
２月20日(土)	ふっくら布ぞうり作り	６人
２月21日(日)	七宝まり作り(２回講座②)	７人
２月28日(日)	猫のクッション作り	７人
３月７日(日)	牛乳パックで椅子作り	５人
３月13日(土)	ＥＭぼかし作り	15人
３月14日(日)	布で作るチューリップ	16人
３月20日(土)	段ボールコンポスト作りとエコ菜園	10人
３月21日(祝)	ペットボトルで万華鏡作り	７人
３月27日(土)	南天苦難去る作り	７人



子どもの未来に“確かな道を”

一生ものの国家資格で地域に貢献できる仕事！

理学療法学科

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
伊勢志摩リハビリテーション専門学校
ISE-SHIMA REHABILITATION COLLEGE
伊勢市御薗町高向 1658
TEL 0596-24-2540

有料広告

水道の防寒対策をしましょう

上水道課（TEL 65-5274）

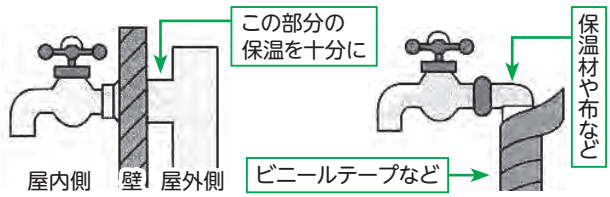
気温が氷点下になると、水道管や蛇口が凍結しやすくなります。特に、配管が露出している場合や、建物の北側や風当たりの強い場所にある場合は注意してください。

凍結すると、水が出なくなるだけでなく、水道管の破損による漏水が起こることがあります。宅地内の漏水修理は、伊勢市指定給水装置工事事業者に依頼してください。

水道管の防寒方法

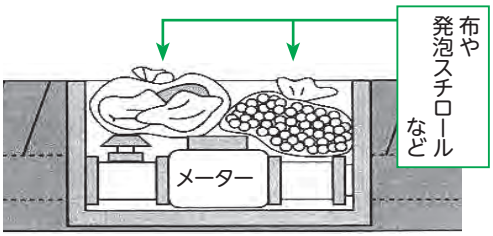
露出している水道管や蛇口に、市販の保温材や布などを巻き、その上からビニールテープやガムテープを巻き付けます。蛇口を少し開けて、少しだけ水を出しておくと凍結しにくくなります。

たまった水は、洗濯など飲用以外に利用してください。



水道メーターの防寒方法

メーターボックスの中に、ビニール袋に入れた布や発泡スチロールなどを入れて保温。



宅地内漏水はありませんか？

料金課（TEL 65-5260）

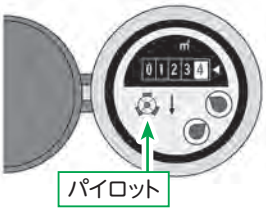
宅地内の水道管（給水管）は、使用者の自己管理が基本です。検針結果を毎回確認し、水量などに異常がある場合は漏水の確認をしてください。

トイレなどの機器の不具合にご注意を

トイレのボールタップなどの不具合による漏水が増えています。機器などの不具合による漏水は水道料金の減額対象外になりますので、適正な管理をお願いします。

漏水の確認方法

全ての蛇口を閉めても水道メーターのパイロットが回っていれば、どこかで漏水している可能性があります。



メーターの検針と取り替えにご協力を

料金・検針について…料金課（TEL 65-5260）
メーター取り替えについて…上水道課（TEL 65-5274）

水道料金は、使用した水量に応じてお支払いをしていただいています。そのため、市から委託した検針員が２カ月に１回水道メーターの検針を行い、水道料金を算出しています。また、水道メーターは法律の定めにより定期的に取り替えています。

スムーズな検針・取り替えのため、次の❶～❹にご協力ください。

❶メーターボックスの上には物を置かない。
❷泥や土でメーターが埋まらないようにする。
❸メーターボックス付近が雑草などで覆われないようにする。
❹犬などはメーターボックスから離れた場所につなぐ。

※休日・夜間の上下水道の対応は、水道管理センター（TEL 23-3360）になります。

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/

弁護士法人心
電話・TV電話相談対応
相談料0円（相続・遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・過払い金・借金以外は初回30分程度）
夜間・土日祝相談可（要予約）
相続・遺言・交通事故・後遺障害
労災・障害年金・過払金・借金
在留資格・企業法務・労務・刑事事件他
※主たる事務所は愛知県弁護士会所属。※費用には例外や変更もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。※本広告は令和8年10月時点のものです。
松阪駅1分 弁護士法人心 松阪法律事務所（三重弁護士会）
近鉄四日市駅1分 弁護士法人心 四日市法律事務所（三重弁護士会）
他の事務所 松坂屋名古屋店内・名古屋駅・岐阜駅他
総合受付 平日9時～21時・土日祝9時～18時受付（12/31～1/3は除く。大型連休中の休業や臨時休業もございます。詳細はHPをご覧ください）
0120-272-782
詳細は⇒ https://www.kokoro.law

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。**

～みんなの力で残そう 生かそう 地域の宝～
御師文化再生フォーラム2026

NPO法人旧御師丸岡宗大夫邸保存再生会議・丸岡さん（TEL 080-6968-5215）

時12月６日㈰、13:30～16:00　所伊勢河崎商人館 角吾座　内**基調講演**『伊勢の御師と式年遷宮』～御師の古文書からその一端を紐解く～（講師…松島 諒さん〔皇學館大学文学研究科国史学専攻博士前期課程〕）**活動報告**『江戸時代遷宮年の宇治山田の様相を探る』～御師家の古襖下張り資料等から町の様子を見る～（講師…丸岡 正之〔旧御師丸岡家18代当主〕）　定30人（先着順）　申不要

第二十六回みたす寄席

伊勢・船江温泉みたすの湯（TEL 29-4126）

時12月13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2017年に柳家海舟に入門、2026年天下一落語会優勝の二ツ目・柳家小ふねが出演　定24人（先着順）
料2,000円（入浴料付き前売り券は、2,500円）　申12月13日㈰までに、直接または電話・Eメール（✉mitasuyose@mts-ise.com）に氏名・フリガナ・電話番号・メールアドレス・枚数・椅子席希望の有無を記入してみたすの湯へ、またはみたすの湯ホームページ（URL https://mts-ise.com/yu/）からオンライン申請
※空きがあれば、当日受け付けも行います。

空き家セミナー

株式会社ベリーベスト（TEL 0120-162-061）

時12月20日㈯ 第１部…10:00～11:00・第２部…14:00～15:00 ※第１・２部とも同内容です。　所県営サンアリーナ・２階 第一会議室　対空き家を所有している人、または相続で将来所有する可能性がある人　内売れない空き家でお困りの人や将来空き家化しそうな不動産をお持ちの人向けの、空き家の手放し方、相続登記、家族信託などの視点で解決策を学ぶことができるセミナー
定各45人（先着順）　申12月1日㈫～19日㈮に、電話でベリーベストへ、または右の二次元コードからオンライン申請
※空きがあれば、当日受け付けも行いますので、直接会場へお越しください。

明治安田 Jリーグウォーキング in 伊勢

明治安田生命保険相互会社 津支社（TEL 059-228-0361）

時12月12日㈮、10:30～（受け付けは、9:00～）
集合場所イオン伊勢店 屋上駐車場
対市内または近隣市町在住の人
※小学生以下は保護者同伴。介助が必要な人は、介助者同伴
内伊勢市の景観を楽しみながら約5.5kmのウォーキングイベントです。ゲストにJリーグ選手OBが来場予定。FC.ISE-SHIMA（イセシマ）所属選手が一緒に歩きます
定100人（先着順）
申12月９日㈫までに、右の二次元コードからオンライン申請

ベートーヴェンと尾崎邸のクリスマス

ショコラーデ・野中さん（TEL 42-2468）

時12月26日㈮、14:00～14:40
所尾崎咢堂記念館・２階 会議室
内明治時代に大流行した浅草オペラ風に書き下ろしたショコラーデオリジナルのクリスマスコンサート。小さい子どもからご年配の人まで、一緒に音楽を楽しんでいただけます。最後は第九を歌います　定80人（先着順）　料500円（２歳以下は無料）
申12月25日㈭までに、電話で野中さんへ

日本再発見ゼミ
『出雲神話の深層～スサノオから国譲りへ』

神楽サロン有限会社（TEL 63-9300）

わたしたちは日本のことをどれくらい語れるでしょうか。当たり前すぎて気に留めていなかったこと、学ぶ機会がなかったことなど、多様なエキスパートをお招きし、日本にまつわるさまざまなことを学べる場所が日本再発見ゼミです。
時12月17日㈭、14:30～16:05（開場は14:00）
所シンフォニアテクノロジー響ホール・４階 大会議室３
対市内在住の人
内テーマ…『出雲神話の深層～スサノオから国譲りへ』（講師…三石 学さん）
定30人（先着順）　申12月1日㈫～16日㈭に、右の二次元コードからオンライン申請

第50回雅楽部定期演奏会

皇學館大学雅楽部（TEL 22-0201〔板井研究室〕）

時12月13日㈰、13:30～15:00（開場は13:00）
所皇學館大学・記念講堂
内雅楽の美しい響きに包まれるひとときを、ぜひお楽しみください！　定200人（先着順）
申不要

合唱団プラチナ2000 第９回演奏会「懐（なつかしい）」

合唱団プラチナ2000・岩本さん（TEL 090-5456-2258）

時12月26日㈮、14:00～（開場は13:30）
所いせトピア・多目的ホール　内混声合唱組曲「海の詩（うた）」、混声合唱組曲「伊勢志摩」、混声合唱アルバム「九ちゃんが歌ったうた」、混声合唱のための「合唱で時代劇」などの曲を演奏します　定500人（先着順・全席自由席）　料500円
申12月20日㈰までに、電話で岩本さんへ
※空きがあれば、当日受け付けも行います。

時とき　所ところ　対対象　内内容
持持ち物　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

2月１日号 ➡ 12月15日㈫
2月15日号 ➡ 12月28日㈰

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。**

クリスマスセール

伊勢友の会・中西さん(TEL090-1477-5322)

時 12月12日㈯、10:00～11:40
所 福祉センター・２階 洋室(八日市場町13-1)
内 シフォンケーキ、アーモンドチュール、レモンケーキ、マドレーヌ、エプロン、小物など、会員の手作り品を販売(なくなり次第、終了) 申 不要

体験★体感! ガールスカウト

ガールスカウト三重県第１団・宮川さん
(TEL090-2611-1730)

ガールスカウトってどんな事をしているの？わくわくドキドキ、スカウトと一緒に普段行っている活動を楽しく体験してみませんか。

時 12月13日㈯、10:00～11:00
所 神宮スカウト育成会館(岡本町313) 対 令和９年度に年長世代～小学校低学年程度の女の子 定 10人(先着順)
申 12月８日㈫までに、電話で宮川さんへ

伊勢のお木曳展～つなぐ～

おかげ横丁(TEL23-8827)

時 12月４日㈮～13日㈰、10:00～17:00
所 おかげ横丁・大黒ホール
内「つなぐ」をテーマにお木曳を紹介。また土・日曜は、各奉曳団による木遣り披露、ミニ采作り体験など 申 不要

ひばりの音訳体験講座

伊勢市ひばり朗読奉仕会
(TEL63-6370〔伊勢市ボランティアセンター〕)

視覚障がいの人が利用する印刷物を音声化する基礎技術を学びます。「広報いせ」などを読み、パソコンを使っての録音体験を行います。

時 令和９年２月13日㈯、13:30～15:00
所 福祉センター・３階 会議室１(八日市場町13-1)
定 ５人(先着順) 申 12月１日㈫～15日㈫に、電話で同会へ

「東方金石書道・篆刻研究会」作品展

東方金石書道・篆刻研究会・竹屋さん
(TEL090-8420-8454)

いせトピアで学ぶ40～90歳代のサークルです。書道・篆刻ともに個性のある作品の展示や篆刻体験もあります。

時 12月13日㈰～16日㈫、10:00～16:00
所 いせトピア・ふれあい広場 申 不要

伊勢市青少年健全育成都市宣言20周年記念・令和8年度青少年育成市民会議講演会

「ゲーム・ネット依存の理解と治療概要及び回復支援 ～子どもの未来を守るために、今できること～」

社会教育課(TEL22-7886)

と き 12月19日㈭、13:30～15:30 (開場は13:00)
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 小中学生のゲーム依存・ネット依存の理解、久里浜医療センター外来での実際の治療概要、家庭・学校(保護者・教職員等)の支援の在り方
講 師 三原 聡子さん (独立行政法人 国立病院機構久里浜医療センター 主任心理療法士)
定 員 350人(先着順)
申し込み 12月15日㈫までに右の二次元コードからオンライン申請



12月4日(金)～10日(木)は

人権週間

人権政策課(TEL21-5545)

国では12月4日～10日を「人権週間」と定め、この時期に全国各地で、シンポジウムや講演会を開催するなど、さまざまな啓発活動が行われています。皆さんもこの機会にお互いを尊重し合うことの大切さや、身近な人権課題について考え、誰もがいきいきと暮らせる社会を目指しましょう。

参加登録はお済みですか？

令和8年度 伊勢市二十歳のつどい

社会教育課(TEL22-7886)

二十歳を迎える成人の皆さんを祝い応援するため、令和８年度伊勢市二十歳のつどいを開催します。市のLINE公式アカウントから参加登録をお願いします。


二十歳のつどい実行委員

と き 令和９年１月10日㈯、13:00～14:00(予定)
ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢
対 象 平成18年４月２日～平成19年４月１日生まれの人(令和８年度に20歳を迎える人)

参加登録
①伊勢市LINE公式アカウントから、必要事項を入力
②発行される二次元コードを、当日会場で提示
• 詳しくは市のホームページをご覧ください

伊勢市LINE公式アカウント

最新情報は、こちらをチェック!



市ホームページ

実行委員会Instagram

募集

「おかげバス」のバス停副名称およびベンチへの協賛を募集

交通政策課（TEL 21-5593）

伊勢市コミュニティバス「おかげバス」は、多くの人に利用していただくことが重要です。しかし、利便性を確保し継続していくためには、多大な費用が伴います。

そこで、バス停副名称のネーミングライツ（命名権）とバス停にあるベンチへの協賛を募集し、その掲載料（協賛金）をコミュニティバスの事業費の一助とします。企業・事業者の地域貢献を市民の皆さんへお知らせすることができます。

対象 希望するバス停から300m以内の事業者や店舗など

※詳しくは市のホームページを確認してください。

副名称について

ベンチについて

小学生交通安全ポスターを募集

交通政策課（TEL 21-5508）

小学生の交通安全意識の醸成と交通事故防止の啓発を目的に、安全で安心な住みよい街「伊勢市」を目指す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

申し込み 令和9年1月14日㈭までに、作品裏面に応募票を貼り、各学校（市外の小学校に通学している人は同課）へ

※応募票は各学校で配布します。また、市のホームページに掲載しています。

市ホームページ

学校給食の物資納入業者を募集

教育総務課内・伊勢市学校給食協会（TEL 31-1155）

伊勢市学校給食協会では、令和9年度に市内の小学校や中学校給食共同調理場へ給食食材などを納入する事業者を募集しています。

対象 伊勢市学校給食運営に賛同する市内の事業者

申し込み 令和9年1月8日㈮（必着）までに、申請書を直接、中学校給食共同調理場（下野町564-15）へ

※募集要項・申請書は同共同調理場にあります。また、市のホームページに掲載しています。

市ホームページ

三重交通Gスポーツの杜（もり）伊勢後期（令和9年1月～3月）スポーツ教室

三重交通Gスポーツの杜 伊勢（県営総合競技場）（TEL 22-0188）

令和8年度後期教室（全10回）の受講生を募集します。みんなでスポーツを楽しもう。

対象 15歳以上の人（中学生は除く）

内容 ヨガ、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、ピックルボール、テニス など

申し込み 12月1日㈫～10日㈭（必着）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（〒5160023 宇治館町510）・ファクス（FAX 22-1586）・Eメール（✉info@mie-sports-stadium.jp）で同競技場管理事務所へ

※受講決定者には、12月23日㈫ごろに決定通知書と要項を発送します。

※詳しくは同競技場のホームページを確認してください。

三重交通G スポーツの杜 伊勢 ホームページ

講座

職業訓練ガイダンス

ポリテクセンター伊勢（TEL 37-3121）

求職する皆さんが早期に再就職できるよう、ものづくり分野の職業訓練を行います。

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

申し込み 参加する説明会日を電話でポリテクセンター伊勢へ

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
1月	電気設備技術科（ビジネススキル講習付）	5人（※2）	令和9年1月21日㈭～8月6日㈮	12月7日㈪・14日㈪・21日㈪・令和9年1月4日㈪のいずれかの日に参加してください。	令和9年1月8日㈮
	住宅リフォーム技術科（ビジネススキル講習付）	5人（※2）			

※1 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てください。

※2 ビジネススキル講習付訓練は定員を超えて入所する場合があります。

※3 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。

有料広告


令和8年度おもてなし研修
伊勢の御遷宮について～伊勢の文化を学び、おもてなしレベルをアップしよう!～

公益社団法人 伊勢市観光協会（TEL 28-3705）

御遷宮のことを学び、観光客との会話などに生かしませんか。観光事業者のほか一般の人も参加できます。

とき 12月16日㈬、14時～16時
ところ 伊勢商工会議所・5階 大ホール
内容 「伊勢のまちと御遷宮の関わり～お木曳とお白石持ち～」（予定）
※全3回講座の3回目ですが、この講座のみの受講もできます。
定員 60人（先着順）
申し込み 12月13日㈰までに下の二次元コードからオンライン申請

催し物

伊勢市消防出初式

消防本部総務課（TEL 25-1264）

とき 令和9年1月17日㈰
第1部…9時30分～
第2部…10時30分～
ところ
第1部…伊勢市防災センター
第2部…消防本部車庫前（倉田山公園内）
内容
第1部…式典
第2部…市長観閲（車両行進）、一斉放水など
※第1部は、関係者のみで行います。
※一部交通規制を行います。詳しくは、市のホームページを確認してください。

第24回 JA伊勢 花き品評会

農林水産課（TEL 21-5645）

伊勢の特産品である切花に対する理解と関心を深め、産地の発展を図るため、花き品評会を開催します。色鮮やかな伊勢の切花を楽しんでください。

とき 12月5日㈯、10時～13時
ところ イオンタウン伊勢ララパーク・1階 はあと広場
内容 高品質で名高いバラやガーベラ・トルコギキョウ・カーネーションの展示
※13時から即売会を行います。

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（TEL 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 12月8日㈫・24日㈭、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 12月21日㈰、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 12月14日㈰までに同センターへ

みんなで楽しむ ウィンターフェス

シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢（TEL 28-5105）

ホワイエや大ホールステージでのイベントなどお楽しみが盛りだくさん。冬の思い出に家族でお越しください!

とき 12月19日㈯、14時～17時
ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢 大ホール・ホワイエ
内容

大ホール（14時30分～15時30分）

子どもたちの合唱やゴスペルで冬にぴったりのステージをお届けします
出演者…伊勢少年少女合唱団、いすずウキウキ小学生合唱団、ロバの子J.ゴスペルクラブ しるしと不思議

ホワイエ

皇學館大学CLLのメンバーによる楽しいコーナーがいっぱい。射的や輪投げでたくさん遊んで、スタンプを集めてお菓子をもらいましょう。クイズコーナーではスペシャルスタンプがもらえるかも
※入場は無料ですが、一部有料コーナーがあります。

ふたみふれ愛クラブ
二見ふれ愛マラソン
スポーツ課（TEL**22-7895**）

とき 令和9年1月24日㈰、9時～（受け付けは8時～8時50分）
※天候不良の場合は、令和9年1月31日㈰に延期します。
ところ 二見グラウンド（二見町荘2066）および海岸堤防道路
対象 市内および近隣市町在住の人（親子ジョギングは小中学生とその保護者）
種目 ①小学1・2年生…1.5km ②小学3・4年生…1.5km ③小学5・6年生…2km ④親子ジョギング…1.5km ⑤中学生以上…3km（④以外は男女別）
※高校生・大学生・大人も⑤中学生以上の部に出場できます。
定員 各種目60人（④は40組80人）（先着順）
参加費 ①②③⑤ 600円
※市内総合型地域スポーツクラブ会員・二見町内の小中学生・市内スポーツ少年団（団体申し込みのみ）は1人300円
④1組 600円
※親子のどちらかが市内総合型地域スポーツクラブ会員の場合は1組300円
申し込み 12月15日㈫～26日㈯に、直接ふたみふれ愛クラブ事務局（二見生涯学習センター内）へ
※詳しくは、事務局 姫子松さん（TEL090-8420-9488）へ問い合わせてください。

ステージ開放!! 私もアーティスト
シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢（TEL**28-5105**）

大ホールの舞台を独り占め！会館のスタインウェイピアノが演奏できます。バイオリンなど、アコースティック楽器を持参して演奏もできます。
とき 令和9年1月15日㈭・16日㈮、10時～19時
ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢 大ホール
定員 1枠（25分）当たり演奏者3人まで
料金 1枠につき1000円
申し込み 12月7日㈰・10時から、直接または電話で同館へ
※1人4枠まで申し込めます。
※小学生以下は、保護者同伴です。
※発表会などの公開目的、営利目的としての利用はできません。

御薗こども広場
みそのこども食堂～児童館でカレーを食べよう♪
御薗こども広場（TEL**22-7355**）

とき 12月12日㈯、11時30分～13時（受け付けは12時30分まで）
ところ ハートプラザみその・2階 教養娯楽室
対象 市内在住または通勤している人
※大人のみでの参加はできません。
定員 100人程度（先着順）
参加費 高校生以下は無料（大人は100円）
持ち物 深皿、スプーン、飲み物、ビニール袋
申し込み 12月8日㈪・17時までに、直接または電話で同広場（ハートプラザみその・2階）へ

御薗こども広場
電気工作教室
御薗こども広場（TEL**22-7355**）

電気を利用した2足歩行ロボットを作って遊んでみよう。
とき 12月26日㈯、14時～15時30分（予定）
ところ ハートプラザみその・2階 保健会議室
対象 市内在住の小学生
※1～3年生は保護者の同伴が必要です。4～6年生の保護者も入場可能です。
講師 伊勢おもちゃ病院
定員 12人（先着順）
参加費 500円
申し込み 12月1日㈪～25日㈮・9時～17時に、直接または電話で同広場（ハートプラザみその・2階）へ

外国人住民とその支援に関わる人のための
生活情報説明会&合同相談会
NPO法人 愛伝舎（TEL**059-390-1943**）

とき 12月13日㈰、13時～16時（受け付けは12時30分～）
ところ いせ市民活動センター北館・1階 ホール1
対象 外国人住民、外国人支援・国際交流に取り組んでいる人や団体、今後地域で活動したい人 など
内容 ①名古屋出入国在留管理局・伊勢年金事務所・鳥羽海上保安部による日本のくらしに役立つ制度やルールの説明会 ②各機関の担当者に直接相談できる合同相談会
定員 30人（先着順）
※①のみオンラインで参加できます。（オンラインの場合、定員はありません）
申し込み 12月10日㈭までに左の二次元コードからオンライン申請

ラウンジコンサートルバート
「心に寄り添う、冬のトリオコンサート」
県営サンアリーナ（TEL**22-7700**）

ラウンジでの気軽な演奏会です。ジャズ・ポピュラー系の音楽を中心に演奏します。
とき 12月15日㈫、19時～19時50分（開場は18時30分）
ところ 県営サンアリーナ・1階 ラウンジ
内容 演奏予定曲…人生のメリーゴーランド、All（オール） The（ザ） Things（シングス） You（ユー） Are（アー）、花は咲く ほか
出演者…小堀清登トリオ（ピアノ・ベース・ドラムス）
定員 50人（先着順）
※事前に完売した場合、当日券はありません。
料金 1000円
※就学前の子どもは無料。ただし、家族の膝の上で鑑賞をお願いします。
申し込み 事前に電話で県営サンアリーナへ

冬企画！天体望遠鏡による星の観察会

県営大仏山公園管理事務所（TEL 23-6565）

伊勢の星空を楽しんでみませんか。人工衛星が見えるかな。

とき 12月12日㈮、18時～19時30分

※受け付けは17時30分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

内容 冬の星座や見頃となっている土星と月の観察、星座盤・望遠鏡の使い方の説明（持参した人）

定員 40人（先着順）

申し込み 12月1日㈫から、直接同事務所へ

※小学生以下は保護者が同伴してください。

令和8年度いせトピア子ども新春まつり

いせトピア（TEL 21-0900）

とき 令和9年1月10日㈰ 午前の部…10時～12時 午後の部…13時～15時

ところ いせトピア

参加費 無料（一部、材料費が必要なコーナーがあります。）

申し込み 12月13日㈯までに、左の二次元コードからオンライン申請

※詳しくは、チラシ（市内の保育園（所）、こども園、幼稚園、小学校に配布）、またはホームページを確認してください。

お知らせ

地域関係車両証の集団発行

交通政策課（TEL 21-5703）

年末年始・ゴールデンウィークなどの期間に、国道23号（宇治浦田町交差点～宇治橋前）の通行禁止区間を通行するためには「地域関係車両証」が必要です。

現在交付しているものは12月21日が有効期限であるため、引き続き利用する人は申請（更新）を行ってください。

受付日時 12月10日㈭・11日㈮・14日㈪・15日㈫、9時～16時

ところ 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場（県営総合競技場）

対象 日常生活・経済活動を営む上で、う回路が確保できない人

持ち物 自動車車検証・記録事項のコピー、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）

※詳しくは市のホームページを確認してください。

3級英語検定料を全額補助 伊勢市英語検定チャレンジ補助金

学校教育課（TEL 22-7881）

子どもたちの英語への興味・関心を高めるために、年1回、英語検定の3級検定料を全額補助します。

対象 市内在住または伊勢市立小中学校に通学し、令和9年1月に行う第3回英語検定3級を受験する小中学生

申し込み 令和9年2月19日㈮（消印有効）までに、申請書など必要書類を直接または郵送で同課（〒519-0592 小俣町元町540）へ

※申請書は、同課にあります。詳しくは、伊勢市教育委員会事務局からスマートスクールウェブで送付するチラシや市のホームページを確認してください。

※この申し込みは、英語検定の受験申し込みではありません。

令和8年分の確定申告をする人へ 伊勢税務署からのお知らせ

伊勢税務署 個人課税第一部門（TEL 28-3194）

令和9年1月4日㈰～2月9日㈫の間、税務署での申告相談を希望する場合、事前予約が必要です。当日の受付枠はありませんので、ご理解とご協力をお願いします。

また、自宅などからのマイナポータル連携の利用による「マイナンバーカード方式によるスマホ申告」をおすすめします。

予約方法 次のいずれかの方法で事前予約をしてください。

①LINE

※LINEアプリで、国税庁LINE公式アカウントを友だち追加すると、令和8年12月下旬以降、順次予約が可能です。

②電話（TEL 28-3194（個人課税部門直通））

有料広告

キレイエアコン
伊勢・松阪エリア
エアコンおそうじ専門店
プロの技術で
エアコンおそうじ
―対応メニュー―
壁掛けエアコン
天井埋込エアコン
洗濯機クリーニング
壁掛けエアコン 9,800円/台～
完全分解洗浄 15,000円/台～
壁掛けエアコンは
完全分解洗浄に対応！
隅々までカビ・ニオイを徹底除去します
―安心のポイント―
店長が直接お伺いします
タバコは吸いません
女性のお客様も安心
複数台割引あり

伊勢・松阪エリア店長
ご予約・お問い合わせ
TEL 080-6943-5226
LINEで予約 友だち追加
ホームページ kireiaircon.co.jp
当日・翌日のご予約も相談可能！
お気軽にご相談ください♪

借金のお悩み電話相談会

三重県環境生活部くらし・交通安全課内
三重県多重債務者対策協議会
（TEL 059-224-2400）

多重債務に悩む人のために無料電話相談会を実施します。

とき 12月12日㈯・19日㈯、10時～16時
対象 借金のことで悩んでいる人
内容 当日限定の専用電話（TEL 059-224-2458）での弁護士および司法書士による電話相談（30分程度）
料金 相談は無料ですが、通話料は自己負担です

宝くじ助成でコミュニティを活性化

市民交流課（TEL 21-5563）

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

上條区自治会…屋外放送設備の整備

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



市では、今後もこの助成事業を活用し、地域コミュニティの醸成に努めていきます。

シニアのためのお仕事・就職相談会

公益財団法人 産業雇用安定センター 三重事務所
（TEL 059-225-5449）

経験豊富なシニア専門コンサルタントが、再就職を最初から最後まで徹底サポートします。

とき 12月23日㈫、①10時～②13時～③15時～
ところ 労働福祉会館・3階第2会議室（勢田町613-13）
対象 60～70歳で、在職中または離職後1年以内の人
定員 3人（先着順）
申し込み 12月22日㈪・12時までに、電話で同事務所へ

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。
12/1～31 特殊詐欺とSNS型投資・ロマンス詐欺にご注意を！（令和8年1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12月定例会本会議を、会議があった日の翌日の14時と19時から放送します。
※議会終了日の翌々日から再放送（放送時間：20時～）をします。詳しくは、議会事務局（TEL 21-5630）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 ダンススタジオYDS発表会（2時間番組）
11月15日開催の同発表会の模様を特別番組で放送します。
放送日時 12月5日㈯・6日㈰、13時・20時～

特別番組 第29回ZTV杯 小学生バレーボール大会（1時間番組）
11月29日開催の同大会の模様を特別番組で放送します。
放送日時 12月12日㈯・13日㈰、13時・20時～

特別番組 第9回スマイルレク レクダンスパーティー（90分番組）
12月12日開催の同イベントの模様を特別番組で放送します。
放送日時 12月26日㈯・27日㈰、13時・20時～

年末年始特別番組 第一次お木曳行事【再放送】（2時間番組）
5月から8月にかけて行われた同行事の模様を一挙再放送します。
放送日時 12月29日㈫～令和9年1月5日㈫、13時・18時～
放送日 ※カッコ内は奉曳団の学区等
12/29 陸曳初日・2日目（中島） 12/30 陸曳3・4日目（早修、有緒、宮沼） 12/31 陸曳5・6日目（浜郷、小俣、神社、大湊） 1/1 陸曳7・8日目（御薗、豊浜、明倫、北浜） 1/2 陸曳9・10日目（城田、二見、宮山、修道、厚生） 1/3 陸曳11日目（厚生） 1/4 川曳初日・2日目（二見、宇治、二軒茶屋） 1/5 川曳3・4日目（四郷、大湊、修道）

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 12/1～7 通町 12/8～15 黒瀬町 12/16～23 小俣町 12/24～31 小木町

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～
※12月30日・令和9年1月1日・4日は更新を休止します。

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～
※12月26日・令和9年1月2日は更新を休止します。

「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


命を守る選択
押入れをシェルターに
耐震工事をせずに天災に備える
耐震シェルター
補助金を利用して自己負担なしで設置できる場合があります
詳しくは弊社にお問合せ下さい 扇光 0120-57-2535
有料広告

12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(TEL21-5515)
対 市内在住の人
定 8人(先着順)
申 相談日の1週間前の月曜日・8:30以降、広報広聴課へ電話または来所

消費生活・多重債務
消費者被害の相談・クレジット・消費者金融など

時 月～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00
所 伊勢市消費生活センター〔市役所東館・3階〕(TEL21-5717)

【認定司法書士による多重債務相談】
時 12月17日㈭、9:30～11:30
所 伊勢市消費生活センター
定 4人(先着順)
申 12月1日㈫の9：00以降、伊勢市消費生活センター(TEL21-5717)へ電話

交通事故

時 12月16日㈬、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
定 4人(先着順)
申 12月10日㈭・17:00までに、広報広聴課へ電話または来所

時 火～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00
所 三重県くらし・交通安全課〔三重県庁・8階〕(TEL059-224-2201)

登　記

時 12月8日㈫、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
定 6人(先着順)
申 相談日当日の8：30～15：00に、広報広聴課へ電話または来所

公　証 遺言・契約証明

時 12月3日㈭、13:30～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
定 2人(先着順)
申 12月2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〔岩渕2丁目5-1　伊勢駅前三交ビル・5階〕(TEL28-6506)
※相談を希望する場合は、事前に電話で公証役場へ問い合わせてください。

行　政
国・特殊法人などへの意見・要望など

時 12月15日㈫、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
申 相談日当日の13:00～15:00に、広報広聴課へ来所

時 12月22日㈫、13:00～
所 小俣総合支所生活福祉課(TEL22-7858)
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 12月10日㈭、13:00～
所 広報広聴課(TEL21-5515)
申 相談日当日の8：30～15：00に、広報広聴課へ電話または来所

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 津地方法務局伊勢支局(TEL28-6158)

小中学生
子育ての悩みや不安、不登校・いじめ・友人関係・学習など

時 月～金曜日、9:00～16:30
所 スマイルいせ〔小俣総合支所・3階〕(TEL22-7867)

【臨床心理士によるカウンセリング(要予約)】
時 月～金曜日、9:00～17:00
対 小中学生、保護者

就　職 (キャリアカウンセリング)
働くことに悩みを抱える若者の相談など

時 月・火・木～土曜日、10:00～16:00
所 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(TEL63-6603)

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〕(TEL22-7894)

生活に困っている人
生活困窮(こんきゅう)・就労についての相談支援など

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

福祉の総合相談
日常生活での困りごとなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
※月曜日のみ、19:00まで
所 福祉総合支援センターよりそい(ミライセ)〔MiraISE内健康福祉ステーション・7階〕(TEL21-5583)

高齢者
介護や認知症・福祉の相談など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 東地域包括支援センター(TEL44-1165)
五十鈴地域包括支援センター(TEL20-5500)
北地域包括支援センター(TEL65-5070)
中部地域包括支援センター(TEL27-2424)
南地域包括支援センター(TEL21-0080)
西地域包括支援センター(TEL20-5055)

障がい者・障がい児
日常生活やサービスの利用相談など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 障がい者地域相談支援センター〔福祉センター・2階〕(TEL21-1130、FAX27-2412)

家庭児童・女性
児童虐待・DV・ヤングケアラー・いじめなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
※月曜日のみ、19:00まで
所 福祉総合支援センターよりそい〔MiraISE内健康福祉ステーション・7階〕(TEL21-5709)

成年後見
障がい者・高齢者の権利についての相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市成年後見サポートセンターきぼう〔福祉センター・2階〕(TEL21-1122、FAX27-2412)

ひきこもり

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市ひきこもり地域支援センターつむぎ〔福祉センター・2階〕(TEL63-5670)

空　家
空家に関する困りごとなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 住宅政策課(TEL21-5597)

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

※電話での問い合わせが難しい人は、広報広聴課〔市役所本館・2階〕(FAX22-9699　✉ise-koho@city.ise.mie.jp)へ問い合わせてください。

広報いせ 第425号
発行日／令和8年12月1日

発行／伊勢市　印刷／千巻印刷産業株式会社
編集／情報戦略局 広報広聴課
〒516-8601 伊勢市岩渕1丁目7番29号

TEL 0596-21-5515　FAX 0596-22-9699
ise-koho@city.ise.mie.jp

視覚障がいのある人で、「声の広報いせ」「点字広報いせ」を希望する人は、高齢・障がい福祉課（TEL21-5558 FAX20-8555）へ連絡してください。
また、「声の広報いせ」は、直近1カ月分を市のホームページに掲載しています。

伊勢市歴史博物館（TEL 63-5300）
12月31日(木)～令和9年1月3日(日)は開館します。

伊勢市歴史博物館　冬季企画展

マコンデ
アフリカの木彫とティンガティンガ

開催期間　12月5日(土)～令和9年1月24日(日)
※水曜日・12月29日・30日は休館日です。

開催場所　伊勢市歴史博物館・企画展示室

開館時間　9:00～17:00（最終入館は16:30）

入 館 料　大人300円（高校生以下は無料）

木彫と絵画でめぐるアフリカの芸術

マコンデ美術館協力のもと、アフリカ・タンザニアのマコンデの人々が生み出した多彩な木彫作品と、色鮮やかなティンガティンガ絵画を紹介します。
アフリカの豊かな文化と芸術の魅力をお楽しみください。

関連イベントも盛りだくさん！

① ギャラリートーク「マコンデ族の芸術について」

マコンデ美術館館長の水野 誠さんに、マコンデ族の木彫の魅力を解説していただきます。

- と き　12月6日(日)・令和9年1月9日(土)、13:30～14:30
- ところ　伊勢市歴史博物館・企画展示室
- 申し込み　不要　※入館料が必要です。

② テーマトーク「人はなぜ仮面を被るのか」

当館の学芸員が「踊りと仮面の意味について」を日本の能楽と比較しながら解説します。

- と き　12月13日(日)・令和9年1月17日(日)、13:30～14:30
- ところ　伊勢市歴史博物館・多目的ルーム
- 定 員　20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

③ ワークショップ「ティンガティンガを描いてみよう！」

ティンガティンガ絵画を観察しながら、自分だけのティンガティンガを描くことで、アフリカ美術を体験してもらいます。



- と き　12月19日(土)・20日(日)・26日(土)・27日(日) 13:30～16:30　※時間内で自由に参加できます。
- ところ　伊勢市歴史博物館
- 申し込み　不要

④ 美術館ゆったりさんぽ「マコンデ彫刻のいろいろ」

マコンデ美術館館長の水野 誠さんと学芸員がマコンデ彫刻を見ながらギャラリートークを開催。美術館がさらに楽しくなる美術館豆知識とともに、マコンデ美術館にある大型の木彫をゆったりと楽しむ美術さんぽです。

- と き　令和9年1月24日(日)、14:00～15:00
- ところ　マコンデ美術館（二見町松下1799-4）
- 入館料　600円（特別料金）　定員　20人程度
- 申し込み　右の二次元コードからオンライン申請

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。

市役所の窓口・電話受付時間を変更

開始日：令和9年1月4日(月)～　※試行として実施

変更後の時間　9:00～16:30
※窓口延長部署は、月曜日のみ19:00まで

人の動き（10月末）
総人口　116,281人（-119人）　男性 55,110人（-44人）
世帯数　56,673世帯（-48世帯）　女性 61,171人（-75人）

「広報いせ」では、財源を確保するため、一部のページに企業広告を掲載していますが、これらは市が広告主や商品を推奨するものではありません。

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