



### 📷 一色能(4月3日)

一色町公民館で、約450年の伝統を有する「一色能」が開催されました。一色能は、昭和33年に市無形民俗文化財に指定され、中でも「翁」は平成6年に国の選択無形民俗文化財に指定されています。

例年3月中旬に行われていたのですが、今年は東日本大震災の影響により、4月3日に延期し開催されました。



### 目次

特集 いせの健康づくり応援団 .....	2
緊急消防援助隊が見た東日本大震災 .....	4
伊勢の元気さん! .....	6
伊勢市やさしさプラン .....	7
平成23年度の予算 .....	8
健康づくり通信 .....	22
情報コーナー .....	28



「食生活」が！

# いせの健康づくり！ 応援団



伊勢市では、みんなで健康づくりを実践していくため、生活の中で楽しく長続きする健康づくりを提案しています。今回は、その中でも大きな役割を担っているボランティア団体「伊勢市食生活改善推進協議会」の取り組みを紹介します。

伊勢市食生活改善推進協議会

## 世代を超えて楽しく

## 食について考える

食生活改善推進員は、50年ほど前、まだ地域に専属の栄養士がいないころ、県からの要請で栄養教室を受け、ボランティアとして活動することになったのが始まりです。

現在、伊勢市では約160人の会員が、「ヘルスマイト」の愛称で、「正しい食生活」や「健康づくり」についての情報や知識を広める活動をしています。

**世代を超えて参加**  
**ヘルスマイト料理講習会**  
食生活改善推進協議会が毎月開催する「ヘルスマイト料理講習会」に参加する人は、20代から70代までさまざま。料理経験の少ない若いお母さんたちが、お米の研ぎ方から、レシピに載っていないような調理の裏

技まで、人生の先輩からいろいろなことを学ぶ場になっているそうです。

最近では、男性の参加者も増えているとか。

同協議会会長の坂村さんは、「若い人たちや男性にも興味を持ってもらい、みんなで楽しい食生活をしてもらえるようにしていきたい」と語ります。

**食を通じて**  
**親子の絆を深める**  
そんな中、若い人たちに「食の大切さ」を伝えるためにに行っているのが、子育て支援センターなどで開催する料理教室やおやつ作り教室です。「お母さんたちが、教室で一緒に作ったものを『おいしかったね』と

ぜひ、ヘルスマイト料理講習会や「低カロリー・バランス食レシピ」をご利用ください。みんなで楽しい食生活を目指しましょう！



伊勢市食生活改善推進協議会 会長 坂村春美さん

言ってくれるとうれしい。そんなときは「家で子どもたちのために作ってあげてね」と言っんです」と語る坂村さん。食を通して、親子の絆を深めることも大きな目標にしています。

**低カロリー・バランス食**  
**レシピを紹介**  
同協議会では、市民の皆さんの健康づくりを応援する取り組みとして、「家庭で実践！肥満予防のおすすめレシピ」を毎月紹介しています。（左ページ参照）ぜひ家庭で実践してみたいかがでしょうか。

## 家庭で実践！ 肥満予防のおすすめレシピ



### ◆ ささみのチーズ春巻き ◆

#### 材料(2人分)

・ささみ	2本	A
・塩	小さじ1/8	(酒
・こしょう	少々	しょうゆ
・プロセスチーズ	40g	ごま油
・生しいたけ	2枚	油
・青ねぎ	30g	サラダ菜
・春巻きの皮	2枚	ミニトマト
		小さじ1
		小さじ1/2
		小さじ1
		大さじ1
		4枚
		2個

#### 作り方

- 1 ささみは薄切りにして、塩・こしょうをふっておく。
- 2 生しいたけは薄切り、ねぎは斜め切りにする。
- 3 テフロン加工のフライパンを熱し、1、2を炒める。火が通ったらAの調味料を入れ、混ぜ合わせる。
- 4 チーズは5mm角のサイコロ状に切り、3と混ぜ合わせて皿に取り出し、4等分する。
- 5 春巻きの皮は斜め半分に切る。4を中央にのせて半分にたたみ、水溶き小麦粉(分量外)で止める。
- 6 テフロン加工のフライパンに油を熱し、両面こんがり焼く。器に盛り、サラダ菜・ミニトマトを添える。

#### 1人分の栄養価

229kcal/ 蛋白質16.3g/ 脂質11.9g/ 塩分1.2g

#### 一口メモ 今回のレシピのテーマはバランス食です。



主食(ごはんなど)、主菜(魚、肉、卵、大豆製品)、副菜(野菜、きのこ、海藻、こんにゃく)をそろえると簡単に食事のバランスをとることが出来ます。間食には果物や乳製品がおすすめです。



### 毎月発行！ 「低カロリー・バランス食レシピ」

毎月おすすめレシピを紹介している「低カロリー・バランス食レシピ」。食生活のワンポイントアドバイスも掲載されていますので、ぜひご家庭の献立や健康づくりにご活用下さい。伊勢市のホームページ(→健康・福祉→低カロリー・バランス食レシピ)またはお近くの設置場所にあるチラシをご利用ください。

#### チラシ設置場所

中央保健センター・二見総合支所・二見老人福祉センター・小俣総合支所・御園総合支所・ハートプラザみその・市内のぎゅーとら各店舗 など

「広報いせ」では、今後もレシピを紹介していきます。ぜひ家庭で実践してください。

### 毎月開催！ 「ヘルスマイト料理講習会」



健康的な食生活を送るため、季節に応じたテーマを考えた料理教室を毎月開催しています。

日程・場所など、詳しくは「広報いせ」の「健康づくり通信」のコーナーでお知らせしています。ぜひ一度ご参加ください。

対象 市内在住の人  
問い合わせ 健康課(☎27) 2435)



# 緊急消防援助隊が見た 東日本大震災



東北地方を中心に広い範囲で爪跡を残した東日本大震災。3月11日から21日までの間、緊急消防援助隊三重県隊の一員として、伊勢市消防本部からも消防職員合計36人が3部隊に分かれて現地へ派遣されました。実際に千葉県市原市での消火活動や宮城県仙台市若林地区での人命検索活動に取り組んだ消防隊員の皆さんに、現地の様子を伺いました。

「ひどい!!これが現実なのか!!」  
私たち救助部隊が検索救助活動のため、仙台市の被災現場へ到着した時の第一声はこの言葉でした。

私は、阪神淡路大震災の時に救助部隊として現地へ赴きましたが、津波災害での目の前に広がる惨状は、直下型地震で倒壊した建物の惨状とは明らかに違うものでした。住宅は数軒を残すのみで、自動車や、あらゆる物、建物の全てが津波により押し流され、それらが積み重なり、恐ろしさを感じるときの惨状を目の当たりにしました。

泥でぬかるむ道なき道を進み、余震による揺れを感じ、また、大津波警報が発せられるという劣悪な環境の中、「1人でも多くの命を助けるんだ!」という強い気持ちで検索救助活動を行っています。

流された建物、  
泥まみれの道なき道、続く余震。  
「惨状」の中で行った検索救助活動

救助部隊第1次派遣 消防司令補 中村昌人



道なき道を進む救助部隊



被災地に追い打ちをかける雪



懸命な人命検索活動

行いましたが、生存者は無念にも発見することができませんでした。

私たちの住む伊勢市は、東海・東南海・南海地震による被害が危惧されています。この東日本大震災をもっと身近に感じ、今私たちにできること、やらなければならぬことを、この災害からあらためて学び、考え、見詰め直して、私たち消防が、また行政が、そして市民の皆さんが一丸となって「自助」「共助」「公助」の枠組みをも超えた強い防災意識を持ち、「1人も犠牲者を出さない」対策を講じることが必要だと強く感じています。





支援活動が容易に行えない現実。  
自分を支えた  
「懸命にすれば、少しは変わる」  
という思い



消火部隊第1次派遣 消防士 藤原 定  
(平成22年度採用職員)

私は、緊急消防援助隊の一員としてさまざまな経験をさせてもらいました。被災地の皆さんを支援したいと深く思う気持ちとは反対に、地震や津波被害の大きさから、支援活動そのものが容易に行うことができないうという現実を肌で感じました。

「まずは最初に自分たちができることは何なのか」、それすら把握できない状況に追い込まれる絶望的空間が、そこにはありました。しかしその中でも、「今できることを懸命にすれば、今より少しは変わる」という思いを持ち続けながら現場活動をしてきました。このような大災害を通して、自分が得た知識・経験をもとに、今後発生する可能性がある東南海地震などに少しでも対策がとれるよう、伊勢市消防職員の一員として活動していきたいです。

被災地活動で地震の恐ろしさを再確認。  
行政・市民が丸となり、  
高い防災意識を

消火部隊第2次派遣 消防士 佐熊克之  
(平成22年度採用職員)



私は、仙台市へ派遣されました。震災から3日後に到着したのですが、その時の印象は、仙台市の中心部には思っていたよりもたくさんさんの車が走行し、市民は自転車に乗ったり、買い物袋を提げて歩いていたり、意外と地震の被害は少ないように思えました。しかしよく見ると、建物の壁は崩れ落ち、小学校には多くの人が避難していました。

津波に襲われた地区はもつと悲惨なものでした。家はほとんど流され、小動物たちさえ生きている気配がなく、不気味なほど静かでした。私たちが人命検索活動を始めたところ、程なくして、一人の女性の遺体が見つかりました。顔も身体もきれいなままで、表情はまるで眠っているかのようでした。この人が亡くなり、家族・友人・彼氏など、一体どれだけの人が悲しむ

のだろう。この地震によってどれだけの人が悲しむのだろう。本当に胸が痛みました。行方不明者の方々が家族の元へ帰れることを願っています。

近い将来、大地震が起こるといわれている三重県に住む私たちにとつても、他人事ではありません。実際に被災地へ行き、地震の恐怖をあらためて実感しました。地震はいつ起こるか分かりません。今回の震災の悲しみを忘れず、自分の命、家族、友人、大切な人を守るために、行政が、そして市民が丸となって高い防災意識を持たなくてはならないと痛感しました。





# 伊勢の元気さん!



## バラ農家 大仲正人さん

今月号から、市内で頑張っている人や、伊勢市出身で全国的に活躍されている人たちにスポットを当てて人物紹介をしていきます。

第1回目の今回は、JA伊勢バラ部会の部会員として、切りバラの栽培を中心に農業経営を行う大仲正人さんをご紹介します。

伊勢市で生産されるバラは、関西圏や中京圏に出荷され、市場でも一目置かれるほどの品質を誇ります。大仲さんがバラ栽培に携わったのは20年以上前のこと。農家の長男として生まれた大仲さんは、農業が嫌で嫌でしょうがない、という所からスタートしました。親の世代の農業は、きつい農業の見本のように感じたそうです。農業が嫌な自分と、農業を継ぐべきというジレンマの中、高校卒

業が近づくと、嫌でも仕事のことを考えなくてはなりませんでした。「バラなら、今までイメージしていた農業と違う」という気持ちで始めたバラ栽培ですが、案の定、この仕事は大変なものでした。しかし、多くの仲間を支えられ、仕事を続けていくうちに、栽培技術や農業の仕組みを身につけていったそうです。大仲さんは、「農業を通してすばらしい人々との出会いがあり、今の自分がある」と語ります。多くの人との出会いの中で、バラのことはもちろん、農業に対する思いを伝えてきました。すると、それまで縁のなかったような、さまざまな分野の人たちとのつながりができ、予想もしなかったような展開があったそうです。



### PROFILE 大仲正人さん (西豊浜町在住/43歳)

平成元年、三重県農業大学校を卒業後に就農。家業を引き継ぐに当たり品目転換を決意してバラ生産を開始した。JA伊勢バラ部会所属。平成19年度に日本農業賞・集団組織の部で優秀賞を受賞。個人でも平成18年度中日農業賞優秀賞を受賞。

分にはバラがあったから、いろんな人と仲良くなれてすごくラッキーでした」と笑って話してくれました。そして、伊勢に対する思いも語ってくれました。「自分は自然を相手に仕事をさせてもらっていますが、伊勢は自然に恵まれ、気候は温暖。日照も多いし、水もきれい。すごい強みを持っていると思うんです。そういう土地でできた物は、いいものができるはずだと思うんです。いつもそう思うて農業をやらせてもらっています」。

「伊勢のバラは大都市圏でも注目されているんです。それは、伊勢の恵みを生かしているからこそ、ブランドとして皆さんに認めてもらっているのだと思うんです」と熱く語ってくれました。大仲さんは1年ほど前から、近所の空いていたハウスを借りて、バラ栽培を通じて雇用を生み出すという新たな挑戦を始めました。「若い人や、やる気のあ



「人と人をつなぐ物として花があると思うんです。」



# 「伊勢市やさしさプラン」に まとめました

## やさしさのあふれるまち

## 地域の自立と繁栄

笑顔とやさしさのあふれる

「笑子・幸齢化」のまちをめざって

日本は、少子化・高齢化・人口減少という、今まで経験したことのない新しい時代を迎えました。税収が減少し、経済規模の縮小が進む社会において、福祉施策への準備・対応がますます重要になり、増大する財政負担が、今後の行財政運営を一層厳しいものとするのが予測されます。

このようなことを踏まえつつ、子どもを生み育てやすい環境や、将来の子どもたちが夢を持って暮らせる社会、高齢者の方々が元気に暮らせる社会を整える必要があります。そこで、地域医療と介護基盤の充実を図るとともに、子育て支援や健康づくりの対策と仕組みづくりを積極的に進めていきます。

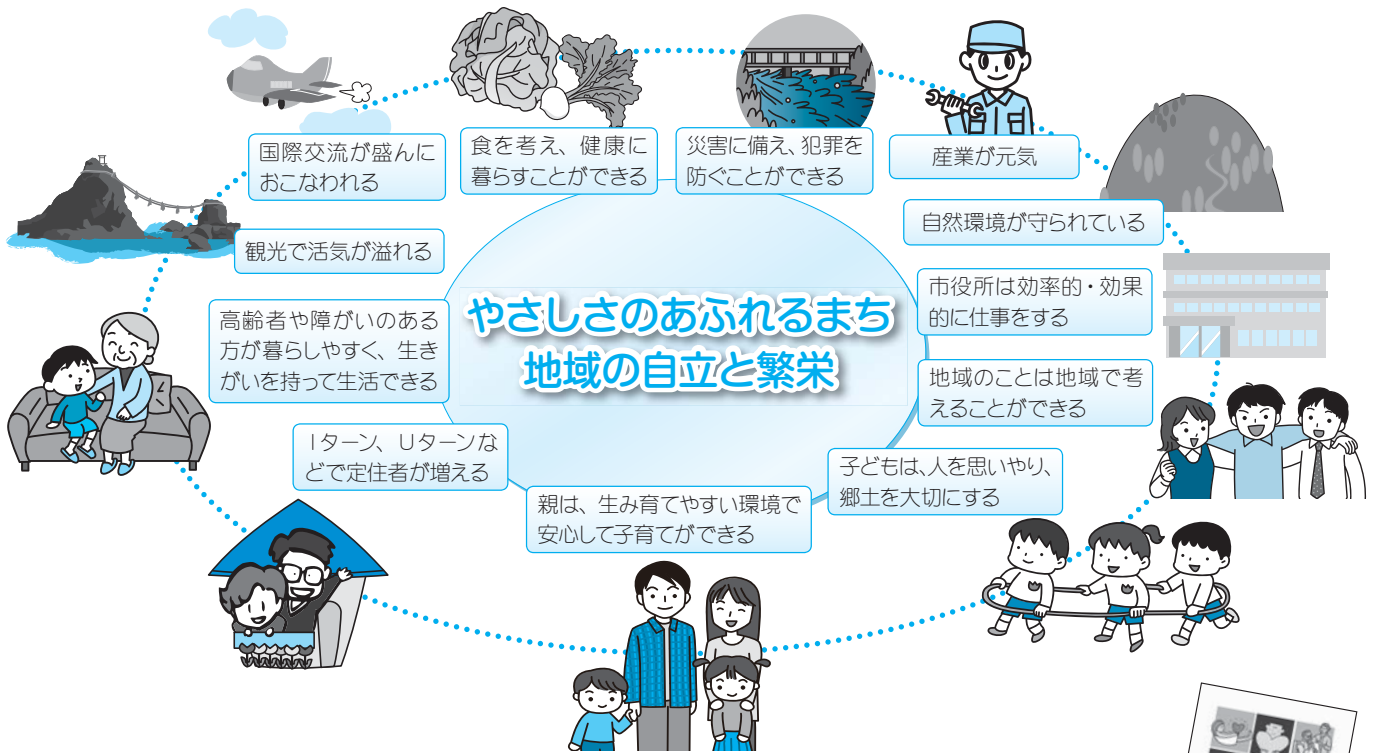
産業・雇用政策については、平成25年の「ご遷宮を絶好の機会と捉え、それぞれの産業分野に対する支援策や積極的な雇用対策につながる施策を展開し、また一方で、ポスト遷宮を念頭に置いた地域経済の活性化対策を進めていきます。

最後に、市民の皆さんが満足してこのまちで暮らしていくためには、地域の自立と繁栄を実現することが不可欠であると考えています。

そのための実践を地域戦略としてまとめたものが、「伊勢市やさしさプラン」です。

このプランを実行し、少子化を「笑子化」へ、高齢化を「幸齢化」へと変え、笑顔とやさしさのあふれる「笑子・幸齢化」のまちをめざしていきます。

伊勢市長 鈴木健一



伊勢市やさしさプランの冊子は、行政経営課、市役所総合案内(市役所本館・1階)、各総合支所地域振興課、各支所でお渡ししています。また、市のホームページでもご覧いただけます。









## 伊勢市の予算（一般会計）を「家計」に例えると /

一般会計予算 440.8 億円を、年間収支 500 万円の家計に置き換えてみると

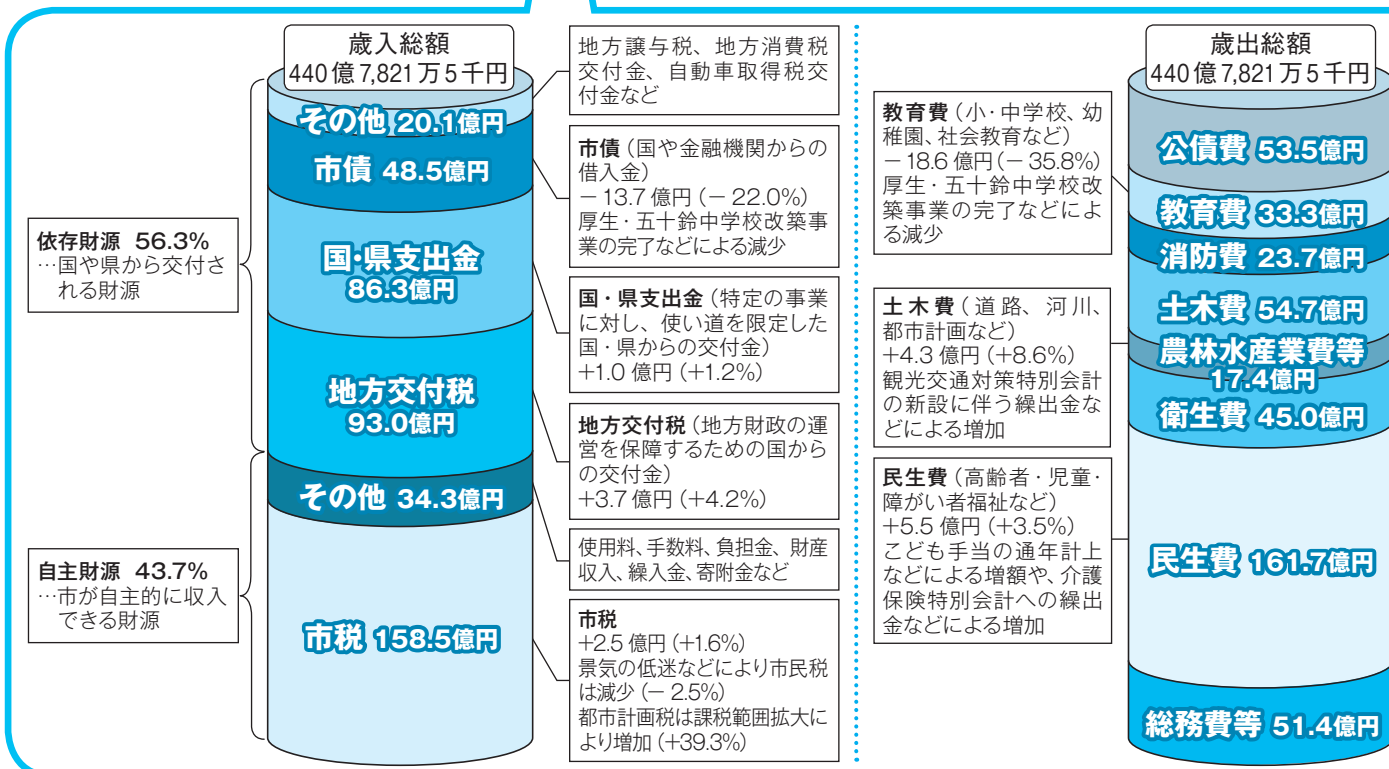
収入		支出	
給料	406.0 万円	食費 (人件費)	97.4 万円
基本給 (市税)	179.8 万円	医療費 (扶助費)	103.0 万円
諸手当 (地方交付税、各種交付金)	128.3 万円	銀行ローンの返済 (公債費)	60.7 万円
ボーナス (国・県支出金)	97.9 万円	公共料金や生活用品の購入 (物件費)	83.2 万円
パート収入 (手数料、使用料などの自主財源)	22.4 万円	電化製品などの修理 (維持補修費)	3.1 万円
貯金の取り崩し (繰入金)	16.0 万円	家族への仕送り (補助費、繰出金)	105.0 万円
銀行からの借り入れ (市債)	55.0 万円	家の増改築、車の買い替えなど (投資的経費)	43.4 万円
前年から繰り越し (繰越金)	0.6 万円	貯金 (積立金)	0.3 万円
計	500 万円	その他雑費 (出資金、貸付金、予備費)	3.9 万円
貯金の残高 (基金残高)	186.9 万円	計	500 万円
銀行ローンの残高 (市債残高)	560.3 万円		

一般会計	特別会計	企業会計
440 億 7,821 万 5 千円 (対前年度比-0.5%)	271 億 355 万 7 千円 (対前年度比+2.8%)	175 億 4,204 万 8 千円 (対前年度比+8.0%)

福祉・教育・消防や、道路・公園の整備など、市民生活に必要なサービスを提供するための事業にかかる会計

国民健康保険、介護保険など、特定の歳入を特定の歳出に充て、一般会計と区別して設置する事業の会計

病院、水道、下水道など、企業のように利用料金などの収入で運営している会計





平成  
23年度

# 伊勢市は、 こんなことに取り組みます

本年度の予算を使って行われる取り組みの一部を紹介します。  
※金額については、平成23年度の予算額です。

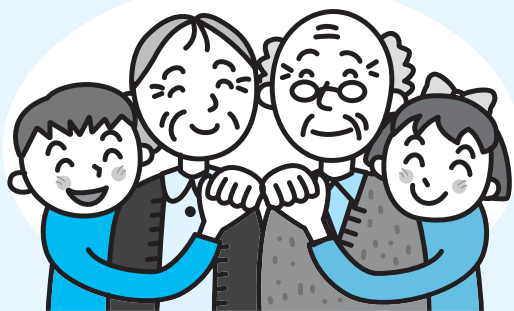
## 食と健康・医療

健康を支える食生活や、病気になってしまったときの医療体制などを充実させます。

### ◆24時間対応!健康医療の電話相談

(968万円)

心と体のさまざまな相談に応える、24時間無休体制の無料電話相談窓口を開設します。



## 行政活動・市民協働

情報戦略や行政の仕事の効率化を図ります。

### ◆ホームページのリニューアル (2,590万円)

より分かりやすく、使いやすいホームページを目指して更新します。

平成23年度中に  
更新予定!



### ◆滞納整理の効率化

保険料・保育料・税金などの公金の滞納整理の一元化に取り組みます。

夏ごろに開始予定!

## 安全・安心

災害に備え、安全で生活基盤がしっかりとした安心なまちを目指します。

### ◆木造住宅の耐震化 (2,887万円)

倒壊の危険性の高い木造住宅の耐震化を促進するため、無料耐震診断を実施します。

また、耐震補強設計や耐震補強工事に要する費用の一部を助成します。

平成22年度は95件の  
耐震診断を実施!



木造住宅の耐震診断

### ◆防災行政無線の整備 (2億9,452万円)

防災行政無線のデジタル化整備を行います。

また、今まで放送内容が聞き取りにくかった地域について、屋外にスピーカーなどを新しく設置します。



防災行政無線





## 観光・産業振興

神宮式年遷宮を控え、観光を中心とした産業活性化に取り組みます。

### ◆宇治地区駐車場を有料化整備

(4億3,815万円)

有料駐車場を整備し、内宮周辺の交通渋滞の緩和を目指します。



宇治浦田駐車場

**平成23年度中に  
有料化実施!**

### ◆朝熊山麓公園サッカー場の整備

(1億5,100万円)

朝熊山麓公園に、新たに2面の人工芝サッカー場を整備するため、その準備工事および周辺駐車場の整備を行います。



人工芝のサッカー場

**平成24年度中に  
完成予定!**

### ◆宇治山田・伊勢市駅前広場の整備

(2億1,657万円)

平成25年度までの整備完了を目指し、宇治山田・伊勢市の両駅前広場を、市民・来訪者が利用しやすく、景観に配慮された駅前広場となるよう、整備を進めます。



宇治山田駅前広場(イメージ図)

### ◆宿泊施設をバリアフリー化 (4,283万円)

観光で伊勢を訪れる高齢者・障がい者に対応するため、既存宿泊施設のバリアフリー化を促進します。

### ◆住宅リフォーム・店舗改装への助成

(1,000万円)

住宅の安全性・居住性の向上や、地域経済の活性化を図るため、住宅や店舗のリフォーム支援を行います。

**6月から受け付け開始!**

## 福祉・教育・次世代育成

さまざまな生活環境の中で、市民の皆さんが、あたたかな生活を送っていただけるようなまちづくりを進めます。また、少子化への対策として、子どもを生き育てやすい環境づくりを進めます。

### ◆障がい者が利用しやすい施設の整備

(782万円)

主要な避難所となっている公共施設にある既存の多目的トイレに、オストメイト(人工肛門・人口膀胱保有者)対応型トイレの整備を進めます。また、公共施設の窓口などへコミュニケーション支援ボードを設置します。



オストメイト対応型トイレ

**今年度は5施設に  
設置予定!**

### ◆「いじめ」の早期発見・未然防止

(3,442万円)

児童・生徒が安心して過ごすことができる学校づくりのもととなる、「いじめ」を生み出さない、より良い集団づくりについての研究に取り組みます。

### ◆こども家庭相談センターの設置

(927万円)

児童虐待・DV(家庭内暴力)・女性相談などの相談業務を一元化し、相談体制の強化を図ります。

**4月からスタート!**

### ◆救急医療情報キットの配布 (79万円)

緊急時の救急対策として、救急隊員や病院関係者などに情報を迅速・的確に伝えるため、75歳以上の独居高齢者などに救急医療情報キット(万が一の救急時に備え、かかりつけ医・持病などの医療情報や、薬剤情報提供書・診察券・健康保険証の写しなどを入れ、自宅に保管しておくための専用容器)を配布します。

**秋ごろから配布予定!**



3月11日に発生した東日本大震災において、東北・関東地方は甚大な被害を受けました。市民や企業の皆様から多くの義援金や支援助金をいただき、本当にありがとうございます。

義援金 2434万8435円(4月13日現在)

地震が発生した当日から、伊勢市からは消防隊員が36人、伊勢病院の医師・看護師・事務職員が8人、現地へ向かいました。また、被災者の受け入れとして市営住宅を開放したり、食物アレルギーがある被災した

子どもたちへの物資の支援など、伊勢市が「日本人の心のふるさと」と名乗るのにならぬ被災地への支援に取り組んでいます。

そして、伊勢市でも東海・東南海地震に備え、早急な取り組みが必要です。

市では、市内の防災体制強化の取り組みとして、4月1日から防災行政無線をリニューアルしました。これまででは拡声器だけでしたが、メールやファクスでの配信、電話での確認など、情報を提供する手段を充実させました。木造住宅の無料耐震診断などの事業もぜひご利用ください。

また、特に年間880万人を超える観光客の皆さんに対しても、安心・安全な体制をとるために、伊勢商工会議所とも連携しています。

福島県における原子力発電所の震災事故については、国内外に大きな影響が発生しています。これまで安全・

安心といわれていたものが、崩れてしまいました。

そして、福島から200kmも離れた東京都や千葉県の水道水が、乳児の飲む基準を超えるといったことになってつなりました。

伊勢市内には原子力発電所はありませんが、約130km離れた静岡県の御前崎市に浜岡原子力発電所があります。今回の震災事故の状況を見ますと、万が一のときには、伊勢市にも影響があります。

このことについても、中部電力株式会社に対し、操業の見直しや安全の確保について申し入れを行いました。

そして、これまで国のエネルギー政策や電力会社に任せっきりで、お金さえ払えば、電気はただけでも使っているものだという意識から、消費者である市民が電気の使い方について考え、行動していくためのプロジェクトを始めていきます。

## 市役所内に「授乳室」を設置

こども課 (☎②) 5561)

乳児を抱える保護者の子育てを支援する取り組みの一環として、外出中におむつ替えや授乳などで立ち寄ることができる



よう、市役所内に授乳室を設置しました。

授乳室は、こども課のある市役所東庁舎・2階にあり、室内にはおむつ替えシートを備えています。外出時でお困りの際、気軽にご利用ください。

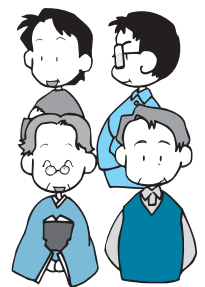


※利用できるのは、市役所の開庁時間内のみです。

## 市長と語る懇談会

情報調査室 (☎②) 5548)

市では、市民の皆さんの思いを市政運営に生かすため、昨年10月から各小学校区で、市長と市民の皆さんが直接意見交換をする懇談会を開催しています。今後の開催予定は、下表のとおりです。



市長と語る懇談会 (5月～6月)

小学校区	とき	ところ
豊浜東	5月10日(火)	豊浜東小学校・1階特別活動室
早修	5月12日(木)	早修小学校・1階ランチルーム
浜郷	5月16日(日)	浜郷地区コミュニティセンター
修道	5月24日(火)	修道小学校・3階図書室
今一色	5月27日(金)	今一色小学校・1階家庭科室
佐八	6月2日(木)	佐八小学校・1階ワークスペース
上野	6月13日(日)	沼木地区コミュニティセンター

※いずれも時間は、午後7時～(1時間程度)です。



## 初診の際は、 必ず他の医療機関からの紹介状が必要です。

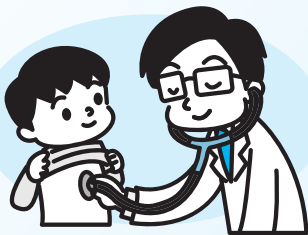
伊勢総合病院の内科では、6月1日から「紹介外来制」を実施します。内科を初診または予約券なしで受診する際は、必ず、他の医療機関からの紹介状が必要となります。

これは、地域の救急医療体制を維持し、従来から進めてきた病診連携(病院と診療所の連携)を、より一層進めていくためですので、市民の皆様には、ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

なお、内科・神経内科(3月25日から実施)以外の診療科については、従来どおり紹介状のない人も受診できます。

### 紹介外来制とは

当院内科を初診または予約券なしで受診する場合は、まずかかりつけ医(開業医)などを受診していただきます。専門的な検査・入院治療が必要な場合は、かかりつけ医からの紹介により、当院を受診していただきます。



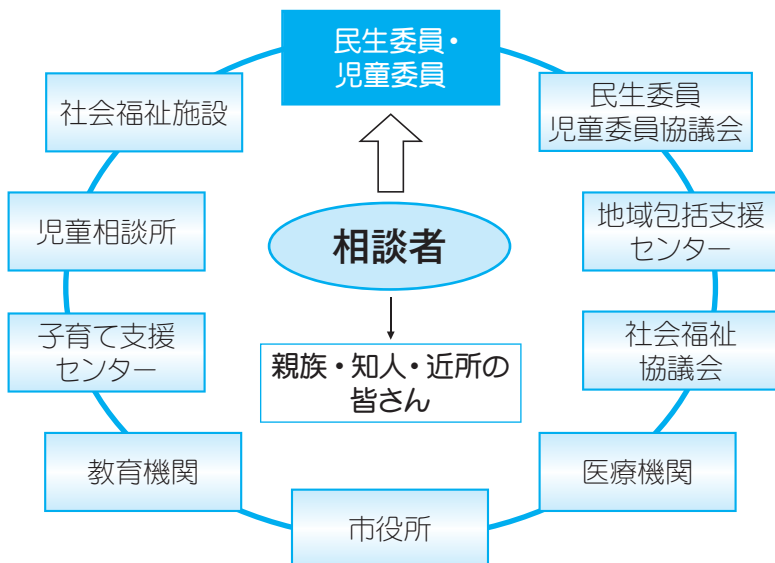
# 伊勢総合病院・内科 6月1日から 「紹介外来制」を実施

伊勢総合病院医療事務課 (☎23 5 1 1 1)



## ～ひとりで悩まないで～

「あなた」を応援するネットワークがあります  
—いつでも相談してください—



～民生委員・児童委員は市民の皆さんと行政・関係機関をむすぶパイプ役です～

5月12日(木)

## 民生委員・児童委員の日

生活支援課内・伊勢市民生委員児童委員協議会連合会 (☎21 5 5 5 7)

民生委員・児童委員は、地域福祉の推進役として、地域住民の身近な相談相手となり、安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいます。生活に困っていたり、高齢者や児童に関することで心配事のある人は、相談してください。

# 元 気 なうちから 介 護 予 防

## いつまでも元気に過ごすために 基本チェックリストを活用しましょう

健康課 (☎27) 2435)

高齢期を迎えても、介護を必要とせず、いつまでも生き生きとした生活を送るためには、生活全般を活発にし、心身の衰えを予防することが大切です。

元気なうちから介護予防に取り組みましょう。

### 介護が必要となる原因

市内で65歳以上の人が介護を必要とするようになってきた原因を見ると、「脳血管疾患」が一番多くなっています。(グラフ①)

一方、「認知症」「骨折・転倒」「衰弱」が原因で要介護状態になる人は、高齢になるほど増えています。(グラフ②)

要介護の原因で大きな割合を占める「骨・関節疾患」「骨折・転倒」「高齢による衰弱」は、「生活不活発病」といわれています。

### 生活不活発病に陥るサインに気付きましょう

生活不活発病に陥る前に、体の弱くなってきている所

### 生活不活発病とは

加齢とともに、体が弱くなることは誰にでもあることです。しかし、「年だから仕方がない」と考え、不活発な生活を続けていると、心身機能や生活機能が低下した状態に陥ります。

このような状態していると、風邪をひいて数日寝込んだり、ちょっとした段差でつまずいて転倒したりするなど、ささいなことがきっかけで、寝たきりなど介護が必要な状態になります。

や、生活が不活発になってきている所などにサインが出てきます。

そのサインに早く気づき、取り組みを行うことで、介護が必要な状態にならないよう、予防することができます。

### 生活不活発病のサイン

- 体重が減少してきた
- お茶や汁物などでむせるようになった
- 昨年と比べて外出の回数が減った

### 「基本チェックリスト」を活用し、早期に介護予防に取り組みましょう

- 気分が落ち込み、楽しめなくなった など

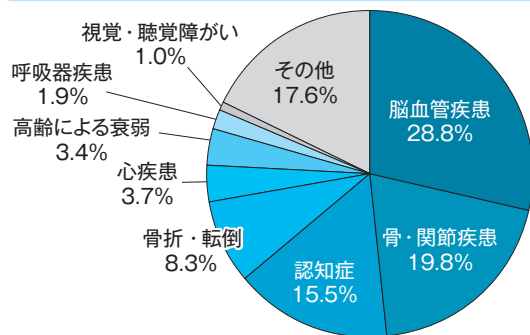
基本チェックリストは、

生活不活発病に陥るサインを早く見つけるためのものです。

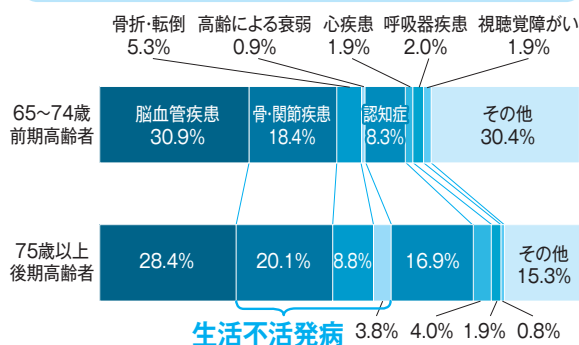
自分の体のどこが弱ってきているか、どのような介護予防の取り組みが必要かを知ることができます。

市では、左ページのチェック項目に該当した人や、

グラフ① 65歳以上の要介護原因(平成18年12月末)



グラフ② 介護が必要になった原因(65歳以上年齢別)



### お知らせ

今年度から、介護認定を受けていない一定の年齢の人に「基本チェックリスト」を送付します。チェックリストを活用し、自分の生活や健康状態を振り返ってみましょう。

体の調子について心配な人に、個々の状況に応じた相談や、教室の紹介などをしていきます。詳しくは、健康課へ問い合わせてください。



# 基本チェックリスト

○ 当てはまるところにチェックを付けてください  
 ○ あまり深く考えず、気軽な気持ちで答えてください  
 ○ 期間を定めていない質問項目については、現在の状況について答えてください

No	質問項目	回答		網掛けに該当する数
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい	いいえ	/5
2	日用品の買い物をしていますか	はい	いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ	
5	家族や友人の相談に乗っていますか	はい	いいえ	
6	階段を手すりや壁を伝わらずに登っていますか	はい	いいえ	/5
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ	
8	15分位続けて歩いていますか	はい	いいえ	
9	この1年間に転んだことはありますか	はい	いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ	
11	6ヵ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ	/2
12	BMI値(※)はいくつですか	18.5未満	18.5以上	
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ	/3
14	お茶や汁物などでむせることがありますか	はい	いいえ	
15	口の渴きが気になりますか	はい	いいえ	
16	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ	/2
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ	
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	はい	いいえ	/3
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ	
20	今日が何月何日か分からないときがありますか	はい	いいえ	
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ	/5
22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ	
23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ	
24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ	
25	(ここ2週間) 訳もなく疲れたような感じがする	はい	いいえ	

※BMI値=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) 例えば、体重60kg、身長165cm(1.65m)の人の場合 BMI=60÷1.65÷1.65=22

## 基本チェックリストの結果の見方

基本チェックリストを実施したら、生活不活発病に陥るサインがないか確認しましょう。網掛けがかかっている回答にチェックが多い場合、何らかの生活機能の低下が心配されます。

日常生活関連動作をみています

No.1~20のうち10項目以上当てはまる  
 →生活が不活発になっている可能性があります

運動器の機能の状態をみています

No.6~10のうち3項目以上当てはまる  
 →身体機能が低下している可能性があります

運動器の機能向上に取り組みましょう

栄養状態をみています

No.11,12の両方当てはまる  
 →低栄養の可能性があります

栄養改善に取り組みましょう

口腔機能の状態をみています

No.13~15のうち2項目以上当てはまる  
 →口の機能が弱くなっている可能性があります

口腔機能の向上に取り組みましょう

閉じこもり気味がどうかをみています

No.16,17のうちNo.16に当てはまる  
 →閉じこもりの傾向があります

閉じこもりの予防を心掛けましょう

認知症の可能性がないかみています

No.18~20のいずれかに当てはまる  
 →初期の認知症の可能性がります

認知症予防を心掛けましょう

うつ症状がないかみています

No.21~25のうち2項目以上当てはまる  
 →うつ傾向の可能性があります

うつの予防を心掛けましょう

日頃から  
 チェックしよう!!



# 在宅支援サービス

長寿課 (☎② 5583)



市では、高齢者の皆さんが、介護を必要とする状態になるのを予防し、いつまでも自分らしく自立した生活を継続することができるよう、「在宅支援サービス」を行っています。

対象 体が弱い 65 歳以上の人で、在宅の、一人暮らしまたは高齢者世帯の人など

予算額はすべて、平成 23 年度分です。

## 訪問理美容サービス

訪問による理美容サービスを行います。

対象 理美容店へ行くことが困難な人

助成額 1 回につき 1000 円

0 円(技術料は全額自己負担)

利用回数 年 12 回まで(申請時期により異なります)

予算額 7 万 8 千円

## 寝具類等洗濯乾燥消毒サービス

布団や毛布のクリーニングを行います。

対象 寝具類の衛生管理が困難な人

内容 掛け布団・敷布団・毛布各 1 枚ずつ(1 セット)の洗濯・乾燥・消毒(原則、シングルサイズの綿布団)

利用料金 1 セット 630 円

利用回数 年 2 回まで(1 回につき 1 セットのみ)

予算額 11 万 4 千円



## 緊急通報体制等整備事業

緊急事態発生時に迅速かつ適切に対処できるように、緊急通報装置を貸与します。

対象 一人暮らしで、近隣に扶養義務者がいない人

利用料金 通話料全額と装置レンタル料(所得税の課税状況により異なります)

※親族と近隣の協力員の登録が必要です。

予算額 7 10 万 6 千円

## 「食」の自立支援事業

栄養バランスがとれた食事を届ける配食サービスとともに、安否確認をします。

対象 食材の買い物と調理が困難な人

利用料金 1 食 300 円

利用回数 週 3 回まで(平日の昼食のみ)

予算額 1 050 万円

## 軽度生活援助事業

軽易な日常生活上の援助を行い、在宅での自立した生活を支援します。

対象 日常生活上の援助が

必要な人

内容 外出時の付き添い・食材の買い物・寝具類の日干し・庭の手入れ・家の中の整理整頓など

利用料金 1 時間につき 180 円(サービスの内容により、別途自己負担が必要となる場合があります)

利用回数 週 1 回、月 4 時間以内(1 回 1 時間以上)

予算額 83 万円

## 生きがいデイサービス

デイサービス施設が趣味活動などのサービスを行い、

閉じこもりを予防します。

対象 家に閉じこもりがち(介護保険認定者を除く)

内容 教養講座・日常動作訓練・趣味創作活動・昼食・入浴(施設により不可)などを、市内 19 力所のデイサービス施設で実施

利用料金 1 回につき 620 円(入浴代を含む)

※昼食費や教材費など、別途自己負担が必要です。 ※家族と同居している人も利用できます。

予算額 934 万 9 千円

## 在宅介護支援センター

次の施設で、在宅介護の総合的な相談に応じます。

施設名	所在地	電話番号
神路園	二俣町 577-9	② 6012
双寿園	河崎 3 丁目 15-33	③ 9231
白百合園	上地町 3130	⑦ 1511
正邦苑	村松町 3294-1	⑧ 1800
山咲苑	楠部町 2605-13	⑥ 2600
楽寿苑	馬瀬町 1065	⑪ 0050
みなと	神社港 262-1	⑤ 0811
二見ふれあいプラザ	二見町茶屋 456-2	④ 4423
小俣	小俣町元町 536	⑦ 1155

予算額 670 万 5 千円

## その他(老人クラブへの活動支援)

市内にある老人クラブの活動に対して補助金を交付しています。

予算額 1,320 万円





伊勢市消費生活センター  
(☎②) 5717)

## 5月は「消費者月間」

5月は「消費者月間」です。  
今年のテーマは「地域で広げよう 消費者の安全・安心」です。伊勢市消費生活センターでは、皆さんの安全・安心をサポートします。

# 一人で悩まず まず、相談を!



こんなときは、お電話ください。



### 伊勢市消費生活センター

## ☎0596-21-5717

伊勢市岩渕1丁目7-29 (市役所本館・2階)

#### 相談時間

月曜日～金曜日

9:00～12:00

13:00～16:00

(祝日・年末年始は除く)



### こんなことでお困りではないですか?

- 訪問販売で高額な商品を契約させられた
- 賃貸アパート退去時に高額な修繕費用を請求された
- インターネットをしていたら、いきなり登録されてしまい、高額の料金を請求された…

伊勢市消費生活センター予算額 [平成23年度]

664万1千円 (うち県補助金 645万1千円)

皆さんは、消費生活センターの役割をご存じでしょうか?

消費生活センターは、地方公共団体が行っている行政サービスです。

現在の私たちの生活は、物にあふれ、お金さえあれば何でも手に入る時代となっています。その反面、技術革新により日々進化して

いく商品について、しっかりとした知識を持つことが消費者に要求されます。

しかし、消費者と事業者との間には、情報の質・量、交渉力に格差があるため、トラブルが生じたとき、消費者が被害に遭うケースが多く見られます。

そのため、消費生活センターでは、適切な情報提供や助言、場合によってはあつせんをすることにより、消費者をサポートしています。

伊勢市でも、平成22年10月に「伊勢市消費生活センター」を設置し、消費者と事業者との間で生じた商品・サービスに関する苦情などについての相談を受けています。



# パルティイいせ情報

No.33

いせ市民活動センター (☎204385)

いせ市民活動センター  
指定管理委託料〔平成23年度〕  
1542万9千円  
利用人数〔平成22年度〕  
6万1462人

今回の災害で被災された皆様に対し、心よりお見舞い申し上げます。

イア活動などに使われるお金となります。

義援金は、分かりやすく

東北地方を中心起こった大災害で、「私たちにできること」の一つに募金と

て多くの人が寄付をされま

募金は、大きく分けて義援金と支援金の2つがあります。義援金は、日本赤十字社を通じて被災者に送られるお金になります。支援金は、現地の防災ボランティアは、現地の防災ボランティア

そこで、いせ市民活動センターでは、義援金と併せて、災害ボランティア活動の募金活動を行っています。状況を見ながら、その時々に応じ、最適な配

分、適切な寄付先に、私たちが責任を持って寄付を行っていきます。

### 義援金・支援金の振込口座

金融機関 百五銀行伊勢支店  
口座番号 普通 855008  
口座名義 いせ市民活動センター東日本大震災支援プロジェクト事務局  
※百五銀行本店・支店の窓口からの送金なら手数料は不要です。(ATMは有料)

東日本大震災支援プロジェクトのホームページ <http://3-11.e-ise.net>

## パルティイ4コマ劇場



募金をしよう



義援金は、被災者に直接行くお金です



支援金は、災害ボランティアの活動などに使われます



どちらも大切です

## NPO・ボランティア ただいま活躍中! ハピックス

代表 藤井英樹さん (☎090・1986・6652)

私たち「ハピックス」は、社会にいろいろな形で貢献したい人で2009年に構成された市民活動団体です。メンバーの年齢は24歳〜30歳が中心で、三重県・愛知県・福井県で、地域の清掃ボランティアやチャリティスポーツ大会など、レクリエーションと連動させた社会貢献活動に取り組んでいます。

三重県では、伊勢・松阪・津・鈴鹿で活動を展開し、さまざまなイベントを定期的に開催するうちに、口コミで広がり、20代・30代の人たちが「余暇を利用した社会貢献」という趣旨に共感し、集まっています。

現在は、東日本大震災の被災地への物資支援と支援金の寄付活動を展開しているところです。これからも世の中の役に立てるよう頑張っていきたいです。

昨年、9月にチャリティのスポーツ大会を開催し、募金で集まった寄付金を社会福祉法人日本介助犬協会へ寄付し、10月には「津



海岸清掃活動



# めざそや! 共同参画⑤

市民交流課 (☎② 5513)

平成22年12月17日、第3次男女共同参画基本計画が決定しました。そこで私たちは、あらためて、男女共同参画について考えてみることにしました。

## 誰もが生きやすい社会に

今さらですが、男女共同参画社会って何？

それは、社会を構成する全ての人が男性・女性に関係なく、共に仕事と家庭に関する責任を担える社会のことで、誰もが生きやすいと思える社会のことです。

### 女性の視点が必要

かつて高度経済成長時代には、専業主婦の妻がいる男性が社会に出て一心に働き、私たちは目覚ましい発展を遂げました。しかし、時代が変わって、少子高齢化による労働力の減少が進む中、女性をはじめとする多様な人材を活用することは、社会の活性化に必要不可欠になっていきます。量的に労働力を補うというだけではありません。女性には、結婚・出産・子育てなど多くのステージがあり、その都度、いろいろな

視点で物を見る機会があります。女性の能力や発想を取り入れることは、多様化する社会の中で、新たな価値を生み出します。

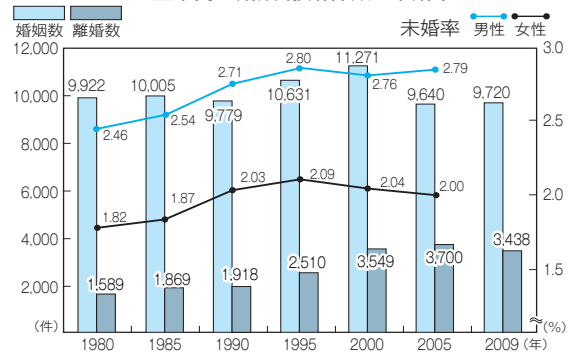
また、男性も会社だけではなく、家庭や地域を大切にしながら視野を広げる方が、柔軟に生きられるのではないのでしょうか。

### ライフスタイルを柔軟に

「家計が苦しいのは父親の責任、子どもの成績が悪いのは母親の責任」などという意識はありませんか。経済面でも子育てでも、夫婦が支え合っていくのが理想です。

しかし、これまでのような男性中心の働き方では、男性が家庭に目を向けるのは難しく、女性も仕事か家庭かを選択しなければなりません。また、未婚率・離婚率の

三重県内の婚姻・離婚件数と未婚率



上昇により、女性は言うまでもなく、男性一人で育児や介護をするケースも増えています。そこで、男女共に柔軟に仕事の仕方を選べる社会が望まれます。

### 目指す社会

社会には女性の視点が必要、地域には男女とも、もっと多くの人材が必要、家庭にはもっと男性の存在が必要、です。

どの場においても、働きたい人が性別にかかわらず、その能力を十分に発揮できる社会が望まれます。

## 私たちにできること

昨年、日本女性会議で印象に残った言葉があります。その一つが、「会社人であっても社会人でない人は、将来お荷物になる」という言葉です。どうすれば社会人になれるのでしょうか？

一人一人、幸せの価値観は異なります。幸せな生活に本当に必要なものは何かを考え、積極的にバランスの良い生き方ができるように工夫しましょう。

もう一つは、「自分が経験した苦勞を、押し売りしない」という言葉です。先輩たちは経験豊富で、若者に伝えたいことがたくさんあります。しかし、否定的なアドバイスで若者が慎重になり過ぎることはないでしょうか。

若者たちが希望を持って生きられるように、見守っていきましょう。

知る 備える 行動する

災害は  
忘れたころに やってくる

危機管理課 (☎215523)



東海地震に関する情報の  
名称が一部変更

東海地震は、予知できる可能性のある唯一の地震です。

気象庁では、東海地域に設置している観測機器のデータを常時監視しており、通常とは異なる変化が観測された場合、東海地震に関連する情報を「東海地震観測情報」「東海地震注意情報」「東海地震予知情報」の3つの区分で発表することとしています。

平成21年8月の駿河湾の地震の際、「東海地震観測情報」が発表されましたが、東海地震が発生したときの情報と誤解されるなどの問題があったことから、平成23年3月24日から、「東海

地震に関連する調査情報」に変更されました。

なお、名称の変更に伴う防災対応は、これまでと変わりありません。

変更点

「東海地震観測情報」は、「東海地震に関連する調査情報(臨時)」となりました

・市民の皆さんが、平時からこの名称の情報に接する機会を増やすことが重要だ  
という観点から、最近の地震活動に関する評価結果が「東海地震に関連する調査情報(定例)」として毎月発表されます



気象庁が発表する「東海地震に関連する情報」

情報名	主な防災対策など
<p><b>東海地震予知情報</b></p> <p>(東海地震が発生する恐れがあると認められ、「警戒宣言」が発せられた場合に発表)</p>	<p>●警戒宣言が発せられ、次の対策がとられます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○地震災害警戒本部が設置されます</li> <li>○津波や崖崩れの危険地域からの住民避難や交通規制の実施、百貨店の営業中止などの対策が実施されます</li> </ul> <p>住民の皆さんは、テレビ・ラジオなどの情報に注意し、東海地震の発生に十分警戒して、「警戒宣言」および自治体などの防災計画に従って行動してください</p>
<p><b>東海地震注意情報</b></p> <p>(観測された現象が東海地震の前兆現象)である可能性が高まった場合に発表)</p>	<p>●東海地震に対処するため、次のような防災の「準備行動」がとられます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○必要に応じ、児童・生徒の帰宅などの安全確保対策が行われます</li> <li>○救助部隊、救急部隊、消火部隊、医療関係者などの派遣準備が行われます</li> </ul> <p>住民の皆さんは、テレビ・ラジオなどの情報に注意し、政府や自治体などからの呼び掛けや、自治体などの防災計画に従って行動してください</p>
<p><b>東海地震に関連する調査情報</b></p> <p>(東海地震に関連する現象について調査が行われた場合に発表)</p>	<p>●防災対応は特にありません</p> <p>●国や自治体などでは情報収集連絡体制がとられます</p> <p>住民の皆さんは、テレビ・ラジオなどの最新情報に注意して、平常通り過ごしてください</p>
<p><b>臨時</b></p> <p>(観測データに通常とは異なる変化が観測された場合、その変化の原因についての調査の状況を発表)</p>	<p>●防災対応は特にありません</p>
<p><b>定例</b></p> <p>(毎月の定例の判定会で評価した調査結果を発表)</p>	<p>●防災対応は特にありません</p> <p>日ごろから、東海地震への備えをしておくことが大切です</p>

この部分  
が変更!





シリーズ人権

# 一人ひとりが輝くために

人権政策課 (☎21) 5546)

学校での人権学習の取り組みの中から、前回に引き続き、今回は中学生の作文を紹介します。

## 「小さな心がけ」

(中学2年生)

私は、親せきの家に行くために妹と電車に乗りました。一駅すぎると年老いたおばあさんが乗ってきました。そのおばあさんはすわるところがなく立っていました。他のすわっている人たちは、みてみぬふりをして、かわってあげようという気持ちになりましたが、口に出す勇気が出ず、もどかしい思いをしました。そ

して一駅がすぎたとき、今までいねむりをしていた一人の男の人が目を覚まし、

思うと、あの時私が声をかけることができなければという気持ちになりました。

おどろいた顔をしておばあさんに席をゆずっているのを見ました。私は、その勇気がなく声をかけることができませんがもつとはやくゆずってあげられたらよかったのに、と後悔しました。きつと、今までねていて立

私ご家族とスーパ―に買い物に行ったとき、車いすに乗って買い物をしているおばあさんがいました。わたしは、その人を見ただけそのまま思わず素通りしてしまいました。後ろを見てみるとなぜか母がおばあさんの近くで立ち止まっています。母に話しかけてみると、「ちよつといつてくる」と言っておばあさんのところに行っていました。よく見てみると、高い所にあるものがとれなくておばあさんが困っていました。それに気付いた母は、高い所にあるものをと

っているおばあさんがいることに気付かず、目を覚ましたときにおどろいた顔をされたのかなと思いました。もし、この時その男の人が目を覚まさず気付いてあげられていなかったら、あの

おばあさんはずっと立ったままいなければならなかったかもしれない。そう

おばあさんに席をゆずってあげた一人の男の人やおばあさんを手伝ってあげた私の母。この人たちは、人を思いやる気持ち、人間にとって大切なものをちゃんと持っているんだと思います。そして、当たり前のように困っている人に手を差し伸べることができたんだと思います。そのような



大人の人を見て私もそんな大人になりたい、そう思いました。すぐに声をかけられるようになれないと思うけど、身近で困っている人がいたら何か役にたてるようなことがないか考えたい、家族の中で困っている人はいないか探して手伝えることをしたり、今の私にできることをたくさん見つけたと思います。そして、相手の気持ちを考えられる能力をつけたいです。少しずつできること、人の役にたつようなことをできる人間に近づいていきたいです。当たり前のように困っている人に手を差し伸べてあげられる、そんな優しくて思いやりのある心を持った大人、人間になりたいです。小さな心がけがとても大切だと思いました。

※この作文は、平成22年度人権作文集「人権の芽」に掲載されたものです。



# 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（午前8時30分～）

健康課（八日市場町・福祉健康センター内）

TEL 2435、FAX 210683

〔参加費などの記載のないものは無料〕

予算額は、すべて平成23年度分です。

## 離乳食教室

とき 5月27日（金）、午前10時30分～正午

ところ 小俣保健センター

対象 市内在住の乳児（生後7カ月～11カ月）の保護者

内容 離乳食（後期）完了期のお話と試食

定員 30人（先着順）

申し込み 5月2日（月）から、

電話またはFAXで健康課へ

予算額 約32万8千円（15回分）

## ヘルスマイト料理講習会

とき・ところ・定員 下表のとおり

対象 市内在住の人

### ヘルスマイト料理講習会

とき	ところ	定員 (先着順)
5月17日（火）	小俣保健センター	35人
5月21日（土）	福祉健康センター	30人
5月25日（水）	福祉健康センター	30人
5月26日（木）	二見公民館	30人
5月27日（金）	ハートプラザみその	30人

※いずれも時間は、午前9時30分～午後1時です。

## 乳がん集団バス検診 （7月～11月分）

とき・ところ 左下表のとおり

対象 市内に住所を有する30歳以上の（1年度につき1回）

検診内容 乳がん検診（マンモグラフィー）

定員 午前45人、午後50人（申し込み多数の場合は公開抽選）

料金 1200円（70歳以上は無料）

持ち物 バスタオル、健康手帳（持っている人）

申し込み 5月20日（金）（当

### 乳がん集団検診申し込み記入例 （はがき・ファクスの場合）

#### ①検診日時

第1希望 平成■年■月■日・午前  
第2希望 平成■年■月■日・午後  
第3希望 平成■年■月■日・午後  
※午前・午後も必ず記入してください。

#### ②住所 岩淵1丁目7-29

#### ③氏名 伊勢 花子

#### ④生年月日 昭和■年■月■日

#### ⑤昼間の連絡先 090-■■■■■-■■■■■

※日中の連絡先を記入してください。

### 乳がん集団バス検診（7月～11月）

とき	ところ
7月 4日（月）	中央保健センター
7月 5日（火）	小俣保健センター
7月 19日（火）	二見老人福祉センター
7月 25日（月）	中央保健センター
8月 2日（火）	ハートプラザみその
8月 4日（木）	ハートプラザみその
8月 22日（月）	中央保健センター
8月 26日（金）	ハートプラザみその
9月 5日（月）	中央保健センター
9月 7日（水）	二見老人福祉センター
9月 30日（金）	ハートプラザみその
10月 3日（月）	中央保健センター
11月 28日（月）	中央保健センター

#### 受け付け時間

午前の部：午前10時～11時

午後の部：午後1時～2時30分

日消印有効）までに、はがき・ファクス（記入例参照）で健康課（〒516-0076 八日市場町13-1）へ、または直接健康課・各総合支所生活福祉課へ  
※ペースメーカーやシリコンが入っている人、授乳中・妊娠中・妊娠の可能性がある人は、受診を避けてください。  
※7月は希望者が多く、抽選となる可能性があります。  
**公開抽選**  
とき 5月27日（金）  
ところ 福祉健康センター  
※抽選結果は、6月中旬に郵送します。

### 医療機関での乳がん検診も 予約が必要です

今年も、40歳～69歳の人を対象に、7月～11月に医療機関で乳がん検診を行います。詳しくは、「広報いせ」7月1日号でお知らせします。

予算額 約1060万5千円（22回分）

※乳がん・子宮がん集団バス検診は、12月～3月にも予定しています。詳しくは、「広報いせ」10月1日号でお知らせします。



## パパとママの教室

とき ①5月21日(土)・②27日(金)、午前10時～正午  
ところ 中央保健センター

対象 初妊婦と夫

内容 ①2人で赤ちゃんを迎えるために(保健師のお話、沐浴実習、妊婦模擬体験)、②これから始まる子育てについて(保健師のお話、絵本の読み聞かせ)

定員 30人程度(先着順)

持ち物 母子健康手帳

申し込み 電話またはFAXで健康課へ

予算額 約14万2千円(8回分)

## 妊婦健診の検査項目に性器クラミジア検査を追加

市では、妊婦健診にかかる費用を助成していますが、4月から新たに「性器クラミジア検査」が追加されました。

性器クラミジアは性感染症です。母親が感染していると、赤ちゃんが結膜炎や肺炎を起こすことがあります。

す。赤ちゃんへの感染を防ぐとともに、母親自身の健康管理に役立てるために、子宮頸管粘液を採取して検査をします。

対象 妊娠中に性器クラミジア検査を受けていない妊婦

※平成23年3月31日までに妊娠の届け出をした人で、県内の医療機関を受診する場合は、医療機関で受診券を渡しますので、手続きは必要ありません。

※県外の医療機関を受診する場合は、健康課で受診券を渡しますので、健康課へ連絡してください。

## 定期予防接種を受けましょう

種類・対象年齢 下表のとおり

実施場所 県内の実施医療機関

申し込み 事前に電話などで医療機関へ(要予約)

持ち物 予診票、母子健康手帳、健康保険証

※接種歴を確認するため、

予防接種の種類と対象年齢

種類		対象年齢	
定期予防接種	BCG	生後6カ月未満	
	ポリオ	3カ月～90カ月未満	
	三種混合 1期	3カ月～90カ月未満	
	二種混合 2期	11歳～13歳未満	
	麻しん風しん	1期	1歳～2歳未満
		2期	5歳～7歳未満で小学校就学前の1年間にある人(平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ)
		3期	中学1年生相当の人(平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれ)
		4期	高校3年生相当の人(平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ)
	日本脳炎	1期	6カ月～90カ月未満 ※接種が望ましい年齢は、3歳～4歳です。
		2期	9歳～13歳未満
任意予防接種	子宮頸がん予防	中学1年生～高校1年生相当の女子(平成7年4月2日～平成11年4月1日生まれ)	



母子健康手帳の提示がない場合は接種できません。※市が配布した冊子「予防接種と子どもの健康」をよく読み、予防接種の必要性・注意点・副反応などを理解してから受けましょう。

## 任意予防接種

接種対象者の保護者が希望をすれば、子宮頸がん予防ワクチンを接種できます。注意事項を理解の上、医療機関で接種してください。対象 左表のとおり

なっています。実施場所 県内の実施医療機関  
接種費用 無料  
申し込み 事前に電話などで医療機関へ(要予約)  
持ち物 健康保険証、母子健康手帳

※万が一、重篤な副反応が出た場合は、医薬品副作用被害救済制度による救済となります。医師とよく相談し、接種の判断をしてください。

一時的に見合わせとなっていた「ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン」の任意予防接種(対象年齢…2カ月～5歳未満)は、4月1日から接種が再開されました。申し込みは、医療機関へしてください。

肺炎球菌予防接種助成事業(65歳以上)を実施中です。ただし、昨年度助成を受けた人は対象となりませんのでご注意ください。

予算額 2億762万8千円(うち国・県補助金1億298万3千円)

休日・夜間応急診療所（八日市場町）

	診療時間	診療科目
休日	日曜日・祝日 10:00～17:00 (12:00～13:00を除く)	内科・小児科・歯科
夜間	毎日 19:30～22:00	内科・小児科

■内科・小児科 (☎25 8795)、歯科 (☎27 0829)

予算額 1億1,042万4千円  
(うち他町分担金・診療所収入 8,541万円)

■重症の人や左表以外の診察

救急医療情報センター (☎28 1199、音声自動案内☎ 0800-100-1199)  
医療ネットみえのホームページ <http://www.qq.pref.mie.jp/>

■子どもの急な病気や事故・薬に関する小児科専門医師による電話相談  
相談時間 毎日、19:30～23:30

電話番号 みえ子ども医療ダイヤル (☎ #8000、☎津 059-232-9955)

予算額 138万3千円 (子育て相談 117回分)  
89万7千円 (うち国・県補助金 38万6千円) (成人健康相談 48回分)

主な相談など

子育て相談			成人健康相談・成人栄養相談 (成人栄養相談は要予約)		
5月 2日(月)	9:30～11:00	二見老人福祉センター	5月 11日(水)	9:30～11:00	小俣保健センター
	13:30～15:00		5月 12日(木)	13:30～15:00	ハートプラザみその
5月 6日(金)	10:00～11:30	豊浜地区コミュニティセンター	5月 19日(木)	13:30～15:00	中央保健センター
	13:30～15:00	北浜地区コミュニティセンター	5月 25日(水)	9:30～11:00	二見老人福祉センター
5月 10日(火)	9:30～11:00	中央保健センター	エイズ検査		
	13:30～15:00		毎週火曜日	9:00～11:00	伊勢保健福祉事務所 (県伊勢庁舎内) (☎27 5148)
5月 17日(火)	9:30～11:00	ハートプラザみその	毎月第2火曜日	17:30～19:00	
	13:30～15:00		こころの健康相談 (要予約)		
5月 20日(金)	10:00～11:30	城田地区コミュニティセンター	5月 27日(金)	13:00～15:00	伊勢保健福祉事務所 (県伊勢庁舎内) (☎27 5148)
5月 24日(火)	9:30～11:00	小俣保健センター			
	13:30～15:00				

※5月20日(金)の子育て相談は、きらら館保育士との合同開催です。

※対象は、問い合わせ先が伊勢保健福祉事務所となっているものは県内在住の人、そのほかは市内在住の人です。

春の全国交通安全運動

5月11日(水)～5月20日(金)

運動の基本

子どもと高齢者の交通事故防止

運動の重点

- 自転車の安全利用の推進 (特に自転車安全利用五則の周知徹底)
- すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶

自転車安全利用五則

- 自転車は車道が原則、歩道は例外
- 車道は左側を通行
- 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 安全ルールを守る
- 子どもはヘルメットを着用

※自転車は、自動車やバイクと同じ車両です。道路を通行する場合、車両としての交通ルールやマナーを守りましょう。

「自分は、暴力団などには関係がない」と思いがちですが、何が発端で関わりができるか分かりません。暴力団などの反社会勢力は、企業を取り巻く活動の中で不当な要求を行ったり、事故・トラブル・不祥事などを理由に因縁をつけるなど、獲物を狙っています。暴力団員からの不当請求

- 伊勢警察署 (☎20 0110)
- 伊勢警察署 (☎20 0110)
- 財暴力追放三重県民センター (☎フリーダイヤル 0120・31・8930)
- 三重弁護士会 (☎津 059・228・2232)

暴力団などからの不当請求には早期の相談を！



ミーボくん

伊勢警察署だより

伊勢警察署 (☎20 0110)

などを受けた場合は、一人(一企業)で対応せず、警察・財暴力追放三重県民センター・弁護士へ早めにご相談ください。

相談先



# めざせ！ ごみゼロのまち

環境課 (☎②) 5543



## 資源物集団回収にご協力を

資源物集団回収とは、自治会・PTA・子供会など

地域住民で組織される団体が、各家庭の協力により、

紙類・布類・スチール缶・アルミ缶・リターナブルび

んなどの資源物を回収し、資源回収業者へ引き渡すことをいいます。

リサイクルできるものをごみとして出さない大切なお取り組みで、皆さんの活動

によって、より多くのものを資源化できます。皆さんの

ご協力をお願いします。

## ■再生資源回収事業奨励金

市では、資源物集団回収を実施する自治会・PTA・

子供会などの営利を目的としない団体に対し、奨励金を交付しています。

申請書と資源回収業者の

引き取り伝票を提出すると、回収量に応じて奨励金を受け

けることができます。

対象品目 紙類(新聞・雑誌類・段ボール・紙パック)、

布類、スチール缶、アルミ缶、リターナブルびん

交付金額 1kgにつき6円(びんは1本につき3円)

※市の奨励金であり、資源回収業者の引き取り単価ではありません。

※奨励金の交付を受けようとする団体は、事前に団体

登録書を提出する必要があります。申請書と登録書は、

環境課・各総合支所生活福祉課・各支所にあります。

また、市のホームページからダウンロードできます。

予算額「平成23年度」

1671万5千円

# 図書館へ 行こう!

開館時間 午前9時～午後7時

伊勢図書館 ☎②1 0077・FAX ②1 0078

休館日 毎週水曜日、第2金曜日

小俣図書館 ☎⑨ 3900・FAX ⑨ 3902

休館日 毎週火曜日、第2金曜日

指定管理委託料 1億2,060万円

入館者数 48万7,198件(平成22年度)

## 伊勢図書館

### おはなし会

とき 毎週土曜日、午後2時30分～

ところ 1階・おはなしコーナー

内容 絵本や紙芝居などの読み聞かせ

### あかちゃんえほんのじかん

とき 5月26日(木)、午前11時～

ところ 2階・視聴覚室

内容 赤ちゃん絵本の紹介や読み聞かせ、手遊びなど

### 上映会

とき 5月8日(日)、午後1時30分～

ところ 2階・視聴覚室

内容 「リバーランズ・スルーイット」(第65回アカデミー賞撮影賞受賞作品) [日本語吹き替え]

### 施設利用抽選会(7月～9月分)

とき 5月6日(金)、午前10時～(受け付けは午前9時50分～)

ところ 2階・視聴覚室

### おはなしプーさん

読み聞かせボランティアを募集

～図書館で読み聞かせをしてみませんか～

「おはなしプーさん」は、伊勢図書館で毎月第2～第5土曜日・午後2時30分～3時に、絵本や紙芝居の読み聞かせをしているボランティア団体です。

一緒に読んでみたい人、絵本に興味のある人は、同館へ問い合わせてください。

※毎月第1月曜日に定例会があります。

## 小俣図書館

### おはなし会

★あかちゃんおはなし会 5月12日(木)、午前11時～

★たんぼおはなし会 5月14日(土)、午後3時～

★ピッポの会・紙芝居 5月15日(日)、午前11時～

※場所は、1階・おはなしのへやです。

### 図書館おはなし会&工作

とき 5月28日(土)、午後3時～

ところ 1階・おはなしのへや

対象 3歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴)

内容 お話を read した後、カラッとカラフル坊主(てるてる坊主)を作る工作をします

### 上映会

とき 5月21日(土)、午後2時～

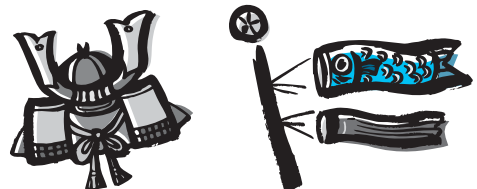
ところ 2階・視聴覚室

内容 「プレーメンのおんがくたい」「スカンクカンクプー」「海に落ちたピアノ」(影絵劇39分)

### 足立徹水彩画「小俣町十二景」展

とき 5月14日(土)～6月9日(木)

ところ 2階・ギャラリー



シリーズ

# 探訪・伊勢の博物館 23

文化振興課内・伊勢まるごと博物館  
ネットワーキング会議事務局 (☎ 27885)

## 伊勢まちかど博物館 ⑩

### かどや民具館(二軒茶屋餅)

尾張や三河からの参宮客は、陸路よりも舟で伊勢湾を渡る方が便利であったことから、舟参宮と呼ばれる方法で参拝をしていました。

勢田川沿いで、外宮・内宮の両方に近いこの地域は、舟参宮の上陸地として発展し、参宮客をもてなすための茶屋などが建ち並んでいました。二軒茶屋と呼ばれるようになったのは、「湊や」と「角屋」の2軒の茶屋があったことにちなむといわれています。

「角屋」は、天正年間の創業と伝えられ、名物餅として今も参宮客をもてなし続けています。

同館は、その二軒茶屋餅の原料である黒砂糖の保存

## 味噌たまり蔵&地ビール蔵



かどや民具館の展示資料

庫であった蔵を改装したもので、かつて使用されていた大福帳や酒つば、餅作りを使用した道具類などが展示されています。

角屋は、大正時代に味噌・しょうゆの製造販売を行うようになりました。

工業化が進んだ現在、味噌・しょうゆは大きな工場で製造されることが多くなりましたが、同館では、昔ながらの木樽が用いられ、天然醸造と呼ばれる、四季の気温をうまく利用した伝統的な製法で、手間暇をかけて少量生産されています。



木樽で醸造される味噌・しょうゆ

館内には、人の背丈よりも大きな杉製の樽が所狭しと並び、こうじの独特な香りが立ち込めています。

平成6年の酒税法改正により、ビールの少量生産が可能になったことから、角屋では地ビールの生産も始めました。

同館は、昭和初期の蔵を

### お願い

伊勢まちかど博物館は、館長の善意により住宅や仕事場を公開しているものです。見学前に予約をしてください。

- かどや民具館 (二軒茶屋餅)
- 味噌たまり蔵&地ビール蔵

所在地 神久6丁目 8-25  
 電話番号 ☎ 3040  
 開館日時 8:00 ~ 17:00  
 休館日 無休  
 入館料 無料

レトロな雰囲気にも再生した地ビールレストラン「麦酒蔵」の一角にあり、2階のレストランに上がる途中、ガラス越しに見学することができます。

金属製の仕込み釜などが化学プラントのように立ち並び、味噌たまり蔵とは対照的な美しさがあります。

# 引越しと不用品の処分は

●家屋を壊す前や、引越しの際に出る不要品があれば御一報下さい。  
●商店会社の専属車も、ご相談に応じます。

地元の当社で!

片付け仕事も  
おまかせ下さい。

見積無料



0120 FreeDial 0120-28-3001

引越 緊急荷物  
TSUTA TRANSPORT (有) つた運輸  
伊勢市小俣町宮前704の3 TEL(0596)28-3000(代)

広告



# 6月からスタート! 住宅・店舗のリフォームに補助

商工労政課 (☎② 5512)



住宅の安全性・耐久性の向上と、商業振興、地域経済の活性化を図るため、6月から、住宅や店舗のリフォーム工事費の一部を補助する制度が始まります。市民が所有し自ら居住している住宅や、自らが事業を営んでいる店舗などを、市内に主たる事業所がある建設業者などでリフォーム工事を行う場合、工事費の一部を補助します。

**対象者** 次の要件を全て満たす人

- 市内に居住している
- 市内に住民登録または外国人登録がある
- 補助を受けようとする世帯全員が市税を滞納していない

**対象住宅・店舗**

- 補助対象者が所有し、かつ自らが居住する住宅(併用住宅を含む)
- 補助対象者が個人で事業

を営む店舗(賃借店舗の場合は所有者の承諾が必要)対象工事 次の要件を全て満たす工事

- 工事費(税抜き)が20万円以上である
- 平成24年3月31日までに工事を完了し、実績報告を行うことができる
- 市内に本社・本店がある法人、または市内で営業する個人事業者が行う工事である

※次の工事は対象外です。

- リフォームを伴わない、浄化槽設備工事や公共下水道への排水管接続工事、解体工事など
- 申し込み時点で着手している工事や、補助金交付決定前に着手している工事

**補助金額**

- ① 住宅：工事費の100分の5(上限10万円)
- ② 店舗：工事費の100分の10(上限20万円)

※店舗併用住宅の場合は、①により算出した額と②により算出した額とを比較し、多い方の額とします。

**申請** 次の書類を商工労政課へ

- 補助金交付申請書
- 住民票謄本(家族全員のもの)
- 市税の滞納がないことの証明書
- 住宅または店舗の所有者が分かるもの
- 工事見積書または工事契約書・請書の写し(工事内訳書を添付)
- 工事内容が分かる図面、施工予定箇所の着工前写真

**受け付け期間** 6月1日(水)～7月29日(金)

※申請書は、5月2日(月)から交付します。

**予算額(平成23年度)** 1000万円

先着順で受け付け、交付決定額が予算額に達した時点で受け付けを終了しますので、「こま」承ください。



広告

小学生から5教科を指導する本格的な塾!

## school エース・スクール

**明野校**

**伊勢校**

**馬瀬校**

TEL 0596・27・0236(代)

# 情報コーナー



## 募集

参加費などの記載のないものは無料

### 活性化活動事業補助金 活動団体を募集

市民交流課(☎②5549)

市では、活動団体が元気で活気あふれる地域づくりに貢献し、市民自治の担い手として活動を継続的に行うため、事業経費の一部を補助します。

**対象** 市内で地域貢献活動に取り組む団体

※一部、対象外となる団体があります。

**事業実施期間** 4月1日～

平成24年3月31日

**補助金額** 補助対象経費の

10分の8以内(上限10万円)申し込み 5月20日(金)〔郵送の場合は5月19日(木)必着〕までに、申請用紙などを、直接または郵送で同課(〒516-8601岩渕1丁目7-29)へ

※申請用紙などは、同課、各総合支所地域振興課、各支所、いせ市民活動センター南館・パルティいせ、生涯学習センターいせトピア、二見生涯学習センター、福祉健康センター、ハートプラザみその、伊勢図書館、小俣図書館にあります。また、市のホームページからダウンロードできます。

**選考方法** 5月29日(日)に開催する審査会で、申請団体が行うプレゼンテーション(事業の説明・アピールなど)により選定

**予算額(平成23年度)** 89万円



### 伊勢市民芸能祭

#### 出演団体とポスター・プログラムデザインを募集

文化振興課(☎②7885)  
伊勢市文化協会(☎②1640)

次のとおり、市民芸能祭の出演団体を募集します。また今年も、第55回の開催を記念し、ポスター・プログラムデザインの募集をします。

#### 出演団体募集

**開催日** 10月～11月の日曜日・祝日のうち7日間程度

**募集分野** 伝統芸能・邦楽・邦舞・洋楽・洋舞・その他の舞台芸能

**対象** 次の要件を全て満たす舞台芸能団体

- 活動の本拠地が市内にある
- 団体の主たる目的が文化振興である
- 市民芸能祭の趣旨に賛同・協力できる

**申し込み** 5月2日(月)～31日(火)(当日消印有効)に、申込書を、直接同課、市役所内・教育委員会窓口、観光

文化会館、生涯学習センターいせトピア、伊勢市文化協会事務局へ、または郵送で同協会事務局(〒516-0027桜木町143)へ

※申込書は、各申し込み先にあります。また、市のホームページからダウンロードできます。

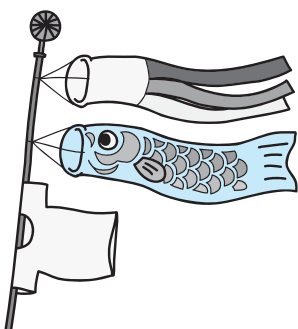
※申し込み多数の場合は、抽選を行う場合があります。

#### デザイン募集

市民芸能祭のポスター・プログラムに使用するデザインを募集します。

**申し込み** 7月31日(日)必着までに、同協会事務局へ※同協会事務局へ問い合わせの上、応募してください。

**市民芸能祭開催経費(平成23年度予算額)** 128万円



## 創立38年の経験と信頼

市民のための身近な法律事務所

《初回相談30分無料!》

### 三重合同法律事務所

まずはお電話を!

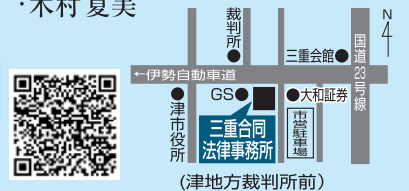
〒514-0033 津市丸之内33-26 城北ビル2F TEL: 059-226-0451 FAX: 059-223-0957

ホームページ:「三重合同法律事務所」でご検索下さい。



弁護士(三重弁護士会所属)

・石坂俊雄・村田正人・福井正明  
・伊藤誠基・森一恵・加藤寛崇  
・木村夏美



広告



## 伊勢市奨学金 奨学生を募集

教育総務課(☎07879)

次のとおり、奨学生を募集します。

対象 次の要件を全て満たす人

- ・市内居住者の子弟である
- ・現在、大学(短期大学を含む)・高等専門学校・高等学校に在学している
- ・学業が特に優良で、学資に乏しい(生活保護受給世帯、市民税所得割額非課税世帯)

支給額(返済不要) 下表のとおり

支給期間 当該年度のみ(1年間)

申し込み 6月1日(水)～15日(水)に、申請書と必要書類・作文を、同課または市役所内・教育委員会窓口へ

選考方法 選考委員会で選考

※募集要項は、同課、各総合支所、各支所、市役所内・教育委員会窓口にあります。また、市のホームページか

らもダウンロードできます。  
予算額(平成23年度) 63  
3万6千円(うち基金からの繰り入れ132万円)

### 伊勢市奨学金支給額

対象	支給年額	
①高校生	公立	66,000円(月額5,500円)
②高等専門学校生(1～3年生)	私立	72,000円(月額6,000円)
③高等専門学校生(4～5年生)	県内	96,000円(月額8,000円)
④大学生	県外	120,000円(月額10,000円)

※③④は、伊勢市育英基金を原資としているため、合わせて11人程度とします。

### 伊勢市育英基金に寄付を

伊勢市育英基金は、大学生・高等専門学校生への奨学金支給の財源となっています。

奨学金制度は、平成23年度で45年目を迎えますが、奨学生の増加と寄付の減少

に伴い、基金は年々減少し、間もなく底を突いてしまいます。

一人でも多くの学生に奨学金を支給し、社会に貢献する人材を育成するため、伊勢市育英基金へのご寄付をお願いします。

## 講座

### ホームヘルパー2級講習

三重県社会福祉協議会  
(☎059・227・5160)

県内の福祉職場などへの就労を希望する離職者などを対象に、ホームヘルパー2級講習を実施します。  
とき 6月6日(月)～8月11日(木)、午前9時～午後5時(週2～3回、計22回)

ところ 三重県社会福祉会館(津市桜橋2丁目131)および県内の実習施設  
対象 県内に6カ月以上住所を有する65歳未満の人員 50人(申し込み多数の場合は抽選)

申し込み期間 5月2日(月)～25日(水)(必着)

## 催し物

### 伊勢市駅前 ごみゼロ早朝清掃

環境課(☎5540)

5月30日の「ごみゼロ」の日になみ、次のとおり伊勢市駅前周辺の早朝清掃を行います。

とき 5月29日(日)、午前7時～8時(集合は午前6時55分)

※少雨決行としますが、荒天時は6月5日(日)に延期します。延期の場合、ケーブルテレビでお知らせします。  
集合場所 伊勢市駅前広場  
持ち物 軍手・ごみばさみ・鎌など



## 広告

### 伊勢にはこのような学校があります

この学校は、4年制の理学療法士を養成する学校です。大型リハビリ施設を併設し、臨床重視の教育をしています。大学卒業の資格も希望される人は、人間総合科学大学を併修することもできます。国家試験に合格した卒業生たちは、リハビリの現場へ巣立っていきました。もしかしたら、皆さんの身近な人のリハビリを担当しているかもしれません。18才から40才位(高校卒業したばかりの方から、一度社会に出た経験のある)の学生が、真剣に自分の人生をかけて、勉学に励んでいます。これからの日本で安定した生活を営んでいくには、国家資格は大切です。高齢化を迎える日本ではリハビリの専門職である理学療法士の必要性は、ますます高まっています。まずは資料請求から。個別に相談会も行ないます。



- ・入試方法:推薦入試、一般入試、社会人入試、AO入試
- ・オープンキャンパス 5月14日(土) 10:00予定

学校法人 伊勢志摩リハビリテーション専門学校 理学療法学科  
伊勢市御園町高 1658 TEL: 0596-24-2540 http://www.kyoeigakuen.ac.jp/ E-mail: iseshima@kyoeigakuen.ac.jp

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90余年

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

# 藤原屋

<本店> 伊勢市河崎 3-6-5  
<工場・ショールーム> 伊勢市村松町 1379-59  
TEL(0596)38-1173 FAX(0596)38-1170

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

伊勢の畳屋 検索

## 外城田川清掃活動

小俣総合支所地域振興課内・  
外城田川河川美化協力会  
(☎078558)

とき 5月15日(日)、午前8時〜10時(雨天の場合は5月22日(日)に延期)  
ところ 五十鈴橋西側〜野名面橋

### 集合場所

- 外城田川沿線自治区：各自治区が指定する場所
  - 一般参加者：小俣図書館北側(外城田川堤防側)
- 内容 堤防の草刈り、ごみ拾い  
持ち物 軍手・鎌など



## お知らせ

### 伊勢市福祉給付金

障がい福祉課(☎055558)

重度の障がいがある人に福祉給付金を支給します。給付金を受けるためには、年度ごとに申請が必要です。対象 市内に住所を有し、

次の要件を全て満たす人(基準日：6月1日、12月1日)  
● 在宅で生活している

● 市民税非課税世帯である  
● 身体障害者手帳1級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかの交付を受けている

● 伊勢市介護用品支給事業(紙おむつ等)、伊勢市重度心身障害者紙おむつ等支給事業のいずれも利用していない

支給額 年2回、6月と12月に1万2000円ずつを支給

申請 5月31日(火)までに、障害者手帳、本人名義の通帳、印鑑を持参し、同課・各総合支所生活福祉課へ

予算額(平成23年度)

408万円

## 国民健康保険被保険者への出産育児一時金

医療保険課(☎05646)

国民健康保険の被保険者が出産した場合、出産育児一時金として42万円が給付されます。なお、原則として、直接医療機関に支払われます。

※産科医療補償制度に加入していない病院などで出産した場合は39万円となります。

予算額(平成23年度)

6552万円(うち国補助金156万円)

## 道路用地の寄付に助成金

用地課(☎05562)

市では、安心して暮らせるまちづくりのため、建築基準法に定められている4メートルの道路幅員の確保を進めています。

敷地に面する道路が、市道認定を受けた道路で、幅員が4メートル未満の場合、

## 広告

### Q. ベッドのマットレスは敷きっぱなしでもいいの?

A. ベッドはつい敷きっぱなしになりがちですが、マットレスも1〜2週間に一度はマットレスをたてかけるなどして、フレームとマットの間に換気をすると良いでしょう。汗かきさんや、湿気が多い季節は特に気を付けましょう。

チャレンジ25  
未来が変わる。日本が変わる。  
www.challenge25.go.jp

**ヒラマツ**  
RELAXATION NIGHT LIFE  
SINCE1900  
伊勢市宮町1丁目9-19 ☎0120-23-3591

道路の幅員を4メートルにするために敷地を後退し、道路用地として市に寄付をしていただくと、助成を受けることができます(一部対象とならない場合があります)。  
※詳しくは、用地課へ問い合わせてください。  
予算額(平成23年度)  
630万2千円(うち国補助金275万円)

## Remedios Marin Carrasco

私たちと「フラメンコ」を一緒に始めませんか?

随時新規生徒募集中! 無料体験・見学 随時OK!

初めての方にも 楽しいレッスン! 健康的に美しいプロポーションを手に入れよう。気軽にお電話下さい!



レメディオス マリン カラスコ 随・伊勢スタジオ  
◆お問合せ 伊勢スタジオ 伊勢市川端町 230-1 創和ビル 1F ☎0596-28-0306  
http://www.cafeblo.com/remediosmcarrasco/

2011. 5. 8. SUN

ご注文 承り中!!

## Mother's Day☆

『お母さん ありがとう』 感謝の気持ちを込めて

### 奉花園

神田久志本町(伊勢警察署前)  
TEL : 0596-28-1113  
http://www.hokaen.jp



世界の子どもたちに  
ワクチンを

エコキャップ運動に  
協力を

環境課 ☎05540

エコキャップ運動とは、ペットボトルのキャップを集めて再資源化事業者へ売却し、その収益の一部を寄付することによって、世界の子どもたちにワクチンを届け、命を救おうとする運動です。

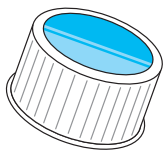
例えば、キャップ800個を集めると、ポリオ(小児まひ)ワクチン1人分になるとされています。

市では昨年10月から、資源拠点ステーション・各総合支所・環境課にエコキャップ回収容器を設置し、回収したキャップを、県内のエコキャップ回収事業者へ渡しています。

下表は、これまで伊勢市が回収したペットボトルキャップの重さです。次の注意事項を守っていただき、エコキャップ運動にご理解・

ペットボトルキャップの回収量とポリオワクチン換算

回収期間	重さ	個数	ワクチン換算(人数分)
平成22年10月～11月	732kg	約292,800個	366.0人分
平成22年12月～平成23年1月	330kg	約132,000個	165.0人分
平成23年2月～3月	333kg	約133,200個	166.5人分
計	1,395kg	約558,000個	697.5人分



ご協力をお願いします。  
注意事項  
・ペットボトルのキャップ以外の物は容器へ入れないでください  
・キャップに貼られているシールを剥がし、必ず一度は水ですすいでください



このコーナーは、伊勢市または伊勢市教育委員会が後援するイベント情報を案内するコーナーです。

申し込み締め切り 7月1日号=5月13日(金)  
7月15日号=5月31日(火)

時日時 所場所 対対象 内内容  
定定員 料料金 申申し込み

### 第50回 南勢地区母親大会

南勢地区母親大会実行委員会 (☎24-6913)

時 5月22日(日) ①9:45～12:15・②13:15～16:00 所 ハートプラザみその内 ①分科会(子育て・教育・不登校や引きこもり・介護関係・医療問題・福祉・年金・TPPとくらし・平和)、②分科会報告・映画「アンダンテ～稲の旋律～」(食と農と大地、そして人間再生の物語)の上映 料 一般1,000円(資料代を含む)、中学生・高校生500円 ※託児できます。

### 三重県初のプロ野球球団 三重スリーアローズ公式戦

三重ベースボールサポート(☎津059-227-0789)

とき	ところ	対戦相手
6月4日(土) 13:00～	倉田山公園 野球場	愛媛マンダリンパイレーツ
6月5日(日) 13:00～		香川オリーブガイナーズ

料 高校生以上 1,000円、小・中学生 500円、未就学児童 無料

広告



健康で、安くて、楽しい  
伊勢・船江温泉 湯  
みたすの湯  
【営業時間】 9:00～24:00 ※最終受付/23:00  
◆食事処 旬菜庵 赤い鳥 ご予約電話番号 0596-26-3700 全日 11:00～24:00 ※オーダーストップ/23:30  
◆手もみ処 おかげ整体 RE楽X ご予約電話番号 0596-22-9519 全日 10:00～23:00  
三重県伊勢市船江1-471-3 TEL 0596-29-4126

# ケーブルテレビ 番組案内

※詳しくは、アイティービーのチャンネルガイド・ホームページ・電子番組表(EPG)をご覧ください。

5月1日から、伊勢市行政チャンネルの番組が新しくなります。行政情報番組は、進行役として伊勢市出身や伊勢市を中心に活動しているタレントを起用するなどして、分かりやすく、親しみを持って見ていただける番組に生まれ変わります。

## 特集番組

市の重要課題や市政に関する情報を、キャスターの進行により担当職員の解説を交えながらお伝えします。

## おしらせ番組

各課からのおし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するほか、市民の皆さんの疑問にお答えする新コーナーも始まります。

## 伊勢市行政チャンネル (アナログ 10ch / デジタル 123ch)

広報広聴課 ☎② 5515

### 特集番組

放送時間 午前6時・8時・11時・午後1時・4時・6時・9時・11時～  
5/1～31 災害に備えて(16日からは手話通訳付き)

番組制作・放送予算額 [平成23年度] 2,389万7千円

## アイティービーコミュニティチャンネル (アナログ 8ch / デジタル 121ch)

(株)アイティービー ☎フリーコール 0120・270・089

放送時間 午前6時～翌日午前2時  
4月30日～5月6日は、ダイジェスト放送をお送りします。

### アイティービーニュース

・月曜日～金曜日の午後7時に更新し、午後7時・8時・9時・10時・11時に放送  
※5月5日から通常放送となります。  
※5月7日～13日の再放送はありません。

### おしらせ番組

放送時間 午前7時・9時・正午・午後2時・5時・7時・10時・翌日午前0時～  
5/1～6 市からのおしらせ、市民活動ニュース、まちの話題 5/7～13 市からのおしらせ、ボランティア団体紹介、まちの話題 5/14～20 市からのおしらせ、健康づくり通信、まちの話題 5/21～27 市からのおしらせ、新コーナー、まちの話題 5/28～6/3 市からのおしらせ、健康づくり通信、まちの話題

### 企画番組など (内容が更新される週を掲載しています)

5/7～13 年寄万歳～百歳になったら～、放課後クラブ、宮川インフォメーション、わくわくデジタルライフ(前半)、ふるさとめぐり逢い 5/14～20 どうやって作ってるの?、フォトスケッチ、プレゼントください!、伊勢音楽堂、ニュース特集、アニマル・パーク、伊勢商工会議所チャンネル～SMILE～ 5/21～27 ぐるぐるグルメ、トップに聞く、探歩々隊、8ミリフィルムに残る風景、レディースアングラー、わくわくデジタルライフ(後半) 5/28～6/3 テンドン、高齢者の健康、美し国の時間、趣味の時間、散歩、ひよこくらぶ、日本の暮らしのぞき箱

# みんなのひろば

MINNA no HIROBA

このコーナーは、市民団体の皆さんが、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。掲載を希望する場合は、広報広聴課(☎②5515)へ申し込んでください。掲載基準や申し込み方法は、市のホームページに掲載しています。

申し込み 7月1日号＝5月13日(金) 時日時 所場所 対対象 内内容  
締め切り 7月15日号＝5月31日(火) 定定員 料料金 申申し込み

## 奉洲流詩吟道吟詠大会

奉洲流詩吟道総本部 ☎25-6261

時 5月14日(土)、18:00～20:00  
所 伊勢河崎商人館・角吾座 内  
会員による吟詠の披露、宗家の濱口奉洲による映像を交えた吟詠ライブ「平家物語ほか」 定 100人 (先着順)

## 伊勢神宮奉納 春のばら展

三重ばら会南勢支部 ☎24-9271

時 5月20日(金)～22日(日)、10:00～16:00 所 神宮会館(宇治中之切町) 内 切り花、鉢植えなどの展示

## ちが 藤本流親伊勢会 民謡発表会

藤本流親伊勢会・久保さん ☎22-1722

時 5月21日(土)、10:00～15:30  
所 生涯学習センターいせトピア  
内 全国各地の民謡や童謡を唄や踊りを交えて、三味線で演奏します。先着80名に軽食を進呈します



# 5月の無料相談

時とき 所ところ 対対象 定定員 申申込み 方相談方法 問問い合わせ

予算額〔平成23年度〕4,143万4千円（市主催分のみ）

## 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、午後1時30分～3時30分 所 広報広聴課（☎② 5515） 対 市内に住所を有する人 定 8人（定員を超えた場合は抽選） 申 相談日当日の午後1時15分までに広報広聴課へ来所

時 5月12日（木）、午後1時30分～3時30分（抽選のため午後1時15分までに来所が必要） 所 小俣保健センター 対 市内に住所を有する人 定 4人（定員を超えた場合は抽選） 申 5月6日（金）～11日（水）に、社会福祉協議会小俣支所（☎② 0509）へ来所または電話

時 5月19日（木）、午後1時30分～3時30分（抽選のため午後1時15分までに来所が必要） 所 ハートプラザみその・多目的室 対 市内に住所を有する人 定 4人（定員を超えた場合は抽選） 申 5月12日（木）～18日（水）に、社会福祉協議会御園支所（☎② 6617）へ来所または電話

時 6月2日（木）、午後1時30分～3時30分（抽選のため午後1時15分までに来所が必要） 所 福祉健康センター 対 市内に住所を有する人 定 4人（定員を超えた場合は抽選） 申 5月26日（木）～6月1日（水）に、社会福祉協議会伊勢支所（☎② 2425）へ来所または電話

## 交通事故

時 第3水曜日（5月18日）、午後1時～3時 所 広報広聴課（☎② 5515） 定 4人（先着順） 申 相談日当日の午前8時30分～午後2時30分に、広報広聴課へ来所または電話

時 月曜日～金曜日、午前9時～午後4時 所 三重県交通事故相談窓口〔三重県栄町庁舎・3階〕（☎津 059・228・7350）

## 行政

時 第2火曜日（5月10日）、午後1時～3時 所 二見生涯学習センター 問 二見総合支所地域振興課（☎④ 1111）

時 第3火曜日（5月17日）、午後1時～3時 所 広報広聴課（☎② 5515）

時 第4火曜日（5月24日）、午後1時～3時 所 小俣公民館 問 小俣総合支所地域振興課（☎② 7858）

## 登記

時 第2火曜日（5月10日）、午後1時～4時（受け付けは午後3時まで） 所 広報広聴課（☎② 5515）

## 人権

時 第2木曜日（5月12日）、午後1時～4時（受け付けは午後3時まで） 所 広報広聴課（☎② 5515）

時 毎週火曜日・水曜日・金曜日、午前9時30分～午後4時30分 所 津地方法務局伊勢支局（☎⑧ 6158）

## 消費生活（架空請求）

時 月曜日～金曜日、午前9時～正午・午後1時～4時 所 伊勢市消費生活センター（☎② 5717）

時 月曜日～金曜日、午前9時～午後4時 所 三重県消費生活センター〔三重県栄町庁舎・3階〕（☎津 059・228・2212）

## 多重債務（クレジット・消費者金融など）

時 第3木曜日（5月19日）、午前9時30分～11時30分（受け付けは午前11時まで） 所 市役所本館・2階第1会議室 定 4人（先着順） 申 相談日当日の午前8時30分から伊勢市消費生活センター（☎② 5717）へ電話

## 公証（遺言・契約証明）

時 5月12日（木）、午後1時～4時（受け付けは午後2時まで） 所 広報広聴課（☎② 5515）

## 家庭児童（児童虐待など）・女性（DVなど）

時 月曜日～金曜日、午前9時～午後5時 所 こども家庭相談センター（☎② 5709）

## 母子

時 月曜日～金曜日、午前9時～午後5時 所 こども課（☎② 5561）

## 乳幼児

時 月曜日～金曜日、午前9時～午後4時 所 大世古保育所（☎⑤ 3676）

## 小・中学生（子育ての悩みや不安、不登校・いじめ・友人関係・学習のことなど）

時 月曜日～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 所 スマイルいせ〔小俣総合支所・3階〕（☎② 7867）

## 臨床心理士によるカウンセリング（要予約）

時 月曜日・水曜日・金曜日・午前9時～午後3時、火曜日・木曜日・午前9時～午後5時 対 小・中学生および保護者

## 青少年（非行問題など）

時 月曜日～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 所 青少年相談センター〔小俣総合支所・2階〕（☎② 7894）

## 就職

時 5月10日（火）・24日（火）、午前10時～午後4時 所 サンライフ伊勢 対 市内に在住または通勤している35歳以下の人またはその保護者、学校の進路担当教諭 定 5人（先着順） 申 おしごと広場みえ（☎津 059・222・3309）へ電話

## 障がい者・障がい児（福祉サービスの利用相談・日常生活や就労の相談支援など）

時 月曜日～金曜日・午前9時30分～午後6時、土曜日・日曜日・祝日・午前9時30分～午後4時30分（実施しない場合があります） 所 障害者相談支援センター「プレス」（岩渕2丁目4-9、☎② 6525） 方 電話・来所・訪問

## 高齢者住宅介護

時 月曜日～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 所 地域包括支援センター（☎② 5583）、東地域包括支援センター（☎④ 1165）、西地域包括支援センター（☎② 5055）

時 毎日24時間対応 所 各在宅介護支援センター〔神路園（☎② 6012）、双寿園（☎③ 9231）、白百合園（☎⑦ 1511）、山咲苑（☎⑥ 2600）、正邦苑（☎⑧ 1800）、みなと（☎⑤ 0811）、楽寿苑（☎③ 0050）、二見ふれあいプラザ（☎④ 4423）、小俣（☎⑦ 1155）〕 方 電話・来所

## 心配ごと

時 5月6日（金）、午後1時～3時 所 小俣保健センター 問 社会福祉協議会小俣支所（☎⑦ 0509）

時 第2水曜日（5月11日）、午後1時～3時 所 福祉健康センター 問 社会福祉協議会伊勢支所（☎⑦ 2425）

時 第3水曜日（5月18日）、午後1時～3時 所 ハートプラザみその・多目的室 問 社会福祉協議会御園支所（☎② 6617）

時 第4水曜日（5月25日）、午後1時～3時 所 社会福祉協議会二見支所〔二見ふれあいプラザ内〕（☎④ 3994）

## 4/10 朝熊山麓で春・花フェスタ

県営サンアリーナ・花の広場で、菜の花やレンギョウ・ユキヤナギなどの春の花々が咲き誇る中、花フェスタが行われ、多くの来場者でにぎわいました。

当日は、ダンスやコーラス、幼稚園児による太鼓演奏などの野外ライブが行われたほか、アレンジフラワー体験コーナーや、子どもたちが楽しめるちびっ子コーナーなどもあり、来場者の皆さんは、温かい日差しの下で楽しいひとときを過ごしました。



## 4/9 色とりどりの伊勢花卉が並ぶ

イオンラパークショッピングセンターで伊勢花卉の品評会が行われ、バラ・ガーベラ・トルコキキョウといった伊勢を代表する色とりどりの花々が並び、買い物に訪れた人たちは、足を止めて美しく咲き誇る花を楽しんでいました。

品評会で展示された花は、チャリティー即売され、東日本大震災の被災地へ義援金として全額寄付されました。



## 東日本大震災 支援物資・義援金に ご協力ありがとうございます

3月19日から4月3日まで、東日本大震災被災地への支援物資を受け付けたところ、下表のとおり、多くのご協力をいただきました。集められた物資は、現地へとお送りしました。心からお礼申し上げます。

また市では、募金箱を設置し、日本赤十字社を通して被災地にお届けします。

**義援金 24,348,435円** (4月13日現在)

### 支援物資

品目	受け付け数	品目	受け付け数
飲料水	1,047本	使い捨てカイロ	5,817個
保存食	6,440食	乾電池	856本
乳児用調整粉乳	804缶	毛布	18枚
生理用品	900袋	タオル	10,496枚
おむつ	984袋	せっけん	6,709個
尿取りパッド	449袋	歯ブラシ	7,005本
トイレトペーパー	6,785巻	マスク	17,550枚
ボックスティッシュ	3,044箱	おしり拭き	699袋
ウエットティッシュ	1,509袋	※上記項目は主なもの	

## 伊勢市駅構内に観光案内所

4月1日から、伊勢市駅構内に観光案内所ができました。観光客の皆さんは、案内所に並ぶパンフレットを手にしたり、必要に応じて観光施設までの交通手段を案内係に尋ねるなどし、「非常に便利で良かった」などと好評を得ています。

案内所内には授乳できるスペースもあり、子ども連れでも安心して観光に来ていただけるような受け入れ体制を整えています。



## 人の動き (3月末)



総人口 133,527人(-166人)  
世帯数 53,690世帯(+73世帯)  
男性 63,313人(-90人)  
女性 70,214人(-76人)

## 平成23年7月24日、地上アナログ放送は終了します

地デジに関する問い合わせは、デジサポ三重(☎津059-993-5511)まで

## 広報いせ 第68号

発行日/平成23年5月1日

発行/伊勢市

編集/情報戦略局広報広聴課



伊勢市  
携帯サイト

伊勢市役所

検索

〒516-8601 伊勢市岩瀬1丁目7番29号  
TEL 0596-21-5515 FAX 0596-22-9699  
パソコン <http://www.city.ise.mie.jp>  
携帯 <http://www.city.ise.mie.jp/m/>  
Eメール [ise-koho@city.ise.mie.jp](mailto:ise-koho@city.ise.mie.jp)  
印刷 千巻印刷産業株式会社

「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。