



陸上競技

グループモリ
三重交通G スポーツの杜 伊勢(陸上競技場)



なげてください。

皆さんで、選手の大活躍を祝うことができました。

今年大会では、選手の大活躍を祝うことができました。

今年大会では、選手の大活躍を祝うことができました。

伊勢の地から世界へ羽ばたけ高校生!!

インターハイ 伊勢 完全燃焼

全日程終了

インターハイ 伊勢

検索

さまざまな場所でPRを展開





ごみ分別PRキャラクター
ももかもし

MOTTAINAI

～ 3R + リスペクト～ をもう一度!!

清掃課 (☎ 37-1443 FAX 37-0189)

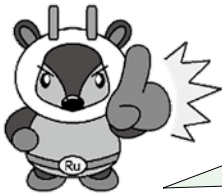
ごみは分別して適正な処理を!!

あかかもし、
資源拠点ステーションは
いろいろな資源物が出せて便利やろ?
市内に19カ所もあって、
土・日曜日・祝日にも出せるんやよ。



ももかもし あかかもし

うん、便利やな!
僕も早速、利用してみるわ。
このバケツはプラスチック製やから、
オレンジ色の網袋に入れたらいいんかな?



あおかもし

ちょっと待って!
資源物として出せるのは、
「プラスチック製容器包装」に分類される物だけやよ。
バケツやプランターなど、製品自体がプラスチック製の物は
「燃えるごみ」になるんやよ。

そうか! 分かった。
じゃあ、目覚まし時計は?



目覚まし時計は、
外側はプラスチック製やけど、
中には金属が入っているんで
「缶・金属類」で出してな!
伊勢市は「缶・金属類」のうち、
電子レンジやドライヤーなどの小型家電を
回収する量が、県内で一番多いんよ!



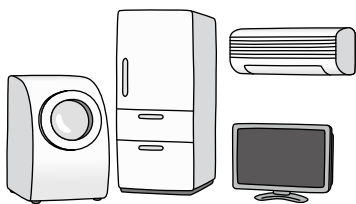
一番やなんて、すごいやん!!
よし、僕も使わなくなった
冷蔵庫・洗濯機・テレビ・エアコンを
持ってくるわ!



ダメーッ!

それは絶対に持ってきたらいかんよ!
これらは「家電4品目」で、次のページのとおり
法律で処分方法が決められとるんさ。
パソコンも市では回収しないので、注意してな。





テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・乾燥機、エアコン(室外機を含む)

家電4品目の処分方法

家電リサイクル法

方法1 新しい製品を購入する店に、リサイクル料金と収集運搬料金を支払い、回収を依頼してください。

方法2 郵便局で「家電リサイクル券」を購入し、市内の「指定引き取り場所」※1 に直接搬入してください。

※1…夏山金属株式会社(上地町2685(☎25-1101))

方法3 自宅に引き取りに来てもらう方法もありますので、詳しくは清掃課へ問い合わせてください。



パソコンの処分方法

◆家庭で使用していた物

方法1 パソコン3R推進協会※2 に回収を依頼してください。PCリサイクルマークがあれば回収は無料です。資源有効利用促進法

※2…一般社団法人 パソコン3R推進協会(☎03-5282-7685)

方法2 家電量販店に直接持ち込んでください。

回収費用など詳しくは、各店に問い合わせてください。小型家電リサイクル法

◆仕事で使用していた物 パソコンの製造メーカーに回収を依頼してください。資源有効利用促進法



「燃えるごみ・資源物」の収集を中止する場合があります!

台風接近時や暴風警報などの発表時は、「燃えるごみ・資源物」の収集を中止または収集日を変更し、資源拠点ステーションも閉場することがあります。ご理解とご協力をお願いします。



廃家電や粗大ごみなど、廃棄物の処分に「無許可」の回収業者を利用しないでください!

この燃れたソファと古いテレビ、捨てたいわ。 置いて置けるのも大変だなあ。 そういえば、近所地で「何でも回収する」と書っていたなあ。 ポストに粗大ごみ回収のチラシも、入ってましたよ。でも、ここに貼んでいいのかしら? ちょっと待って! 無許可業者による不法投棄や不適正処理が問題にやっついているんだよ。 そうだな、正しい処分方法を市役所に聞いてみるか。 こみの適正な処分方法を案内しますね。 正しいルールを確認するのが大事なな。 そうだね!

ご家庭の廃棄物は、お住まいの市区町村が案内するルールで処分してください。

環境省の啓発チラシ [URL](https://www.env.go.jp/recycle/kaden/tv-recycle/qa.html) <https://www.env.go.jp/recycle/kaden/tv-recycle/qa.html>

廃棄物は正しくリサイクル

環境省の啓発チラシを見てな!!



9月20日～26日は

動物愛護週間です

環境課 ☎21-5541 FAX 21-5642

動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼育についての関心を高め、理解を深めるために、「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づいて設けられたものです。

動物は、人間にとつてかけがえない存在です。しかし一部では、マナーの悪い飼い主が問題となる場合があります。この週間を機会に、飼っている動物、身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみましょう。



ペットは最期まで愛情を持って飼ひましょう

動物に対する虐待行為などにより、動物が苦しんだりする問題や、鳴き声や臭いなどによって周辺に迷惑を掛けてしまう問題が数多く生じています。

「動物の愛護及び管理に関する法律」では、動物の

飼い主には、その動物が命を終えるまで適切に飼養する「終生飼養」の責任があることが明確にされています。

これから動物を飼う人へ

毎年、多くの犬や猫が、飼い主の都合で保健所に引き取られています。動物を飼うときには、次のことを

確認してください。

- 近所に迷惑を掛けないような飼育環境ですか？
- 家族は動物を飼うことに賛成していますか？
- 動物が高齢になっても介護をしてあげられますか？
- 食餌やトイレの管理はしてあげられますか？
- 正しくしつけることができそうですか？

犬を飼うときは

生後91日以上以上の犬を飼う場合、生涯に一度の登録と狂犬病予防注射の接種(毎年4～6月の間)が義務付けられています。

※集合注射会場や市が委託している動物病院で登録・注射をした場合は、その場で鑑札・注射済票を交付します。

マナーを守ろう

飼い主のモラル低下が原因となって、市や保健所へ寄せられる苦情・トラブルが多くあります。人に迷惑

市役所東館の改修工事が始まります

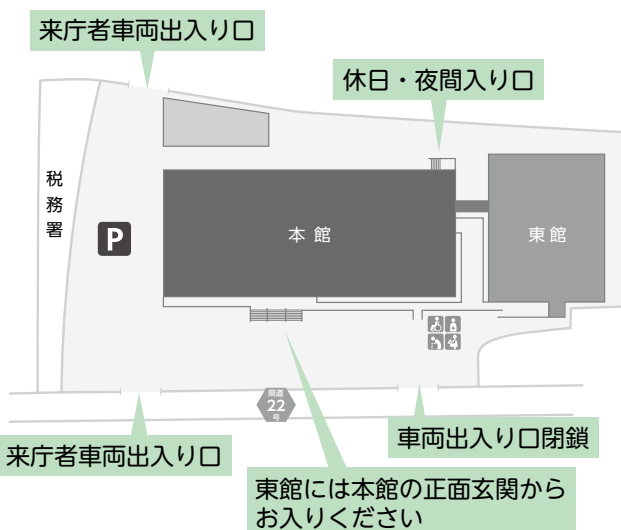
管財契約課 ☎21-5526 FAX 21-5700

庁舎の老朽化対策のため、市役所本館の改修に引き続き、東館の改修工事が始まります。

平成31年3月(予定)までの工事期間中は、東館の玄関などを一部閉鎖しますので、本館の正面玄関から入館してください。

なお、東館寄りの車両出入り口は閉鎖し、休日・夜間入り口も左記のとおり変更となります。変更の時期など詳しくは、市のホームページをご覧ください。

工事期間中は、工事の音や出入り口の制限などで皆さんにご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。



を掛けないことは、飼い主の義務です。

犬の飼い主の皆さんへ

犬のストレスを減らし、無駄ほえなどをしないようにするためにも、十分な散歩やしつけをしましょう。

猫の飼い主の皆さんへ

屋外には、交通事故をはじめ、猫同士のけんかや接触から感染症に罹患するなど、危険がたくさんあります。

飼い猫がこれらの危険に遭遇した場合、命を落としてしまうこともあります。また、近隣住民に、ふん尿などで迷惑を掛けることもあり、トラブルのもとになりかねません。このようなことが起こらないためにも、猫は家の中で飼ひましょう。

犬や猫のトイレ

犬の散歩をするときは、ふんは必ず持ち帰って自宅で見分し、尿は水で流すな

どの配慮をしましょう。

しつけ次第で、外で排泄せず、自宅の一定の場所（トイレ）で排泄つするようになります。

災害への備え

大規模な災害時には、飼い主がペットと一緒に避難することが想定されます。

しかし、避難所の限られた空間では、動物のアレルギーがある人や、動物が苦手な人なども避難しているため、自宅にいるときと同じ飼い方はできません。

そこで市では、ペットに関する避難・救援などをまとめた「災害時のペット対策のガイドライン」を作成しています。



このガイドラインは、市のホームページに掲載している他、市内の動物病院で配布しています。普段から、災害時のペッ

トとの同行避難について考えておきましょう。

犬猫不妊去勢手術費助成金

犬・猫にとってストレスのない生活にするために、不幸な捨て犬・捨て猫を減らすため、不妊・去勢手術を受けさせましょう。

市では、犬や猫の不妊・去勢手術を行った人に助成金を支給しています。

手術後60日以内(2〜3月の手術の場合は3月末まで)に、申請書を環境課へ提出してください。

※犬の場合、申請日からさかのぼって1年以内に狂犬病予防注射を受けている場合に限りません。

助成金額

犬	雄	3000円
犬	雌	4000円
猫	雄	2500円
猫	雌	3500円

動物愛護にかかる予算額
397万2千円

空家のさまざまな疑問にお応えします!

空き家無料相談会

建築住宅課 (☎ 21-5597 FAX 21-5585)



市の空家対策を推進していくため、昨年度に引き続き、空き家ネットワークみえとの共催で「空き家無料相談会」を開催します。

市内に空家を所有しており、悩みや困り事がある人を対象に、管理、売買・賃貸などの利活用、相続・贈与などの名義変更、成年後見、土地の境界確定、リフォーム・耐震工事、耐震診断、不動産鑑定、資産活用、建物解体など、空家に関するさまざまな相談に各分野の専門家がお応えします。

とき 10月6日(土) 10時~16時

ところ いせトピア・1階 多目的ホール

※「空き家ネットワークみえ」とは、一般社団法人 三重県建築士事務所協会、一般社団法人 三重県不動産鑑定士協会、三重県司法書士会、三重県土地家屋調査士会、一般社団法人 三重県建設業協会、東海税理士会三重県支部連合会、三重県行政書士会、公益社団法人 三重県宅建物取引業協会の8団体による空家対策推進のためのネットワーク組織です。

いせ市民活動センター

パルティのせ情報

いせ市民活動センター ☎20-4385 (FAX) 20-4386

No.76

●いせ市民活動センター
指定管理委託料
1425万5千円
●利用人数
6万4776人
(平成29年度)

それぞれのミッション

NPOという組織は、活動が多岐にわたり、さまざまな価値観の人がそれぞれの思いを持って活動します。このような活動をまとめるためには、組織のミッション(使命)が非常に重要です。

とまることで、周りからの信頼を得ることにつながります。これらをしっかりと支えるのは、当初は組織を立ち上げたメンバーです。しかし、メンバーが代わるとうなるでしょうか？

メンバーが代わっても組織としてのミッションを引き継ぐため、しっかりとした事務局が重要になります。ついつい、目先の事業や活動に追われがちです

活動が広がるとなおさら、ミッションで一つにま



パルティ、あれは「月」ではなく、「地球」なんだよ。

目覚めたら、格別な月見になるね。自然の恩恵に感謝だね。

NPO・ボランティア ただいま活躍中!

●伊勢市女性団体連絡協議会

伊勢市女性団体連絡協議会は、伊勢市婦人会(平成24年に伊勢市女性団体連絡協議会に改名)として発足以来、72年を迎えます。

市内7地区の婦人会で構成しており、現在会員は388人です。

各地区の婦人会が連絡提携して、女性の地位や生活・教養の向上に努めるとともに、地域社会の発展に寄与することを目的に活動しています。

月1回、代表者会議を行い、地区婦人会の連絡調整、情報交換、関係行政機関や関係諸団体との連絡提携、地区婦人会活動の研修などを図っています。

また、地区の小学校との伊勢音頭交流、学校花壇での共働作業交流は8年(開催回数・15回)になりました。伊勢市駅前広場・いせ

トピアの花壇などでの花いっぱい活動も、積極的に進めています。

お伊勢さんマラソン・美し国三重「市町対抗駅伝」・お伊勢さん菓子博でのボランティア活動、伊勢志摩サミットでの歓迎行事、伊勢まつり・神嘗祭・外宮奉納市のおもてなしなどでは、伊勢音頭で参加しています。

いせトピアの新春まつり・子どもわくわく体験フェスティバルでは、日赤伊勢地域奉仕団として、炊き出し訓練やアクリルたわし作りなど、子どもたちとの次世代交流などを楽しみながら活動しています。



いせトピアの花壇での「花いっぱい運動」
伊勢市女性団体連絡協議会 ☎22-4647(竜田)

わたしたちの地域だから、 わたしたちでやりたい ことがある

市民交流課 ☎21-5563

FAX 21-5642



市では、地域の課題を解決する新しい自治の仕組みとして「ふるさと未来づくり」を進めており、市内全域で23のまちづくり協議会が、「自分たちで考えて自分たちでまちをつくっていく」という考えで活動しています。

今回は、大湊町未来づくり委員会と「見まちづくり」の会の活動を紹介します。

大湊町未来づくり委員会

まちづくり協議会発足以前から自治会活動を盛んに行い、地域自治に先駆的に取り組んできた大湊町では、平成24年11月に大湊町未来づくり委員会を発足させました。

防災活動や地域の高齢者への支援など、地域住民の生活を第一に考え、活動に取り組んでいます。

◆高齢者への配食サービスと見守り活動

大湊町では、平成初期の頃から一人暮らしの高齢者のために、さまざまな形で配食サービスを行ってきました。

地元のボランティアの人たちを中心とした組織「キッチンみなと」が、町民会館で昼食用の弁当を手作りし、民生委員が地域内の独居老人・高齢者のみの家庭から事前に注文を取り、大湊地区社会福祉協議会・大湊町振興会・民生委員の人たちが、見守り活動を兼ね

て届けています。

◆秋まつりの実施

年に1回、地域住民の交流を目的とした秋まつりを実施しています。

この祭りでは、参加者全員に楽しんでいただけるように、金魚すくいやヨーヨー釣りなどの出店の他、カラオケ大会や木遣りの披露などを行う芸能祭、鷲ヶ浜連合を中心としたソーランの披露など、多数のイベントを行っています。



「キッチンみなと」の配食のお弁当

秋まつり



この他にも「顔の見える地域づくり」を大切に、活動に取り組んでいます。

「見まちづくり」の会

平成26年3月に発足し、「防災・防犯・健康福祉・環境美化・文化教育」の5委員会です。

◆防災意識を高める取り組み

平成27年度から、親子で楽しみながら防災知識を学ぶ「二見！ぶじカエルキャラバン！」を開催しており、今年度から名称を「二見防災まつり2018ぶじカエルキャラバン！」に変更しました。

各コーナーでは、災害時に重量物を持ち上げるためのジャッキアップ体験など、防災に関する知識や防災に役立つ情報を提供しています。

◆高齢者・親・子どもの3世代交流

「二見ハロウィンまつり」では、子どもたちがお化けやキャラクターの仮装をして、町内の高齢者宅を訪ねてお菓子をもらいます。高齢者との会話などで楽しい

時間を過ごし、交流を深めます。

今年度は10月14日(日)に開催します。



昨年度の「二見！ぶじカエルキャラバン！」

昨年度の「二見ハロウィンまつり」



今後もこのような活動を続け、地域住民の交流を図ります。また、地域住民の支え合いが減災につながる取り組みや、まちづくりの会の活動が効果的になる取り組みを推進していきます。

伊勢市で暮らす皆さん全員が、地域の「まちづくり協議会」のメンバーです。ぜひお住まいの地域で活動に参加してください。



伊勢神宮奉納社会人野球

ジャバ

第66回 JABA伊勢・松阪大会

スポーツ課 (☎ 22-7891 FAX 23-8641)

全国トップレベルの社会人野球チームが伊勢・松阪に集い、優勝を目指して熱い戦いを繰り広げます。プロ野球ドラフト指名の有力候補選手も出場する、スカウトも注目の大会です。この機会に、ぜひハイレベルなプレーを楽しんでください。

**入場料
無料**

とき **9月28日**金から5日間(雨天順延)

ところ 伊勢会場…**ダイムスタジアム伊勢**(倉田山公園野球場)

松阪会場…**県営松阪野球場**(9月29日☎から3日間<雨天順延>)(松阪市立野町1370)

※詳しくは、公益財団法人日本野球連盟のホームページ (URL) <http://www.jaba.or.jp> をご覧ください。

出場チーム

東海地区連盟

ヤマハ(静岡)
東邦ガス(愛知)
トヨタ自動車(愛知)
新日鐵住金東海REX(愛知)
Honda鈴鹿(三重)
永和商事ウイング(三重)

近畿地区連盟

大阪ガス(大阪)
パナソニック(大阪)

関東地区連盟

JFE東日本(千葉)
明治安田生命(東京)
三菱日立パワーシステムズ(神奈川)

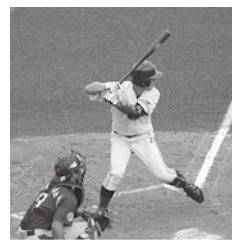
北信越地区連盟

日本選手権大会代表チーム

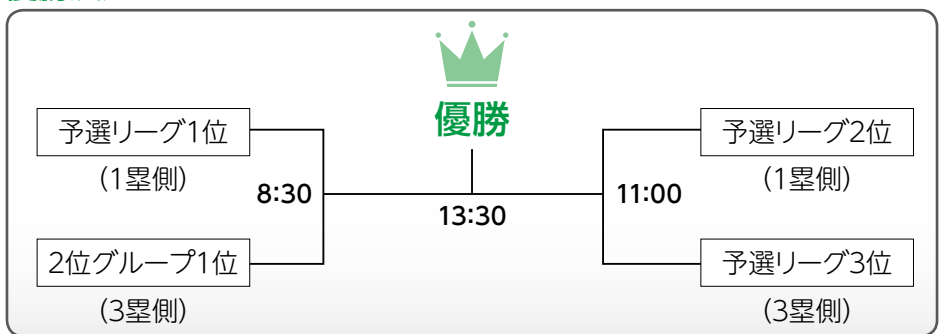
予算額(市負担金) 50万円

リーグ戦(伊勢・松阪会場)

	伊勢会場	松阪会場
第一試合	8:30~	10:00~
第二試合	11:00~	12:30~
第三試合	13:30~	-



優勝決定トーナメント(伊勢会場) 開催日: 10月2日(火)(雨天順延)



※各曜日共通事項 料金1日2,000円(税抜)
昼休憩12:30~13:15
点数計算サポート付き・ドリンク・お菓子付き

まーじゃん 初心者大歓迎 予約制
火・水 健康まーじゃん(入門・初級)
11:00~15:30 希望者のみ17時まで延長

テンポ良く打てる方には
金・土 健康まーじゃん(実践教室)
11:00~17:00 毎週 土曜 大会開催

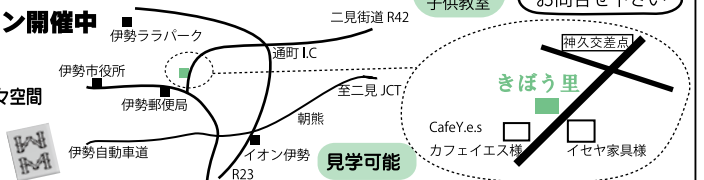
お金を賭けない タバコを吸わない アルコールを飲まない
『3ない』で安心の **健康まーじゃん教室**

カルチャーセンター **きぼう里** 店内完全禁煙 全自動麻雀卓

只今、体験キャンペーン開催中

- お一人から、ご利用出来ます
- 店内は明るく清潔感のある広々空間
- 車椅子の方もご利用できます

お気軽にお問合せ下さい



電話 0596-63-9787
伊勢市神久3丁目1-46 駐車場16台
定休日(日)(月)(木)

親子教室
子供教室
お問合せ下さい



広告



歩く!

貯める!

交換
できる!!

いせ健幸ポイント 3期生を追加募集



健幸ポイント
イメージキャラクター「ウィンピー」

高齢者支援課 (☎ 21-5707〈健幸ポイント専用〉 FAX 20-8555)

健康寿命を延ばすことを目的に実施している「いせ健幸ポイント」の3期生を追加募集します。

定員 **12人**(先着順)

参加費 **500円**(事業登録料)

応募方法 **9月18日(火)・8時30分**から、

直接または電話で同課へ(ファクス・郵送は不可)

※同時刻に複数人の応募があった場合は、抽選で決定します。

※参加者説明会の詳細は、参加決定者に後日通知します。

参加条件

- 40歳以上の伊勢市民(今年度40歳に到達する人も含む)
- 参加者説明会に必ず参加できる
- 参加規約の同意(活動量計[無料進呈]の装着を含む)
- 利用者基本情報やライフスタイル情報などの登録
- 歩数管理サービスへの利用登録
- 定期的な活動量計の取り込みを自身で行う
- アンケートへの協力 など

※過去に参加したことがある人、現在参加している人(途中退会者を含む)は、応募できません。

※詳しくは、「広報いせ」5月1日号の8・9ページをご覧ください。

参加者説明会

とき 10月16日(火)、13時30分～15時30分
ところ 市役所本館・地下会議室



「入会したよポイント」

「行きましたポイント」

指定協力事業所などを募集

「いせ健幸ポイント」には、現在約2,000人の市民の皆さんが参加しています。

ポイントが獲得できる方法として、指定の有料プログラムに入会する「入会したよポイント」、指定のプログラムに参加する「行きましたポイント」があります。

今回、「入会したよポイント」「行きましたポイント」のプログラムの指定に協力できる事業所などを募集します。

応募方法 10月12日(金)までに、電話で同課へ
※応募後、事業所などから聞き取りを行います。

協力事業所などの活動条件

- 40歳以上の伊勢市民が、誰でも参加・入会できる
- 伊勢市内で実施する活動(運動、スポーツ)である
- 定期的に活動をしている
- 「入会したよポイント」は、月額会費が1,000円以上(入会を証明できる物<領収書や会員証など>を発行していること)である

※協力事業所などは、これらの活動条件に該当する他、これまでの活動実績などを考慮し、決定します。

予算額 4,393万円

みんな笑顔 伊勢の元気人

健康づくり通信

申し込み・問い合わせ (8時30分～17時15分)

健康課(中央保健センター)

(八日市場町・福祉健康センター内)

☎27-2435 FAX21-0683

参加費などの記載のないものは無料

シニア世代の健康増進 講演会 排便の異常について

便秘、便漏れ、残便感…。
人知れず悩む人が多い排便
トラブルについて、医学的
にじっくり学び、スッキリ
解消しましょう。

とき 10月4日(木)、13時30
分～15時

ところ 中央保健センター

対象 市内在住のおおむね
65歳以上の人

講師 山崎学さん(山崎外
科内科院長・日本大腸肛門
病学会専門医)

定員 80人(先着順)

申し込み 電話またはファ
クスで同課へ



ママ安心サポートいせ パパとママの教室

これから始まる初めての
育児。さまざまな体験を通
して、2人で赤ちゃんのこ
とを考えてみませんか。

とき 10月7日(日)、9時30
分～12時

ところ 中央保健センター

シリーズ人権

一人ひとりが輝くために

人権政策課 ☎21-5545

FAX 22-3454

親子関係と子どもの人権

「子どもは黙って親の言

うことを聞いていなければ

いい」親の言うことが聞けな

いのか」などの言葉を聞い

たり、言われたりしたこと

がある人は、少なからずい

るのではないでしょうか。

子どもは成長途上にある

未熟な存在です。自分1人

の判断で権利行使をするこ

とが難しい場合には、親が

子どもを援助しなければな

りません。このことは、親

が子どもに対して強い権利

があると誤解されがちです

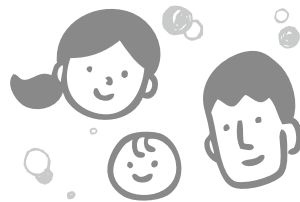
が、親が子どもを養育する

ことは義務であり、「親の

権利で子どもを支配し、服

従させる」という親子観は

改めなければなりません。



また、「しつけのため」

「教育のため」に、時には

子どもの自由を制限しなけ

ればならないことがあります。

しつけをすることはも

ちろん大切なことですが、

行き過ぎると子どもの権利

を不当に制限してしまうこ

とがあるので、注意が必要

です。

しつけや教育を理由とし

て、子どもの自由の制限が

許されるのは、次の4つの

要件を全て満たしている場

合です。

- ① 自由を制限する目的が、
子どもの最善の利益を
図るためのものであること
(子どもの安全を守るた
め)
- ② 自由の制限が①の目的達
成のために役立つもので
あること(手をつないで
飛び出しを防ぐ)
- ③ より制限的でない他の選
び得る方法がないこと
(手をつなぐことが最良
の方法である)
- ④ 子どもの発達段階に応じ
たものであること(声を
掛けるだけでは、理解が
難しい年齢である)

いずれの場合も、まず最
初にあるのは子どもの権利
であり、親子関係の基本は、
子どもの最善の利益にある
べきなのです。

子どもが安心して伸びや
かに成長できる社会を目指
し、まずは身近なところで
子どもの権利が奪われてい
ないかどうか、あらためて
見つめ直してみましよう。

対象 初妊婦と夫
内容 沐浴体験、妊婦模擬体験、保健師・助産師の話など
定員 30人程度
申し込み 電話またはファクスで同課へ



**毎月11日は健康の日
 みんなの認知症予防教室**

認知症を予防するためには、早くから取り組むことが大切です。10年後、20年後の自分のために、認知症を寄せ付けない生活について学びませんか？
とき 10月11日(木)、13時30分～15時
ところ 中央保健センター
対象 市内在住の人
内容 保健師の話「認知症予防について」、認知症予

防のための簡単な体操など
定員 50人(先着順)
申し込み 9月18日(火)から、電話またはファクスで同課へ

**健康チェックを
 してみましよう！
 健康テラスのご案内**

健康チェックの場として、健康テラスを開催しています。次の日程では追加測定機器を用意します。
とき 10月10日(水)～12日(金)、10時～16時(最終受け付けは15時30分)
ところ 中央保健センター・ロビー
対象 市内在住の人
追加測定機器 血管年齢計、内臓脂肪計



健康課(☎ 27-2435 FAX 21-0683)

低カロリー・バランス食

家庭で実践 cooking

家庭で実践!
 あぶら控えめレシピ

焼き野菜のマリネ



オリーブ油を
 少なくして
 あぶら控えめ!

材料(2人分)

- かぼちゃ …… 50g
 - にんじん …… 1/8本
 - ブロccoli …… 50g
 - 玉ねぎ …… 15g
- ④
- オリーブ油 …… 小さじ 1
 - 白ワイン …… 小さじ 1/2
 - レモン汁 …… 小さじ 1/2
 - 塩 …… 小さじ 1/10
 - こしょう …… 少々

作り方

- ① かぼちゃは5mmの厚さで、くし形に切る。
- ② にんじんは斜め薄切り、ブロッコリーは小房に分ける。
- ③ ①と②を耐熱皿に入れ、ラップをして電子レンジで約1分間加熱する。
- ④ 玉ねぎはみじん切りにし、④とよく混ぜる
- ⑤ グリルにアルミホイルを敷き、③を乗せてこんがり焼き、熱いうちに④と混ぜる。

1人分の
 栄養価

57 kcal

- たんぱく質 1.7g
- 脂質 2.2g
- 炭水化物 8.1g
- 塩分 0.3g

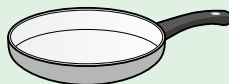
テーマ 上手なあぶらの取り方



豚肉や牛肉は、脂身の少ない部位を選びましょう。鶏肉は皮を外しましょう。



乳製品は、低脂肪の物を選びましょう。



フッ素樹脂加工のフライパンやシリコン製の調理器具、電子レンジなどを利用し、あぶら控えめの調理を心掛けましょう。



バターやラードなどの動物性脂肪よりも、オリーブ油やごま油などの植物性脂肪を利用しましょう。

市のホームページで、バックナンバーや「季節の野菜レシピ動画」を見ることができます。※治療中の人は、医師の指示を守ってください。

低カロリー・バランス食レシピ 伊勢市

検索



季節の野菜レシピ動画 伊勢市

検索



9月21日は世界アルツハイマーデーです

高齢者支援課 (☎ 21-5583 (FAX) 20-8555)

認知症の中でも「アルツハイマー型認知症」は最も多く、全体の約50%を占めます。市では、認知症に関する認識を高め、理解を呼び掛ける取り組みとして、「世界アルツハイマーデー」に合わせて「認知症サポーター養成講座」を開催します。また、小俣図書館では、「認知症に関する企画展示」を行います。



認知症サポーター養成講座

とき 9月21日(金)、13時30分～15時
ところ 小俣図書館・2階会議室
対象 市内在住の人
内容 キャラバンメイトが、認知症の理解・認知症の人に接するときの心構え・社会資源などを、分かりやすく伝えます。
定員 25人程度(先着順) **申し込み** 電話またはファクスで同課へ



認知症に関する企画展示

とき 9月7日(金)～26日(水)
ところ 小俣図書館・カウンター前特設スペース
内容 認知症に関する書籍を、当事者・家族向け、介護など、さまざまな切り口から紹介します。

犯罪被害に遭わないために!

- **特殊詐欺の被害防止**
振り込め詐欺や架空請求詐欺などの「特殊詐欺」は、あの手この手で手口を変えて、皆さんのところに不意に飛び込んできます。家族を名乗る急な電話や不審な内容のはがきなどの郵便物は、内容をうのみにせず詐欺を疑い、不審と思う電話や郵便物は、すぐに警察や家族に相談しましょう。
※「シリーズ消費生活 教えて相談員さん!!」(15ページ)では、特殊詐欺の事例を紹介しています。
- **空き巣などの侵入犯罪の被害防止**
地域内や自宅付近の環境を整備し、泥棒が入りにくい環境を、まちぐるみでつくりましょう。
- **乗り物・車内の貴重品・農機具などの盗難防止**
車内の見える所には、貴重品やバッグ類を放置せず、ほんの一瞬间でも車を離れるときは、キーを抜き施錠しましょう。
● 農機具などの倉庫にも、複数の施錠をして、盗難に注意しましょう。

暴力・暴力団などの反社会的勢力の排除

三ない運動
プラス1

利用しない
恐れのない
金を出さない



交際しない

この運動は、住民の皆さんの防犯意識を向上させ、安全で安心なまちづくりの実現を図ることを目的として、昭和52年から毎年実施しています。
三重県防犯協会をはじめ、地域安全に関係する機関・団体・警察が期間を定めて運動を強化することにより、防犯意識の浸透と定着、また、関係機関の相互連携の一層の緊密化を図ります。
市でも、10月7日(日)の伊勢まつり会場で、伊勢度会地区生活安全協会・警察・自主防犯団体などと連携して「地域安全展」を開催し、犯罪被害防止の啓発活動を実施します。

10月11日～20日 全国地域安全運動を実施します

危機管理課 (☎ 21-5524 (FAX) 20-3151)



昨年の伊勢まつり「地域安全展」ブースの様子 (平成29年10月8日)

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。

総合型地域スポーツクラブ交流・PR事業 スポレク教室(第3弾)

いすずウキウキクラブ事務局・尾西さん
(☎ 090-2349-6254)

(事務局開設日時) 毎週水・土曜日 9:00~12:00

時 所 10月6日(土)・13:00~21:00…県営サンアリーナ・サブアリーナ、13日(土)・19:00~21:30…三重交通Gスポーツの杜伊勢(体育館)

内 ボルダリング教室(初級・中級編)、楽しい有酸素運動、いろいろダンス教室(フォークダンス&3B体操&レクダンス、浸伸びストレッチ)などを開催します。

料 市内の総合型地域スポーツクラブ会員…100円(ボルダリング教室は200円)、会員以外の市民…300円(ボルダリング教室は500円)

申 ボルダリング教室のみ同事務局へ。その他の教室は当日会場で受け付け

※詳しくは、いすずウキウキクラブのホームページで確認してください。

皇學館大学 月例文化講座

皇學館大学 企画部 地域連携推進室
(☎ 22-8635 FAX 27-1704(代表))

時 10月6日(土)、14:00~15:30

所 皇學館大学・4号館431教室

内 「言語生活からみた伊勢神宮の魅力」 齋藤平さん(国文学科教授)

申 不要

イベント掲示板 & みんなの広場

時	と	所	と	対	内	定
とき	ころ	象	容	定	員	
料	金	申	申	込	込	込

掲載申し込み締め切り

11月15日号 = 9月28日(金)

12月1日号 = 10月15日(月)

～ 障がいのある人もない人も共に生きる社会の実現に向けて ～

障害者差別解消法



障がい福祉課(☎ 21-5558 FAX 20-8555)

「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」(通称：障害者差別解消法(平成28年4月1日施行))は、全ての国民が、障がいの有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現を目的としています。

障害者差別解消法のポイント

この法律では、「**不当な差別的取り扱い**」と「**合理的配慮の不提供**」が禁止されています。
※民間事業者での合理的配慮の提供は努力義務です。

不当な差別的取り扱い

正当な理由もなく、障がいがあるということを理由にサービスなどの提供を拒否したり、制限したりすることなど。

事例

「車いすなので店には入れない」などは、障がいのない人と違う扱いをしているので「不当な差別的取り扱い」と考えられます。ただし、他に方法がない場合などは、例外になることがあります。



合理的配慮の不提供

障がいのある人から何らかの配慮を求められた場合、負担になり過ぎない範囲で、社会的障壁※1を取り除くために必要な合理的な配慮※2を行わないことをいいます。

- ※1 障がいのある人にとって、日常生活や社会生活を送る上で障壁となるもの。例えば、利用しづらい設備・施設や制度、障がいのある人を意識していない慣習・文化、障がいのある人への偏見など。
- ※2 どのような配慮が合理的配慮に該当するかは、個別のケースで異なりますが、次のことは合理的配慮になります。
 - ・車いすの人が乗り物に乗るときに手助けをする
 - ・映像資料に手話や字幕を付ける
 - ・障がいのある人の障がい特性に応じた手段(筆談・読み上げなど)で対応する

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。

行政書士全国一斉無料電話相談会

三重県行政書士会
(☎ 059-226-3137 FAX 059-226-4707)

時 10月1日(月)、10:00~16:00

内 遺言・相続・契約・許認可申請などに関する書類の作成、行政手続法などに関する相談

相談電話番号 ☎ 059-226-3137

不動産鑑定士による無料相談会

一般社団法人 三重県不動産鑑定士協会
(☎ 059-229-3671 FAX 059-229-3648)

時 10月1日(月)、9:00~15:30(12:00~13:00を除く)

所 市役所本館・2階2-2会議室

内 地価・地代・家賃・土地利用に関する相談

職長・安全衛生責任者教育講習会

三重県建設労働組合伊勢支部
(☎ 23-5535 FAX 28-9031)

時 10月15日(月)・16日(火)

所 三重県建設労働組合伊勢支部 第2会館(一之木4丁目644-3)

定 40人(先着順)

料 9,500円 申 同支部へ

中国語・中級講座

伊勢高山^{すうざん}友好会
(☎・FAX 25-3922)

時 10月~平成31年3月の第2・4火曜日、19:00~20:30

所 珪田院(朝熊町1436)

内 中国語を習ったことのある人、一緒に勉強しませんか。講師は皇學館大学留学生です。

定 15人(先着順) 料 月額1,000円 申 同会へ

パールジュエリーグランプリ

株式会社パールファルコ
(☎ 23-2988 FAX 23-2977)

真珠養殖発祥の地「伊勢志摩」初となるコンテストで、皆さんの投票で初代グランプリが決まります。日本を含む9カ国から150点以上の作品が集まりました。投票期間は11月30日(金)までです。



女性が働きやすい医療機関
当院は、三重県から「女性が働きやすい医療機関」に認証されています。

この認証は、医師や看護職員などの医療従事者の確保を目的として平成27年度に三重県が創設し、当院はその第1号として、県内5つの医療機関とともに認証されました。(平成29年度までの認証は10医療機関)

勤務環境の改善のために、妊娠時・子育て時の当直免除や、短時間勤務に関する制度・保育施設の整備などを図りつつ、これらの活用を促す職場の雰囲気づくりなど、主体的な取り組み

① 職種を問わず利用できる院内保育所を設置し、夏休みなどの長期休暇中は学童保育を実施している

② 育児・介護休業などを取得しやすい職場環境づくりに努めている

③ 子育ての相談や復職支援などのサポート体制を整備している

などの取り組みを行っており、これらが評価され、認証につながりました。

これからも市立病院として、より一層の勤務環境の改善に取り組み、医療従事者の確保に努めることで、安心で安全な医療を提供していきます。

伊勢総合病院シリーズ 61

愛情と誇りを持てる 病院を目指して

伊勢総合病院(☎ 23-5111 FAX 27-2315)

みを行うこととしています。

当院では、

事例 (犯人の手口)

突然、警察官を名乗る人から電話が掛かってきました。



犯人①

- 私は、警察の〇〇です。Aさんの口座が犯罪に使われています。
- 口座が凍結されて、預金が引き出せなくなるので、キャッシュカードの再発行が必要です。
- 銀行協会の者が近くにいますので、すぐに向かわせます。
- 早く手続きをするために、キャッシュカードと暗証番号を用意してください。



Aさん 分かりました。



電話が切れた後、間もなく、銀行協会の人が来ました。



犯人②

- 銀行協会の〇〇です。
※犯人②は、偽の身分証明書を提示します。
- 「キャッシュカードを受け取りに来ました。キャッシュカードと暗証番号をお預かりします。新しいカードをお届けしますので、しばらくお待ちください」と言って、帰っていきました。

その後、Aさんの口座から全ての預金が引き出されてしまいました。

ポイント

犯人はこのように、皆さんをだまそうとします。事例では犯人は2人ですが、3~4人の場合もあります。

キャッシュカードと暗証番号を

だまし取る「劇場型詐欺」が急増!!

特殊詐欺の一つに劇場型詐欺があります。

これは、あらかじめシナリオ(台本)を準備し、複数の犯人が警察官や銀行協会職員、市役所職員などの名をかり、役割分担をして行う詐欺です。

最近は手口が巧妙化し、だまされる人が増えています。

シリーズ消費生活

教えて
相談員さん!!

伊勢市消費生活センター
(☎21-5717 FAX22-5014)



予算額 844万円
(うち県補助395万6千円)

被害に遭わないために

- 1 警察官や銀行協会職員が、
・通帳やキャッシュカード、現金を預かることは絶対にありません。
訪問者には、キャッシュカードや通帳は「絶対」に渡さない!
・暗証番号を聞くことは絶対にありません。
相手が「暗証番号」を聞いてきたら疑いましょう!
- 2 警察や公的機関の職員などを名乗る不審な電話があったときは、必ず確認しましょう。
伊勢市消費生活センター ☎21-5717
伊勢警察署 ☎20-0110
- 3 留守番電話や自動通話録音機の利用で、犯罪防止対策を立てましょう。

分からないことは、消費生活センターに相談を

広告

満買御礼

月に2日間だけ開く 特別な買取店

伊勢市駅より徒歩5分
伊勢市本町2-17

古今美術・三玄門2階
店舗ギャラリーにて

次回の開催日は



鑑定買取商談会開催!

ご予約制

9/18(火)・19(水) 10:00 ~ 17:00

鑑定・査定無料

伊勢 家宝

検索

☎0120-546-234 鑑定買取 家宝

URL <http://ise-kahou.jp> 三重県公安委員会第551320169300号



壊れていてもOK!

時計・カメラ・万年筆・ライターなど

あなたの大切なお着物も高価買取致します。切手・金券類~97%

伊勢まるごと博物館だより 65

伊勢まるごと博物館ネットワーク会議事務局

〔文化振興課内〕

TEL 22-7885 FAX 23-8641

神宮徴古館別館

特集展示(第二期)「神宮美術館の名品」

10月24日(水)まで開催中

式年遷宮記念神宮美術館は、平成5年の第61回神宮式年遷宮を記念して創設され、文化勲章受章者・文化功労者・日本藝術院会員・重要無形文化財保持者(人間国宝)の人たちが、遷宮を奉賛して神宮に奉納された作品を収蔵・展示しています。

現在、同美術館は空調メンテナンス工事に伴い、平成31年2月28日まで休館しています。休館期間中も所蔵する数々の名品を皆さんにご覧いただくため、隣接する徴古館の別館展示室で特集展示「神宮美術館の名品」を開催しています。

全期間を二期に分けて展示し、今回は第二期の作品を紹介しています。

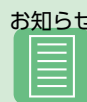
日本画(霜葉) 東山魁夷

我が国を代表する日本画家の一人です。戦前から旅を続けて風景画を描いた「漂泊の画家」でもある作者は、自然に対する感動と祈りを詩的に表現しています。

この作品は、軽井沢での取材を基に制作されています。遠くの風景を描く通常のアプローチとは異なり、霜の付いた樹葉を近距離で丹念に描いています。(作品は17ページに掲載)

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



募集

ごみカレンダー

広告掲載事業者を募集

清掃課

TEL 37-1443 FAX 37-0189

「平成31年度版ごみカレンダー」に広告を掲載する事業者を募集します。

カレンダーの規格 B3版・フルカラー両面印刷(片面に6カ月分のカレンダーを掲載)

発行部数 6万5000部
広告の大きさ 縦55mm×横80mm

広告掲載位置 カレンダー紙面の両端

募集枠数 16枠(片面8枠)

広告料 1枠につき3万円

申し込み 10月1日(月)～15日(月)(必着)に、申込書を直接または郵送で同課(T515151-0505西豊浜町654)へ



(参考)平成30年度のごみカレンダー



ごみ分別PRキャラクターかもしかの「ごみマスターズ」

※窓口での受け付け日時は、平日・8時30分～17時15分です。
※詳しくは、市のホームページをご覧ください。
ごみカレンダー発行予算額 124万円(うち広告収入48万円)

光と緑に包まれた美しい街並を誇る、南垂れ高台の大型団地

「ぐらんぱーく光の街」

三交不動産

606区画のビッグスケール 伊勢のオアシスガーデン

建築条件なし宅地分譲中 先着順受付中

三交不動産 (一社)不動産協会会員・国土交通大臣免許(15)第41号 ■お問い合わせは、「光の街インフォメーションセンター」
東海不動産公正取引協議会加盟/社)不動産流通経路協会会員 TEL 0120-219-649

介護のことはおまかせください

いずみ
NPO法人 和泉 伊勢市勢田町 656-134

訪問看護ステーションほほえみ
認知症対応型デイサービスほほえみ
民家型デイサービスほほえみ勢田
民家型デイサービスほほえみ鳥羽

お問い合わせ ☎ 0596-63-6870

広告

ご遠方にお住まいの方も永代管理制度のある伊勢やすらぎ公園へ改葬される方が増えています。

新区画販売中!!

もくせい2(2㎡)⑤⑩+新⑪

(3㎡)⑤⑧+新⑥(10㎡)①

※○内の数字は保有区画数です。もくせい2以外の区画も多数有。

- 1.すべて東向き
- 2.通路が自然土舗装
- 3.やすらぎのどまん中
- 4.2㎡23万円より
- 5.建墓期間制限無し

もくせい2(3㎡) 建墓例



弊社展示場



仲介・買取りもいたします。お気軽にご相談下さい。

石塔 常時130基
仏壇 // 80基
屋内展示中

お問い合わせ
☎ 28-5390
中村石材・仏壇店

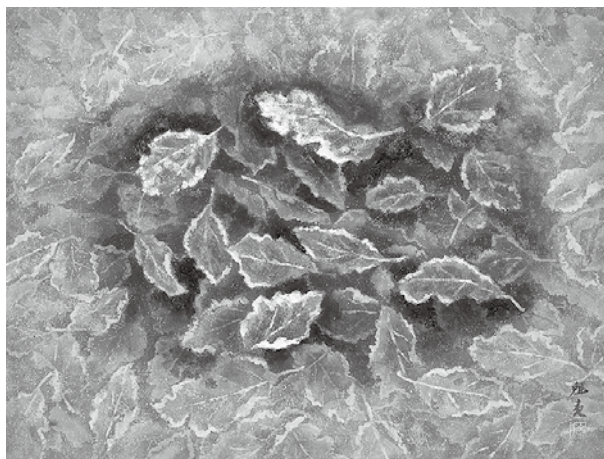
[年中無休](正月と盆除く)
伊勢市上地町2691-48
伊勢問屋センター内

有料広告募集中

広報広聴課 (☎ 21-5515 FAX 22-9699)

広告の規格や申し込み方法など、詳しくは「広報いせ」2月15日号の14ページまたは市のホームページをご覧ください。

※これらの広告は企業広告であり、市が広告主や商品などを推奨するものではありません。



〈霧葉〉 東山魁夷

神宮徴古館

☎ 22-1700 FAX 22-5515

所在地 神田久志本町1754-1
開館時間 9:00~16:00(観覧は16:30まで)
休館日 毎週木曜日
入館料 大人500円、小・中学生100円

書(宜子孫) 青山杉雨
宜子孫とは「子や孫たちが良いと思ってくれるようなことを行う」という意味で、中国清朝第6代皇帝・乾隆帝の処世訓(生きていく上で役に立つ教え)として有名な言葉です。字形は

篆書の書法を採り、力強く書かれています。

神宮の歴史と文化の博物館「神宮徴古館」で、現代美術の名作を堪能してください。

**三重県立看護大学
地域推薦希望者を募集**

伊勢総合病院経営企画課
☎ 63-9053 FAX 27-5777

県立看護大学への入学を志望する人を対象に、地域推薦を実施します。

地域推薦制度とは、伊勢総合病院で就業することを要件に、市が同大学の地域推薦入学受験者に対して推薦を与える制度です。

入学するためには、大学の推薦入学試験に合格する必要があります。

対象 次の要件を全て満たし、学校長が責任を持って推薦できる人

- ・伊勢総合病院に4年以上就業する強い意志がある
- ・平成31年3月に高等学校(県内の高等学校に限らない)を卒業見込みである
- ・調査書の国語、数学、外国

語、理科、地理歴史・公民の評定平均値が4.3以上である(評定平均の計算方法は、同大学の平成31年度入学者選抜要項「地域推薦入試B」で確認をしてください)

・高等学校で、化学基礎と生物基礎の両方を履修しており、かつ化学または生物を履修している

・合格した場合、同大学に必ず入学することを確約できる

推薦人数 若干人

申し込み 9月27日(木)までに、

学校長による市長宛の推薦依頼書、学校所定の調査書、受験者本人の志望動機の作文(800字程度)、返信用封筒2通(長形3号)(通知書送付先の住所・氏名を記入し、82円切手を貼付)を、直接同課(〒516-0001 4楠部町3038)へ

※在学している高等学校に相

談をした上で申し込んでください。

※地域推薦の内容は、入学者選抜要項「地域推薦入試B」で確認をしてください。

選考日 10月中旬頃(応募者(に後日連絡))

選考方法 面接、作文の提出

三重県立看護大学の試験日程

出願期間 11月1日(木)~7日

(水)インターネット出願のみ

試験日 11月17日(土)

合格発表日 11月23日(祝)

催し物

初心者向け

ドイツ語講座

市民交流課内・

伊勢市国際交流協会事務局

(☎21-5549 FAX21-5642)

とき 10月13日(出)〜12月15日

(出)の毎週土曜日、13時30分〜

15時(全10回)

ところ 御園公民館・3階学

習室(御園総合支所併設)

講師 バートロメー・セバス

ティアンさん

定員 30人(申し込み多数の

場合は抽選)

参加費 5000円

申し込み 9月18日(火)〜10月

5日(金)に、電話で同事務局へ

※日程は変更となる場合があ

ります。

ママ・ネイルケア

中央児童センター

(☎27-2422 FAX27-2412)

とき ①9月26日(水)・②27日

(木)、10時〜11時30分

ところ 福祉健康センター・

3階

対象 乳幼児の母親(市内に

在住または通勤している人)

内容 指先や爪の手入れ、ジ
エルネイルの体験

講師 伊勢理容美容専門学校

の講師・生徒

定員 いずれも各10人(先着

順)

参加費 100円(材料費)

持ち物 ハンドタオル1枚

申し込み 9月15日(出)〜21日

(金)(18日(火)を除く)の9時〜17

時に、直接または電話で同セ

ンターへ(①②のいずれか)

※託児できません。(対象は6

カ月〜入園前の子どもで、

定員は10人)

知ってよかった!

裁判所の民事調停

話し合いで円満解決

津地方裁判所総務課庶務係

(☎059-226-4172)

とき 10月10日(水)、13時30分

〜16時(集合は13時15分)

ところ 津地方裁判所(津市

中央3-1)

内容 民事調停制度の概要紹

介、模擬民事調停、裁判官に

よる質疑応答など

定員 30人程度(申し込み多

数の場合は抽選)

申し込み 9月21日(金)(必着)

までに、往復はがきに、「知

ってよかった!裁判所の民

事調停」参加希望、住所、氏

名、ふりがな、電話番号、同

行者(2人まで)の氏名・ふり

がなを記入し、同裁判所へ

※返信用はがきの表面には、

代表者の住所、氏名を記入

してください。

ハローワーク伊勢

障がい者就職面接会

伊勢公共職業安定所

(☎27-8609 FAX27-1384)

障がい者の雇用を検討して

いる企業と、公共職業安定所

に登録済みで就職活動中の障

がい者を対象に、就職面接会

を開催します。

とき 10月12日(金)、13時30分

〜15時30分

ところ 県伊勢庁舎・4階4

01会議室

持ち物 ハローワークカー

ド、面談申込書、身体障害者

手帳または療育手帳・精神保

健福祉手帳

※精神保健福祉手帳を交付さ

れている人は、医師の意見

書が必要です。

※面談申込書、医師の意見書

の用紙は公共職業安定所に

あります。

平成30年度

いせトピア名作映画鑑賞会

いせトピア

(☎21-0900 FAX21-0909)

9月24日(振休) 11:30開場

①12:00~14:35(155分)

二十四の瞳

1954年(松竹)

監督: 木下恵介

出演: 高峰秀子、月丘夢路、田村高廣

(ほか)

②14:45~16:17(92分)

野菊の如き君なりき

1955年(松竹)

監督: 木下恵介

出演: 有田紀子、田中晋二、田村高廣

(ほか)

9月25日(火) 11:30開場

①12:00~14:39(159分)

喜びも悲しみも 幾年月

1957年(松竹)

監督: 木下恵介

出演: 高峰秀子、佐田啓二、中村賀津雄

(ほか)

②14:49~16:15(86分)

カルメン故郷に帰る

1951年(松竹)

監督: 木下恵介

出演: 高峰秀子、小林トシ子、佐田啓二

(ほか)

ところ いせトピア・多目的ホール

入場料 1日につき500円

※入場料は全額、災害義援金とします。

※申し込みは不要です。

※この映画鑑賞会は、国立映画アーカイブ「優秀映画鑑賞推進事業」の一環として実施しています。

法テラス三重
民事法律扶助相談会

法テラス三重

(☎0500-3383-5470)

法テラス三重(日本司法支援センター三重地方事務所)では、収入および預貯金の額が一定以下の人を対象に、弁護士による法律相談を行います。

とき 10月12日(金)、13時〜16時

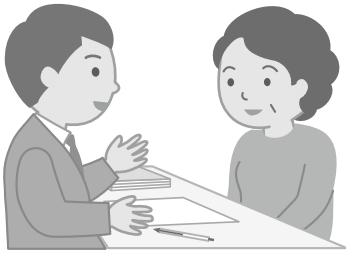
ところ 市役所本館・2階広報広聴課相談室

定員 6人(先着順)

申し込み 電話で法テラス三重へ

※収入および預貯金額の要件は家族数などによって異なります。

※申込時に収入状況などを確認します。



お知らせ

インターネットで
不動産を公売

収納推進課

(☎21-5537 FAX21-5535)

滞納処分で差し押さえた不動産を、インターネット公売します。ただし、公売は中止になる場合があります。

公売物件 土地(所在地:中村町字内井1139番、地目:田、面積:264㎡)

入札参加条件 一定の資格を満たす個人・法人(Yahoo!

! JAPAN ID)を取得する必要はありません

※入札に参加するためには「買受適格証明書」が必要です。証明書交付の申請は、10月15日(月)・17時15分までに農業委員会事務局で手続きをしてください。詳しくは、同事務局(☎22-10273(御園総合支所:1階)へ問い合わせてください。

※「買受適格証明書」は、11月27日(火)・12時までに収納推進課へ提出してください。

入札参加申込期間 11月8日(木)・13時〜21日(水)・23時

入札期間 11月29日(木)・13時

10月1日〜7日は公証週間
大切な契約や遺言は
公証役場で

伊勢公証役場

(☎28-6506 FAX28-6508)

金銭の貸し借り・土地や建物の賃貸借などの大切な契約をしたり、遺言を残したりするときは、公正証書の作成をお勧めします。

公正証書は、法務大臣から任命された公証人が作成する文書で、法律によってさまざまな効力が認められています。また、原本は公証役場で保管されるため、紛失や改ざんの心配がなく、内容の秘密も厳守されます。

伊勢公証役場(岩淵2丁目5-11・三銀日生ビル5階)では、月々金曜日(祝日を除く)に無料相談を行っていますので、利用してください。

12月6日(木)・13時
※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

学生奨学金返還支援
事業助成金

三重県戦略企画部戦略企画総務課

(☎059-224-2009)

(FAX059-224-2069)

県では、若者の県内定着を促進するため、県内の指定地域への居住などを条件に、大学生などの奨学金返還額の一部を助成します。

対象 申請時に大学院・大学・短期大学・高等専門学校・専修学校専門課程の最終学年またはその1年前の学年の在学

生で就職先が決まっておらず、卒業後に指定地域に定住を希望する人

※その他の条件もありますので、詳しくは、同課へ問い合わせてください。

定員 20人

申込期限 平成31年1月11日(金)・17時まで

助成金額 在学中に借受予定の奨学金総額の1/4(上限100万円)

手話を覚えてみよう!

障がい福祉課(☎21-5558)

(FAX20-8555)

「要らない(不要)」

両手を胸の前に置き、払うように前へ強く出します。



「要らない物を払いのける」イメージです。
※諸説あります。

※手話表現の一例を紹介しています。



市のホームページで手話動画を見ることができます。

みんなで手話 伊勢市

検索



愛称 トモニー

男子バレーボール

県営サンアリーナ・三重交通G スポーツの社 伊勢(体育館)



男子サッカー

伊勢フットボールヴィレッジ



剣道

県営サンアリーナ



心を込めておもてなし



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。

問い合わせ先 健康課 ☎27-2435 FAX 21-0683

※本サービスは、民間業者に委託をして運営しています 予算額 977万6千円

広報いせ 第244号

発行日/平成30年9月15日
発行/伊勢市
編集/情報戦略局広報広聴課
印刷/千巻印刷産業株式会社

広報いせ発行事業費(予算額)
3,099万円(23回分)

伊勢市情報戦略局広報広聴課

〒516-8601 伊勢市岩渕1丁目7番29号
☎ 0596-21-5515 (FAX) 0596-22-9699

✉ ise-koho@city.ise.mie.jp

(URL) (パソコン用) <http://www.city.ise.mie.jp>
(携帯電話用) <http://www.city.ise.mie.jp/m/>

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、障がい福祉課(☎21-5558 (FAX)20-8555)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

Ise City

伊勢市役所

検索



伊勢市
携帯サイト