



Ise City

# 広報

# いせ

伊勢市の情報をお届けします

令和元年(2019年)

# 11/15号

No.270

体験イベントに参加して、ごみの減量やリサイクルについて楽しく学びましょう。

ほったるのは



伊勢リサイクルプラザ キャラクター  
リサちゃん

# もったいないフェア 2019

伊勢広域環境組合リサイクルプラザ (☎・FAX) 38-2800

**とき** 11月23日(祝) 9:30~14:00 **ところ** 伊勢リサイクルプラザ(西豊浜町653)

※荒天時は中止する場合があります。

## 体験コーナー



- 廃油石けん・キャンドル作り
- 新聞紙でコサージュ作り
- 牛乳パックで小物入れ作り
- EM ぼかし作り
- アクリルたわし作り
- 雑がみ入れ袋作り
- 和紙を使った工作

## プレゼントコーナー

- ポップコーン
- わた菓子
- メダカ

※無くなり次第、終了します。



- おもちゃの病院
- 子ども服・雑貨・衣料・小物の販売
- ごみ分別クイズ
- 飲食コーナー
- 市町コーナー
- 三重県コーナー
- UMOU災害支援プロジェクト
- 三重とこわか国体・三重とこわか大会伊勢市実行委員会



## 着物リフォームファッションショー



開催  
10:00 ~

## 刈草・生ごみ堆肥化コーナー



刈草堆肥の無料配布  
(数に限りがあります)

とこまる&かもしかの  
ごみバスターズがやってくる!



三重とこわか国体・三重とこわか大会 マスコットとこまる

ごみ分別 PR キャラクター かもしかのごみバスターズ

## 家具無料抽選コーナー

受け付け 9:30 ~ 11:30  
発表 12:00 ~  
受け渡し 随時

※申し込み多数の場合は抽選となります。



## フリーマーケット





ごみ分別PRキャラクター  
かもしかの  
ごみバスターズ

も た い な い  
**MOTTAINAI**

～ 3R + リスペクト～ をもう一度!!

清掃課 (☎ 37-1443 FAX 37-0189)

**おいしく、楽しく、食べ切ろう!**

これから年末年始にかけて、忘年会・新年会などの宴会やクリスマスパーティーなど、外食の機会が増えます。推計によると、日本の食品ロス量は年間643万トンで、毎日10トントラック1,762台分の、まだ食べられる食品を廃棄していることとなります。

これは、1人当たり年間約51キログラムの食品ロス量となり、私たちが食べるお米の年間量約54キログラムに匹敵する、驚くべき数字となっています。

特に宴会などでは、つついとお酒やおしゃべりに夢中になり、たくさんの料理を食べ残してしまうことがあります。そんな「もったいない」ことがないよう、今年は「食べ切るコツ」を覚えて実践しましょう。



**食べ切るコツ**

- ①適量注文で、食べ残し、飲み残しをなくそう! 食べ放題、飲み放題も、お腹と相談しながら!
- ②幹事さんは「おいしく食べ切ろう!」の声掛けを忘れずに!
- ③あまり食べられない人は、たくさん食べられる人に助けをもらって!
- ④「**30・10運動**」を徹底して、最後までおいしく食べ切ろう!
- ⑤どうしても食べ切れなかったら、お店に確認してから持ち帰り、早めに食べよう!



さんまる いちまる

**「30・10運動」とは**

宴会で、最初の乾杯の後**30分間**は自分の席で料理を楽しみ、そして、**お開きの前10分間**も席に戻って残った料理を食べ切ることで、食品ロスを減らそうという全国的な取り組みです。心を込めて作ってくれた料理を、残さずおいしくいただきますよう。

**ももかもしの食品ロスを減らすワンポイント**

- ・料理レシピのウェブサイトなどを活用し、食材の使い切りやリメイクレシピを試してみましょう。
- ・安売りだからと言ってむやみに買わず、1週間の献立を決めてから、足りない物だけを買ひ足しましょう!
- ・開封後の調味料は冷蔵庫に入れる前に、賞味期限を大きく書いたシールを貼るなどして、「うっかり期限切れ」を防ぎましょう!



ももかもし

みんなで  
応援しよう!

# 野口みずき杯 2019 中日三重

# お伊勢さんマラソン



観光振興課 (☎21-5542 FAX 21-5651)

今年も「野口みずき杯 2019 中日三重お伊勢さんマラソン」を開催します。  
全国各地から約1万2千人の参加者の皆さんが「伊勢」に集い、汗を流します。  
参加者の皆さんが「また伊勢を走りたい」「また伊勢を訪れたい」と思ってもらえる  
ような大会になるよう、温かいご声援をお願いします。



ウォークの部 **バリアフリーラン** 雨天決行

**12月7日** 10:00~12:00ごろ

ランニングの部 雨天決行

**12月8日** 9:00~11:50ごろ

メイン会場 県営サンアリーナ

大会ホームページ **伊勢マラソン**

URL <https://www.city.ise.mie.jp/marathon>

## 交通規制について

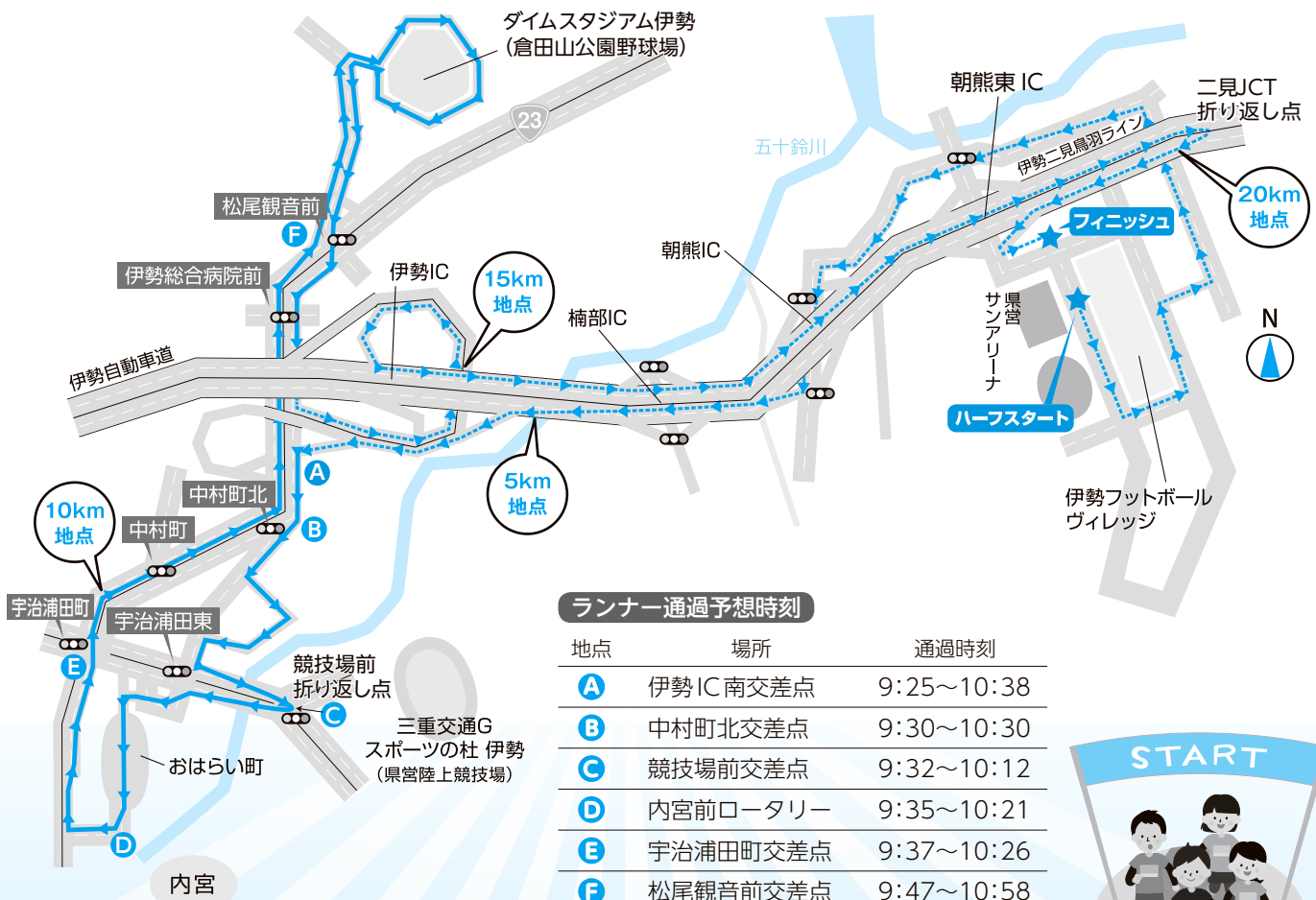
大会開催に伴い、12月8日(日)は、伊勢自動車道(伊勢西IC)~伊勢二見鳥羽ライン(二見JCT)の区間は全面通行禁止となり、国道23号や内宮周辺も一時通行禁止となる交通規制が行われます。

迂回などで多大なるご不便・ご面倒をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

※交通規制について詳しくは、今号の「広報いせ」と同時配布したチラシ、または大会ホームページをご覧ください。

## ランニングの部 ハーフマラソンコース

※矢印の実線箇所(→)は沿道での応援が可能な場所です。



※ランナーの進行状況により前後する場合があります。

予算額 7,502万円 (うち市負担額 2,000万円)



乗って残そう!

# バス路線

交通政策課 (☎21-5593 FAX 21-5585)

市では、バスの利用促進のため、さまざまな取り組みを行っています。9月1日から令和2年3月31日まで、第2期市内環状バス社会実験運行を実施していますので、ぜひ利用してください。

## バスの乗り方&交通安全教室

バスに乗る機会の少ない小学生に、バスの乗り方を知ってもらうため、バスの乗り方教室を開催しています。

これは、乗り方教室のことを家庭で話題にし、バスに乗る機会を持ってもらうための取り組みです。

乗り方などの説明を受けた後、実際にバスに乗って、整理券の取り方や運賃の払い方などを学びます。

また、バスの乗り方教室と併せて、バスを使った交通安全教室も開催しています。この教室では、運転席から見えにくい死角などの危険性を分かりやすく説明し、実際に子どもたちがバスの運転席に座って死角を確認します。



6月28日 早修小学校



9月18日 浜郷小学校



9月27日 四郷小学校



## 第7回 バスポスターコンクールの最優秀作品

バスへの親しみとともに、地域生活の中でのバスの必要性を感じてもらうため、市内の小学生から、まちを走るバスの風景を描いたポスターを募集しました。

夏休みに描いた341作品の中から、審査の結果、学年別に最優秀賞に選ばれた皆さんの作品を紹介します。

入賞した48作品は、おかげバスの車内などに展示します。



森本 耀太さん (二見浦小1年)



深井 のどかさん (小俣小2年)



中西 信仁さん (小俣小3年)



久保 美理愛さん (明野小4年)



廣脇 碧さん (修道小5年)



増田 颯斗さん (中島小6年)

## 運転免許証の返納で、路線バスの運賃が半額に

三重交通グループの路線バスでは「運転免許返納割引」を実施しています。

これは、運転免許証を返納し、運転経歴証明書を所持している人が、バス利用時に同証明書を提示することで、1乗車ごとに本人と同伴者1人の運賃を半額に割り引くものです。

また、三重交通グループの路線バスが乗り放題となるフリー定期券「セーフティーパス」もあります。

詳しくは、三重交通伊勢営業所 (☎25-7131) へ問い合わせてください。

みんなで作ろう

# 安全・安心なまち



危機管理課 ☎21-5524 FAX 20-3151



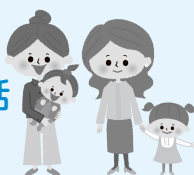
昨年の伊勢まつり会場での啓発活動

市内の自治会などで組織する自主防犯団体（約 90 団体）が、伊勢市の安全・安心なまちづくりに向け、防犯パトロールや児童の見守り活動、振り込め詐欺・盗難防止などの広報啓発活動に積極的に取り組んでいます。

防犯組織のない地区の人や、防犯組織があっても参加していない人も、「自分たちの安全は自分たちで守る」という気持ちで、安心して暮らせるまちづくりに参加しましょう。

## 団体活動ができない人は…

- 自宅の防犯設備の見直し
- 近隣の人との日常のあいさつや会話
- 子どもたちへの声掛け
- 自宅周りの清掃や花壇の手入れ



美化された地域や、まち中で  
あいさつが交わされている地域には  
犯罪者は寄り付きません！

など、日常の生活の中で、地域での防犯意識を高めてください。

## 自転車盗難が多発しています！

市内では、駐輪場などにとめた自転車の盗難が多発しています。施錠はもちろん、できれば鍵は2カ所かける（2ロック）習慣を身に付けましょう。



街頭啓発の様子

## 犯罪被害者 週間

11月25日(月)～12月1日(日)は「犯罪被害者週間」です。この週間は、犯罪被害者などが置かれている状況や犯罪被害者の名誉または平穏な生活のための配慮の重要性について、国民の理解を深めるための啓発事業が実施されます。

### 犯罪被害者等支援

犯罪などにより被害に遭われた人、その家族または遺族（以下「犯罪被害者等」）は、犯罪などによる直接的な被害だけでなく、周囲の偏見や心無い言動などによる心身の不調、経済的な損失などの「二次被害」、加害者からの「再被害」への恐怖・不安などに苦しめられています。

市では、三重県・警察・公益社団法人みえ犯罪被害者総合支援センター・みえ性暴力被害者支援センター よりこ などの関係団体などと連携しながら、社会全体で犯罪被害者等の支援をする取り組みを進めています。

また三重県では、平成31年3月に、犯罪被害者等を支える社会の形成を促進することを目的とした「三重県犯罪被害者等支援条例」を制定し、殺人などの故意の犯罪行為により不慮の死を遂げた犯罪被害者の遺族、または重傷病や精神疾患を負われた犯罪被害者に対して、経済的負担の軽減を図るための見舞金を給付しています。



犯罪被害者等支援  
シンボルマーク  
「ギュっとちゃん」

### ＜問い合わせ＞

三重県環境生活部くらし・交通安全課 ☎ 059-224-2664

公益社団法人 みえ犯罪被害者総合支援センター ☎ 059-221-7830

みえ性暴力被害者支援センター よりこ ☎ 059-253-4115



## 考えてみよう、キャッシュレス決済のこと

現金以外の方法でお金を払うキャッシュレス決済が日常生活に浸透してきました。

### さまざまな支払い方法

## 決済サービス提供者

クレジット カード会社	銀行	前払い式 支払い手段発行者	資金移動業
<b>国際クレジットカード</b> 国際クレジットカード VISA JCB Mastercard など 分割払い・リボ 払いなど、利用 者の都合に合わ せて決済できる	<b>国際デビット カード</b> 国際デビット カード VISA JCB など 銀行口座直接引き 落とし即時払い	<b>IC カード型</b> 交通系 IC カード Suica、PASMO、ICOCA など 流通系 IC カード WAON、nanaco、楽天 Edy など 前払い式の IC カードでかざすだけで使える	<b>インターネット モバイル型</b> インターネット モバイル型 PayPay、 LINE Pay、 楽天ペイ など スマートフォンな どを用いる電子マ ネーでバーコー ド・QR コード利 用型やアプリ決済 型など
<b>個別クレジット</b> 個別クレジット 自動車ローンなど	<b>J-Debit</b> J-Debit 銀行発行カード	<b>サーバ型</b> Amazon ギフト、iTunes ギフト など 前払い式電子マネーで、カードには登録 者情報だけが記録され、残高はサーバ上 で管理される	
	<b>ペイジー</b> ペイジー 郵貯 ATM web	<b>磁気型</b> 磁気型 図書カード、クオカード など	
		<b>紙型 (商品券)</b> 紙型 (商品券) 百貨店ギフト券、ビール券、おこめ券など	

### キャッシュレス決済を賢く利用するために

使わずに放置しているカードやアプリケーションはありませんか？

割引きやポイント還元などは確かに魅力的ですが、複数の決済サービスを効率良く使うことはとても難しいものです。新たなカードなどの申し込みは、利用頻度をよく考えて慎重に行いましょう。

一番大切なことは、「申込時に得でも、後で利用頻度が少なくなりそうなカードなどは申し込まない」ことです。利用しなくなったカードなどは、速やかに残高を確認して解約を検討しましょう。



#### リスク管理

キャッシュレス決済は便利な反面、登録情報の漏洩や不正利用、覚えのない請求などのリスクもあります。リスク管理は決済サービス事業者だけでなく、ID・パスワード、カード・スマートフォン本体の管理など、利用者自身にも責任があります。

また、損害を少なくするために、利用枠やチャージ金額を小額にしておくこともリスク管理の一つです。

もし、トラブルに遭ってしまったら、消費生活センターに相談してください。トラブルの解決方法を一緒に考え、必要であれば事業者と交渉する際のお手伝いをします。

~~~~わからないことは、消費生活センターに相談を!! ~~~~

# プレミアム付商品券の購入申請期限のお知らせ

商工労政課(☎21-5639 FAX 21-5651)

非課税対象者の購入申請期限は、**11月30日(土)**(郵送の場合は当日消印有効)ですが、同課窓口へ直接持ち込む場合は、**11月29日(金)**の17:15までです。

期限を過ぎると購入引換券の交付ができませんので、注意してください。

対象者と申請方法については「広報いせ」8月1日号・8ページをご覧ください。

## 伊勢市プレミアムキャンペーン実施中!

伊勢商工会議所 企画振興課(☎25-5153 FAX 23-1151) 協力者：伊勢小俣町商工会

伊勢市プレミアム付商品券を取り扱う中小規模店(一部を除く)で「伊勢市プレミアムキャンペーン」を実施しています。対象店舗で1,000円以上の買い物をした人に、応募券を1枚お渡しします。キャンペーン期間終了後に、抽選で商品券などが当たります。

詳しくは、伊勢商工会議所ホームページ(☎ <https://www.ise-cci.or.jp>)をご覧ください。

◇**キャンペーン期間** 令和2年2月29日(土)まで

- ◇**賞品一覧**
- A賞(100人)：中小規模取扱店専用商品券 10,000円分
  - B賞(100人)：中小規模取扱店専用商品券 5,000円分
  - C賞(400人)：中小規模取扱店専用商品券 2,000円分
  - D賞(250人)：伊勢マイル2,000ポイント付伊勢志摩WAONカード
  - S賞(100人)：伊勢市商店街連合会加盟店で使える専用商品券 2,000円分
- 賞品総額：300万円 当選者総数：950人

### ～伊勢マイルを始めましょう～

伊勢商工会議所 経営支援課(☎25-5155 FAX 23-1151) 協力者：伊勢小俣町商工会

D賞の「伊勢マイルポイント」は、市内の伊勢マイル加盟店共通のポイントです。加盟店で「伊勢志摩 WAON」を提示して買い物をすると、伊勢マイルポイントを貯めることができます。貯まったポイントは、加盟店での買い物の際に、1ポイント1円として利用できます。

詳しくは、伊勢マイルホームページ(☎ <https://www.isemile.jp>)をご覧ください。

**伊勢マイル加盟店は「キャッシュレス・ポイント還元事業」の対象店(一部を除く)です**

10月1日から令和2年6月30日の間に、本事業の対象店舗でキャッシュレス決済(クレジットカード、電子マネーなど)を利用して買い物をすると、購入価格の2%または5%分のポイントが還元されます。

詳しくは、経済産業省ホームページ(☎ <https://cashless.go.jp>)をご覧ください。

予算額 2億4,241万円 (うち国からの収入 2億4,041万円)

## 健康麻雀サロン

# つばさ

☎ 賭けない ☎ 飲まない ☎ 吸わない



健康マージャン教室 平日 10時から19時 時間3時間 料金1,000円  
いせトピア健康マージャン教室講師が基礎からわかりやすく教えます

フリー麻雀 1人3時間 1,000円

月例杯も毎月開催

見学大歓迎

指先と頭を使って【健考力】を鍛えよう

東南西北  
場所は高柳商店街の中



0596-25-1638

伊勢市首祢1-14-16 高柳商店街内

広告

# みんな笑顔 伊勢の元気く

# 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

伊勢市立 図書館前

## ママ安心サポートいせ ママ☆ほっとテラス 3周年記念イベント

妊娠中や産後のママが気軽に立ち寄り、相談ができる場所「ママ☆ほっとテラス」(子育て世代包括支援センター)が3周年を迎え、今まで5000人を超えるママと赤ちゃんが、相談やおしゃべりに来てくれました。

そこで、記念イベントを開催します。

とき 12月10日(火)、9時30分～12時

ところ 中央保健センター

対象 市内在住の親子

内容

①「親子で音楽を楽しもう」

講師 尾崎尚美さん(音楽療法士)

療法師

9時45分～10時30分：1歳以上の子どもと保護者(先着25組)が対象

10時45分～11時15分：妊婦(先着10人)、1歳未満の子どもと保護者(先着20組)が対象

②親子で製作(先着・子ども50人)

③パネル展示  
「交場の感染症対策・嘔吐処理の方法」「事故予防」など

申し込み ①のみ、11月15日(金)から電話またはファクスで同課へ

※11時20分から、子育て支援センターきらら館の保育士によるわらべうたを開催します。

## 中学生による「たばこと健康に関するポスター」上位入賞作品

たばこを吸うと、肺がんをはじめ、心臓病やCOPD(慢性閉塞性肺疾患)、脳卒中などの病気にかかりやすくなるということが明らかになっています。また、たばこを吸う人だけでなく、吸わない人にも受動喫煙により健康へ悪影響を与えます。市では、一般社団法人伊勢地区医師会と伊勢市民健康会議の共催により、禁煙・分煙・防煙の啓発のため、市内の中学生からポスターを募集しました。今年502点の作品の応募がありました。市長賞をはじめ、上位3賞の作品は次のとおりです。

### 伊勢市長賞

奥山ひなたさん(厚生中1年)



濱口涼風さん(小俣中2年)



姫子松由都さん(二見中3年)



### 伊勢地区 医師会長賞

龍田恵美さん(厚生中1年)



宮本拓武さん(桜浜中2年)



山本至電さん(二見中3年)



### 伊勢市民健康会議 会長賞

栗田胡虹さん(桜浜中1年)



吉川菜々帆さん(厚生中2年)



中林虎正さん(二見中3年)



※入賞作品は、市のホームページに掲載しています。



離乳食教室

離乳食を安心して進めていただくために、簡単でおいしい離乳食作りを栄養士が紹介します。

とき 12月6日(金)、13時～15時30分

ところ ハートプラザみその

対象 市内在住の乳児(生後6カ月まで)の保護者

内容 離乳食(初期～中期)の話と試食

定員 30人(先着順)

申し込み 11月15日(金)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 12月11日(水)～13日(金)、10時～16時(受け付けは15時30分まで)

ところ 中央保健センター・健康テラス

対象 市内在住の人

追加測定機器 内臓脂肪計、血管年齢計

なるほど納得！  
シニア健康講座

シニア世代が気になる健康づくりの話題の中から、今回は「腰痛のしくみを知って口コモを予防しよう！」をテーマに楽しく学びます。

とき 12月17日(火)、9時30分～11時

ところ 中央保健センター

対象 市内在住のおおむね65歳以上の人

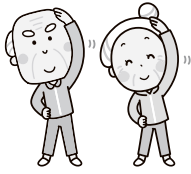
内容 理学療法士による話、ストレッチ・筋力トレーニングなどの実践、いせし健康体操(基本座位編)

定員 50人程度(先着順)

持ち物 傷害保険料10円、飲み物、タオル、運動のできる服装・靴、運動マット(持っている人)

申し込み 11月15日(金)から、電話またはファクスで同課へ

※同課が開催する転倒骨折予防教室・シニア筋力アップ教室・筋活講座の受講経験がない人を優先します。



健康課 ☎27-2435 FAX 21-0683

低カロリー・バランス食

家庭で実践  
cooking



167kcal

1人分の栄養価

- たんぱく質 18.0g
- 脂質 6.6g
- 炭水化物 5.6g
- 塩分 1.0g

作ってみよう！肝臓をいたわるレシピ  
豆腐のホタテきのこあんかけ

材料 (2人分)

- 木綿豆腐 300g
- ホタテ水煮缶詰 70g
- えのき茸 50g
- 水 1カップ
- 減塩しょうゆ 小さじ2
- 片栗粉 大さじ1
- 小ねぎ 10g

作り方

- 鍋にホタテを缶汁ごと入れ、石づきを切り半分に切ったえのき茸、水1カップを加えて中火で熱する。煮立ったら、しょうゆを加える。
- 片栗粉を水大さじ2で溶いて①に加え、とろみがついたら小口切りにした小ねぎを加える。
- 豆腐は耐熱皿に入れ、電子レンジで熱くなるまで加熱する。余分な水気を切り、器に盛って②のあんをかける。

肝臓に負担を掛けていませんか？

酒は百薬の長といわれ、適量を守って飲めば食欲増進やストレス解消などの効果をもたらします。しかし、飲み過ぎは肝臓にダメージを与え、生活習慣病の発症リスクが高くなります。飲み方やおつまみを工夫して健康を守りましょう。

簡単にできる工夫

- 食べながらゆっくり飲みましょう  
アルコールの吸収速度をゆっくりにして急な酔いを防ぎます
- たんぱく質を取りましょう  
たんぱく質はアルコールの分解を助け、肝臓の負担を軽くします
- 休肝日を週に2日は設けましょう  
肝臓を2～3日に1回休ませて、肝臓の負担を軽くしましょう
- ビタミンB群を取りましょう  
豆腐や豚肉などに多く含まれ、アルコールの代謝を助ける働きをします

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



11月12日～25日は

「女性に対する暴力をなくす運動」

実施期間です

市民交流課 ☎21-55513 FAX 21-5642

国の男女共同参画推進本部では、毎年11月12日～25日の2週間を「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間としています。

暴力は、性別や加害者・被害者の間柄を問わず、決して許されるものではなく、女性に対する暴力の根底には、女性の人権の軽視があるといわれています。特に、夫やパートナーからの暴力、性犯罪、買売春、セクシユアル・ハラスメント、ストーカー行為などは、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していくうえで克服すべき重要な課題です。

この機会に、暴力について考えていただき、暴力のない社会をつくっていきましょ。

女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク



このシンボルマークは、女性が腕をクロスさせた姿を描いており、女性の表情、握りしめた拳、クロスさせた腕により、女性に対する暴力を断固として拒絶する強い意志を表しています。

女性の悩み事相談窓口

●伊勢市こども家庭相談センター ☎21-5709

●三重県女性相談所 ☎059-231-5600

●女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

観光文化会館 指定管理者自主事業

☎28-5105 FAX 28-5106

# シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢のイベント情報

「宇治山田」 徒歩約2分

## ワンコインライブ Vol.4

伊勢を拠点に活躍する多彩なアーティストのライブをお楽しみください。

とき 12月12日(木)、19:00～(開場は18:30)

ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢・ホワイエ

出演者 カメユキ (ポークユニット)

入場料 500円 (全席自由)

※チケットの前売りはありません。当日同館窓口で入場料を支払ってください。



## 米村でんじろうサイエンスショー おもしろ科楽館

「学べるだけでなく楽しい、楽しいだけでなく学べる」。教育とエンターテインメントが融合した米村でんじろう先生のサイエンスショーです。

とき 令和2年1月18日(土)、1回目…13:00～(開場は12:30)、2回目…15:30～(開場は15:00)

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

入場料 前売り券…2,800円、当日券…3,000円 (全席指定)

※3歳以上の子どもは入場料が必要です。※2歳以下の子どもは膝上での鑑賞は無料です。(席が必要な場合は入場料が必要)※小学生以下は保護者の同伴が必要です。

前売り券販売 9:00～21:00、同館窓口で販売中。(1人4枚まで)※前売り券は、チケットぴあなどのプレイガイドでも販売しています。



## しまじろうコンサート とびだせ! ワクワクぼうけんランド

親子で歌って踊って楽しめる、盛りだくさんのコンサート。動きやすく体温が調整しやすい服装でお越しください。

とき 令和2年2月23日(祝)、1回目…11:30～(開場は11:00)、2回目…14:00～(開場は13:30)

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

入場料 3,180円 (全席指定)

※3歳以上の子どもは入場料が必要です。※2歳以下の子どもは保護者1人につき1人まで膝上での鑑賞は無料です。(席が必要な場合は入場料が必要)

前売り券販売  
【「かんぶん友の会」先行販売】  
11月18日(月)～、10:00～21:00、同館窓口で販売

【一般販売】 11月23日(祝)～、10:00～21:00、同館窓口およびオンラインチケットサービスで販売

※先行販売・一般販売ともに、販売開始日の翌日から電話受け付け可(電話受け付けは、座席を選べません)。※前売り券は、チケットぴあなどのプレイガイドでも販売します。



## イベント掲示板

このコーナーは、国・県・市または教育委員会が共催・後援などをするイベント情報を案内するコーナーです。参加費などの記載のないものは無料です。

### 天皇皇后両陛下奉迎提灯行列

御大礼奉祝委員会事務局(伊勢商工会議所・3階)  
(☎65-5181 FAX65-5182)  
時 11月21日(木)、18:30～19:30(集合時間18:00、雨天決行)  
所 市営宇治駐車場B2(宇治交番横)  
内 天皇陛下の御即位に際し、天皇皇后両陛下が行幸啓されるのに伴い、宇治橋まで奉迎の提灯行列を行います  
申 不要

### 尾崎号堂生誕祭

NPO法人 号堂香風・村田さん  
(☎・FAX22-9050)  
時 11月23日(祝)、13:30～  
所 尾崎号堂記念館  
内 講演「尾崎行雄の信念と生き方」石田尊昭さん(尾崎行雄記念財団理事・事務局長)、読書感想文コンクール表彰式、未来の宝 子どもたちとの集い(読書感想文コンクール受賞者[小中学生]と伊勢市議会議員の交流会)

### オータムコンサート

公益社団法人 伊勢法人会(☎28-5665 FAX24-8315)  
時 11月24日(日)、13:30～(開場は13:00)  
所 シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢  
内 合唱・吹奏楽による伊勢の高校生がおくるコンサート  
定 1,000人(当日先着順)  
出演 伊勢・伊勢学園・伊勢工業・皇學館高等学校 申 不要

### 伊勢市教育美術展

伊勢市教育美術展運営委員会事務局  
(☎37-2143 FAX37-5777 [東大淀小学校])  
時 11月30日(土)・12月1日(日)、10:00～16:00  
所 いせトピア 内 市内の小中学生による図工・美術作品、書写作品の力作を一堂に展示します

### 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 FAX27-1704 [代表])  
時 12月14日(土)、14:00～15:30  
所 皇學館大学・4号館431教室  
内 「恵み豊かな年を顧みて」河野 訓さん(学長) 申 不要

## 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。

### 熟年男女の婚活を応援します

久居サークルクラブ(☎080-3623-4966)  
時 11月23日(祝)、13:00～15:00  
所 津市ポルタひさいふれあいセンター・2階 交流活動室C(津市久居新町3006) 対 60～80歳の配偶者のいない人  
内 熟年男女の婚活を応援します。免許証などの身分証明書を持参してください 料 1,000円程度(お菓子代、資料代)  
申 当日に受け付けをします

### 無料プログラミング体験

伊勢市日曜プログラミング教室 インターフェイス  
(☎050-5361-8794)  
時 12月8日(日)、15:00～16:00  
所 HITOSARA(船江1丁目6-58)  
対 小学生とその保護者 内 初心者向けのプログラミング体験です。パソコンに触ったことがない人でも体験していただけます。持ち物は要りません 定 10人(先着順)  
申 11月15日(金)～12月7日(出)に、電話で同教室へ

### 行政書士による無料相談会

三重県行政書士会 伊勢支部  
(☎050-3799-1760 FAX76-0478)  
時 12月11日(水)、13:30～16:00  
所 市役所本館・2階 2-2会議室 内 相続手続き・遺言書、許認可申請、法人設立、権利義務、契約書作成などの相談  
定 10人(事前予約5人・当日受け付け5人[いずれも先着順])  
申 事前に同支部へ

### ひとり親家庭就労に関する研修会

三重県母子・父子福祉センター  
(☎059-228-6298 FAX059-228-6301)  
時 12月15日(日)、10:00～12:00  
所 いせトピア・2階 学習室3 対 市内および近隣市町に在住している、ひとり親家庭の母または父  
内 ひとり親家庭等の経済的な自立を目的とした、ハローワーク伊勢の統括職業指導官による講演「もっと相談しよう!ハローワーク」 定 20人(先着順)  
申 12月10日(火)までに同センターへ

#### イベント掲示板&みんなの広場

時とき 所ところ 対対象 内内容 定定員  
料料金 申申し込み

#### 掲載申し込み締め切り

2月1日号=12月13日(金) 2月15日号=12月27日(金)

## 有料広告募集中

広報広聴課(☎21-5515 FAX22-9699)

広告の規格や申し込み方法など、詳しく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。

# 情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



## 募集

### 子ども読書活動推進 会議の委員を募集

社会教育課

(☎22-7886 (FAX)23-8641)

子どもの読書活動を推進するため、「伊勢市子ども読書活動推進会議」の委員を募集します。

**対象** 市内に在住または通勤・通学している20歳以上(12月15日現在)の人

**任期** 12月15日から2年間

**募集人数** 1人程度

**申し込み** 11月18日(月)～29日(金)に、応募用紙を直接または

郵送(当日消印有効)・ファクス・Eメールで同課(〒519-0592 小俣町元町540、☒kyo-syakai@city.ise.nie.jp)へ

**選考方法** 書類選考(面接を行う場合もあります)

※応募用紙は、同課、伊勢図書館、小俣図書館にあります

## 講座

### 介護有資格者 再チャレンジ研修

三重県社会福祉協議会内・三重県福祉人材センター

(☎059-2227-5160 (FAX)059-2222-0170)

介護関係の資格を持ちながら、介護の職に就くことが不安な人などを対象に、介護の知識や技術のスキルアップができる研修会を開催します。

**とき** 12月3日(火)・13日(金)10時～

※いずれか1日のみの受講も可能です。

**ところ** 三重県総合文化センター(津市一身田上津部田1234)

**対象** 介護関係の資格を持ち、現在福祉・介護の仕事をしていない人、または介護職として

す。また、市のホームページに掲載しています。

て就職または復帰後、おおむね1年未満の人

**内容** 介護保険制度の動向・介護技術・コミュニケーション技術・認知症ケアについての講義、就職相談、施設体験(現在介護の仕事をしていない人のみ)など

**定員** 30人

**申し込み** 同センターへ

※詳しくは、同センターにお問い合わせください。



### 広げようサポーターの輪 認知症サポーター養成講座 高齢者支援課

(☎21-5583 (FAX)20-8555)

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」のことです。

認知症について、認知症の人やその家族への関わり方について、気軽に学びませんか。

**とき** 12月5日(木)、10時～11時30分

**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

**定員** 25人(先着順)

**申し込み** 電話またはファクスで同課へ

※受講者には「認知症サポーター」の証であるオレンジリングと修了証書をお渡しします。



### ハロートレーニング

#### 公共職業訓練

ポリテクセンター伊勢

(☎37-3121 (FAX)37-4914)

求職者の皆さんが早期に再就職できるよう、ものづくり分野に特化した職業訓練を下表のとおり行います。

**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

**最終説明会日** 12月16日(月)

**入所選考日** 12月20日(金)

#### 公共職業訓練 (ハロートレーニング)

| 訓練科                        | 訓練期間                      | 定員  |
|----------------------------|---------------------------|-----|
| ものづくりアシスト科<br>(職場体験付)      | 令和2年1月24日(金)<br>～7月14日(火) | 13人 |
| 電気設備技術科<br>(ビジネススキル講習付)    | 令和2年1月24日(金)<br>～8月19日(火) | 8人  |
| 住宅リフォーム技術科<br>(ビジネススキル講習付) |                           | 8人  |

※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。

※申込期限以降でも追加募集を行う場合があります。

※11月29日(金)に、女性限定の説明会を開催します。(訓練体験あり)

※申し込み方法など詳しくは、同センターへ問い合わせください。

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 (2m) ⑤⑩+新⑪  
(3m) ⑤⑧+新⑥ (10m) 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 (3m) 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

**催し物**

**尾崎号堂記念館企画展  
尾崎号堂を支えた  
伊勢の人々**

尾崎号堂記念館

☎22-3198 FAX22-3248

とき 11月19日(火)～12月15日

(日)、9時～16時30分

※月曜日(祝日の場合は翌日)

は休館です。

ところ 尾崎号堂記念館・展示室情報コーナー

**内容** 民主政治の確立に力をそそいだ尾崎行雄(号堂)。国民全体の、さらには世界の平和を目指して信念を貫いたその政治活動は、軍閥や権力・政府との闘いの連続でした。今回の企画展は、選挙で25回連続当選し、63年間国会議員として活躍した尾崎を支えた伊勢の人々に焦点を当て、本

館所蔵資料を用いて紹介します

**入館料** 大人1000円(常設展共通。高校生以下は無料)

※毎月第3日曜日は無料です。



尾崎行雄

**ハープ&ハープタイム**

中央児童センター

☎27-2422 FAX27-2412

子どもと一緒にハープの音色に癒やされた後、ハープティ―で心身ともにリラククスしませんか。

とき 11月26日(火)、10時30分

～11時30分

ところ 福祉健康センター・3階

対象 市内に在住または通勤

している子育て中の保護者と乳幼児

**内容** 紗都呼さんによるハープ演奏(クリスマスソング・童謡)と手遊び、演奏終了後

ハープティ―をいただきます

**定員** 20組(先着順)

**持ち物** 子ども用の飲み物

※お菓子は少し用意しますが、アレルギーなどがある場合は専用のお菓子を持参してください。

**申し込み** 11月15日(金)～20日

(水)(月曜日を除く)の9時～17時に、直接または電話で同

センターへ

**働く女性のキャリアアップセミナー**

市民交流課

☎21-5513 FAX21-5642

とき 12月1日(日)、13時～16

時30分(受け付けは12時30分)

～

ところ いせトピア 研修室 1・2

**対象** 市内および近隣市町に

在住または通勤している働く女性、働くことを希望する女性

**内容** 自己肯定感が上がる自己分析により、実践につながるコミュニケーションスキルを身に付けるセミナーです。

働く女性として活躍している人との交流会や、参加者同士の交流も行います。家庭と仕事の両立を目指して、楽しみながら学びませんか

**定員** 30人程度(先着順)

**申し込み** 電話またはファクス・Eメールで回課(☎kon

ryu@city.ise.nie.jp)へ

※託児あります。(対象は0

～6歳程度で、先着順。11

月21日(木)までに予約が必要

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科



伊勢志摩中央リハビリテーションセンター1F

伊勢志摩クリニック

伊勢市御薊町高向 TEL 63-8881

## 伊勢市の景観絵画・わがまち写真コンクール入賞作品の展示

都市計画課  
☎21-5591 FAX21-5585

伊勢市の景観絵画コンクールと伊勢市わがまち写真コンクールの入賞作品を、左表のとおり巡回展示します。ぜひ、ご覧ください。

| とき                     | ところ           |
|------------------------|---------------|
| 11月30日(出)～12月9日(月)     | イオンタウン伊勢ララパーク |
| 12月11日(火)～23日(月)       | 市役所本庁         |
| 12月25日(火)～令和2年1月13日(水) | ミタス伊勢         |
| 令和2年1月15日(木)～28日(火)    | 小俣総合支所        |
| 令和2年1月30日(水)～2月12日(木)  | 御園総合支所        |
| 令和2年2月14日(金)～3月5日(水)   | 二見総合支所        |

## 里親説明会 in伊勢

三重県児童相談センター  
総務・家庭児童支援室

☎059-2331-5669  
FAX059-2331-5904

さまざまな理由で保護者と一緒に暮らせない子どもたちと、泣いたり笑ったり、悩んだりしながら暮らしている里親さんの話を聞いてみませんか。

**とき** 11月30日(出)、13時30分～15時30分

**ところ** 県伊勢庁舎・4階401会議室

**対象** 里親に関心のある人、子どものために何かしたいと思っている人など

**内容** 里親体験談、里親制度の説明、質問コーナー

※事前申し込みは不要です。

三重県 里親説明会

検索



三重県里親啓発  
公認キャラクター  
「みえさとちゃん」

## 親子で楽しく体を動かそう！

中央児童センター

☎27-2422 FAX27-2412

ストレス解消に、親子で楽しく体を動かしてリフレッシュしましょう。

**とき** 12月6日(金)・13日(金)、10時30分～11時30分(参加はいつでもか1日)

**ところ** 福祉健康センター・3階

**対象** 市内に在住または通勤している母親と子ども(独り歩きができる1歳6カ月～就園前)

**講師** T A M K Oさん

**定員** 各日20組(先着順)

**申し込み** 11月15日(金)～30日(出)(月曜日と24日(出)を除く)の9時～17時に、直接または電話で同センターへ

## 市民のためのリハビリ講座

伊勢総合病院 医療事務課

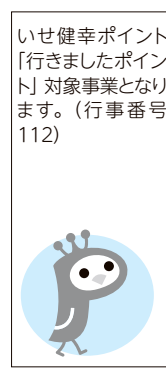
☎23-5111 FAX27-2315

**とき** 12月7日(出)、10時～11時30分(受け付けは9時45分～)

**ところ** 伊勢総合病院・2階講堂

**内容** 講演「加齢に伴う飲みにくさ 老嗽(ろうそく)についていま

すか」岡崎英人さん(藤田医科大学 連携リハビリテーション医学講座准教授)、理学療法士による健康体操  
※事前申し込みは不要です。



ポイント  
「健康ポイント  
」行きましたポイント  
対象事業となります。  
(行事番号  
112)

## 新成人のついで

社会教育課

☎22-7886 FAX23-8641

**とき** 令和2年1月12日(出)、13時～14時(受け付けは12時～)

**ところ** シンフォニアテックホール伊勢・大ホール

**対象** 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの人(帰省中の人も参加できます)

※市内在住者には案内はがきを送付していますので、当日持参してください。はがきがない人は、当日受け付けをします。

※会場には駐車場がないため、公共交通機関または、臨時駐車場(宇治山田商業高等学校)からのシャトルバスを利用してください。

※車で送迎する場合は、市役

所駐車場を利用してください。 ※会場および臨時駐車場周辺への違法駐車はしないでください。



昨年の式典の様子

## お知らせ

建物を取り壊したときは  
課税課固定資産税係

☎21-5533 FAX21-5535

毎年1月1日に土地・建物・償却資産(事業用)を所有している人に対し、固定資産税が課税されます。

建物を取り壊した人や、未登記家屋の売買・相続などをした場合の名義変更を同課に申請していない人は、12月27日(金)までに届け出をしてください。

### 都市計画の変更案の縦覧 都市計画課

(☎) 21-5591 (FAX) 21-5585

伊勢都市計画第一種市街地再開発事業および伊勢都市計画高度利用地区の変更案について縦覧します。

**縦覧期間** 11月15日(金)～29日(金)

**縦覧場所** 同課、各総合支所 生活福祉課、伊勢図書館、小保図書館

※変更案は、縦覧期間中、市のホームページに掲載します。

### 意見書の提出

変更案に対して意見がある人は、意見書を提出することができます。

**提出資格** 市内在住の人、利害関係者

**提出方法** 11月29日(金)までに、住所・氏名・電話番号・意見を記入(様式は自由)し、直接または郵送(当日消印有効)・ファクス・Eメールで同課(〒516-8601 岩淵1丁目7-29、☒toshikei@city.ise.mie.jp)へ

### Jアラート全国一斉 情報伝達試験

危機管理課 (☎) 21-5523 (FAX) 20-3151

全国瞬時警報システム(通称「Jアラート」)は、地震・津波や武力攻撃などが起こったときに、国から送られてきた緊急情報を、市民の皆さんに伝達するシステムです。次のとおり、同システムの一斉情報伝達試験が行われます。

**とき** 12月4日(水)、11時ごろ

**内容** 国からの試験放送の内容が、市の防災行政無線・防災メール・防災FAX・ケーブルテレビ行政チャンネルを通じて一斉に放送されます

「これは、Jアラートのテストです」(3回)  
「こちらは広報いせです」



### 呼吸器外科を開設しました

伊勢総合病院 医療事務課 (☎) 23-5111 (FAX) 27-2315

同病院では、11月1日から新たに呼吸器外科を開設しました。毎週月・木曜日(祝日を除く)に外来診療を行います。

詳しくは同課へ問い合わせるか、同病院のホームページ(☎ <https://hospital.city.ise.mie.jp>)を閲覧ください。

### 中小企業・小規模事業者の皆さんへ

### 「働き方改革」への対策はお済みですか

三重働き方改革推進支援センター(☎) 0120-1111-417 (FAX) 059-993-0801

同センターでは、働き方改革に関する相談(専門家派遣)を無料で行っています。

「働き方改革について知りたい」「人材採用について相談したい」「助成金を活用したい」など、気軽に相談してください。



### 自殺予防のための8アクション

～周りのみんなができること～  
健康課 (☎) 27-2435 (FAX) 21-0683

### その6 助けを求める

背負うのではなく、  
周囲に助けを求める力を身に付けましょう。



三重いのちの ☎ 0570-783-556 (10:00～22:00)  
電話 ☎ 059-221-2525 (18:00～23:00)

相談してください!その悩み⇒「広報いせ」毎月1日号  
最終ページ裏面の相談先へ



詳しくは、市のホームページをご覧ください。

こころの健康づくり 伊勢市 検索

手話を覚えてみよう! ④  
障がい福祉課 (☎) 21-5558 (FAX) 20-8555

「おいしい、しまご」  
右手の手のひらで、あごを左から右へなでます。



おいしい物を食べて口元をぬぐうイメージです。  
※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



# イルカほのぼのコンサート



イルカ

## チケット交換

1月中旬（詳しい日程などは返信用はがきに記載）に返信用はがきを持参し、伊勢市役所で入場チケットと交換します。

※返信用はがきでは入場できませんので、必ずチケットと交換してください。

※チケットの転売、譲渡は一切できません。



## 日本非核宣言自治体協議会とは

平和を希求し核兵器の廃絶などの厳守を求める内容の自治体宣言や議会決議を行っている全国の自治体が手を結び合い、恒久平和の実現と核兵器の廃絶の輪を広げていくことに寄与しています。341の自治体が加入（平成31年3月末現在）し、長崎市が事務局を務めています。

長崎市平和推進課内・日本非核宣言自治体協議会事務局  
 (☎095-844-9923)  
 人権政策課 (☎21-5545 FAX 22-9699)

日本非核宣言自治体協議会（非核協）は、今年で設立35周年を迎えます。

核兵器の恐ろしさや平和の大切さを考える機会として、平和・環境問題などに広く関心を持って活動しているシンガーソングライターのイルカさんをお招きして、平和コンサートを開催します。

**とき** 令和2年2月7日(金)  
19:00～

**ところ** シンフォニアテクノロジー  
響ホール伊勢

**入場料** 無料(事前申し込みが必要)

**申し込み** 12月13日(金) (当日消印有効) までに、往復はがきに必要事項(下記参照)を記入し、非核協事務局(長崎市平野町7-8)へ

※1枚のはがきで4人まで申し込みでき、1人1回の申し込みとします。

※車いすなどの配慮がある人は、申し込みはがきに記入してください。

※申し込み多数の場合は、抽選で参加者を決定します。

※参加の可否は、締め切り後に同事務局から返信用はがきでお知らせします。

※就学前の子どもは入場できません。

※記号あります。(要予約)

## 往復はがきの書き方

| 往信用表                                                     | 返信用裏              | 返信用表                            | 往信用裏                                                              |
|----------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 63 〒852-8117<br>往信<br>長崎市平野町7-8<br>非核協事務局<br>(長崎市平和推進課内) | 何も記入しないで<br>ください。 | 63 〒000-0000<br>返信<br>住所<br>氏名様 | ①住所<br>②氏名<br>③電話番号<br>(連絡がつくもの)<br>④他の参加希望者<br>全員の氏名<br>(最大3人まで) |

## 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 940万1千円

## 広報いせ 第270号

発行日 令和元年11月15日 編集 情報戦略局 広報広聴課

発行 伊勢市

印刷 株式会社 アイブレーション



伊勢市情報戦略局 広報広聴課 〒516-8601 伊勢市岩淵1丁目7番29号 ☎0596-21-5515

FAX 0596-22-9699 ✉ ise-koho@city.ise.mie.jp URL https://www.city.ise.mie.jp 伊勢市役所 検索



見やすいデザインの手文字を使用しています。 植物油インキで印刷しています。

広報いせ発行事業費〔予算額〕  
3,063万円(22回分)

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。この広報紙は、再生紙を使用しています。

「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。