



健康づくりに取り組んで、**健康とお得**もゲットしよう!

## 伊勢市健康マイレージ



健康文化都市  
シンボルマーク

健康課(☎27-2435 FAX 21-0683)



三重県の「三重とこわか健康マイレージ事業」と連携し、「マイレージ特定協力店」のご協力のもと、市民の皆さんの健康づくりを応援する取り組みです。

市では、運動や食生活、こころの健康など、皆さんが健康づくりに取り組むためのヒントを紹介した冊子「伊勢の元気人チャレンジBOOK」を作成しました。

冊子を参考に自分だけの目標を決めて、健康づくりにチャレンジしてみませんか。



**実施期間** 7月1日(水)～令和3年3月31日(水)

**対象** 市内在住の20歳以上の人

### 参加方法

#### 1 冊子「伊勢の元気人チャレンジBOOK」を手に入れよう!

(冊子の中に、伊勢市健康マイレージ事業申請書が含まれています。)

配布場所: 健康課、各総合支所窓口、健康の日啓発イベント会場、低カロリー・バランス食レシピ設置場所(市内スーパーなど)、市のホームページからダウンロード



#### 2 健康づくりに取り組んで、ポイントをためよう!

- 目標を決めた健康づくりの取り組み(1日1ポイント・30日間)
  - 健診を受ける(1回10ポイント)
  - 健康づくりのイベントに参加する(1回10ポイント)
- 50ポイントたまったら、健康課に申請できます

#### 3 三重とこわか健康応援カードをゲットしよう!

#### 4 特典を受けよう!

特典の例: 商品購入の割引、食後のドリンクサービスなど



三重とこわか健康応援カードとは?

三重とこわか健康応援カード協力店でカードを提示することにより、お店ごとのさまざまなサービスを受けることができるカードで、有効期間はカード発行から1年間です。詳しくは、県のホームページをご覧ください。

**!** 新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策のため、掲載している行事や催し物などが、**中止・延期・内容の一部変更になる場合があります。**お出掛けなどの際は、事前に、掲載の問い合わせ先へご確認をお願いします。

7月11日を含む1週間は“健康文化週間”

# 健康文化週間・健康の日を

健康について考える日に見ませんか 健康課(☎27-2435 FAX 21-0683)



健康文化都市  
シンボルマーク

市では、誰もがこのまちに住んでよかったと思い、生涯を健康で暮らせる健康文化都市の実現に向けて、平成18年7月11日に「伊勢市健康文化都市」を宣言しました。そして、毎年7月11日を含む一週間を「健康文化週間」、毎月11日を「健康の日」と定め、皆さんが健康づくりについて考えるきっかけづくりを提案しています。

今年は、新型コロナウイルス感染症予防のため外出を控える生活の中、自宅で簡単にできる、ちょっとした健康づくりの秘訣について紹介します。

伊勢の元気人  
チャレンジBOOKも  
参考に!



## 🌸 コロナに負けるな! 🌸 健康づくりの秘訣!!

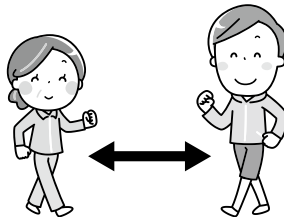
まずは感染症予防の基本をしっかり実行!

「手洗い」「咳エチケット(マスクの着用)」「3つの密(密閉・密集・密接)を避ける」を徹底しましょう。

### 意識して体を動かしましょう

外出の自粛などで生活が不活発な状態が続くと、体力や筋力の低下を招きます。少し意識するだけで、日常生活の中の活動量を増やすことができます。

- **テレビを見ながら、ストレッチをする。**  
(最近ではテレビなどで室内運動を紹介しています)
- **いせし健康体操をする。**  
(ケーブルテレビでも放映しています)
- **気分転換をかねて屋外での散歩やジョギングをする。**  
(散歩などは、少人数で、距離をあけて行い、すれ違う時も距離をとるマナーを心がけましょう)



### 運動をするときは 熱中症に注意!!

屋外で、他の人と十分な距離(2m以上)がとれる場合は、マスクを外すようにしましょう。また、マスクをつけていると、のどの渇きが感じにくくなります。いつも以上に熱中症に注意しましょう!



予防の  
ポイント

- ① こまめに水分をとる!
- ② 暑さを避けよう!
- ③ こまめに休憩をとろう!

### こころの健康を保つ生活

感染の拡大は、人のこころに不安やイライラ・怒り・疑い・不眠などを生じさせることがあります。これらの反応は誰にでも起こりうる自然な生理的反応で、多くは徐々に回復します。



- **家族や友人など親しい人と話(電話やメール、手紙でも)したり、地域のつながりを大切にする。**  
※互いにねぎらうこと、聞き上手になることも大切です。
- **規則正しい生活をする。**  
※こんな時だからこそ、睡眠や食事などのリズムを守り、なるべく体を動かしましょう。「朝起きたら水を飲む」などの、毎日の決まりごとは心の安定につながります。
- **楽しく、リラックスできる活動をするよう心がける。**
- **つらい時は、無理をしないで身近な人や専門家に相談する。**



# 食中毒にご用心

健康課(☎27-2435 FAX) 21-0683)

気温や湿度が高い日が続くこの時期は、食品の取り扱いに注意が必要です。原因となる細菌などがひそんでいるかどうかは、匂いや見た目ではわかりません。次の3原則を取り入れて、食中毒を予防しましょう。

## 食中毒予防の3原則

### 1 細菌を付けない

- 調理前や肉・魚・卵を扱った後など、こまめに石けんで手を洗う
- 手に傷がある場合は、ゴム手袋を使って調理する
- 包丁・まな板は、肉用・魚用・野菜用を使い分ける(やむなく同じものを使う場合は、洗剤でよく洗う)
- 焼肉などの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別の物にする



### 2 細菌を増やさない

- 食品は手際よく調理する
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下を目安に保つ(食材は詰めすぎず、7割程度に抑え、早めに使い切る)
- 調理後は、できるだけ時間を置かず食べる
- お弁当などは、駐車中の車の中や日の当たる所を避け、保冷剤などを活用して涼しい所で保管する
- 布巾やタオルはこまめに取り換え、清潔に保つ(漂白剤に漬け込むのも効果的)



### 3 細菌をやっつける

- 加熱調理するときや料理を温め直すときは、十分に加熱する(中心部85℃以上で1分以上が目安)
- 電子レンジで加熱調理をするときは、時々かき混ぜて全体を十分に加熱する
- 使用後の包丁・まな板などは、洗剤で洗った後、熱湯や漂白剤で殺菌する



腹痛と下痢、嘔吐が続いたら、すぐにかかりつけの医師の診察を受けましょう。

新型コロナウイルス感染症の影響により、お店の料理をテイクアウトすることが増えています。調理されてから食事をするまでの時間が長くなると、食中毒のリスクが高くなります。



★特に細菌を「増やさない」ことに注意しましょう!!

調理後は2時間以内に食べることが望ましいとされています。やむを得ず保管する場合は、常温で放置せず冷蔵庫に入れましょう。

2時間以内に!



## お口の健康を保ちましょう

誰かと話すことが少なくなったと感じていませんか。話す機会が減ることで、口の周りの筋力が衰えやすく、食事を飲み込みにくくなったり、水分でむせやすくなる場合があります。また、毎食後の歯みがきなどで口の清潔を保つことは、感染症の予防にも有効です。



- 毎食後に歯みがきをする。
- 早口言葉で口の周りの筋力を鍛える。
- 唾液を飲み込んで、嚥下力を鍛える。(30秒間に3回を目標に、唾液を飲み込んでみましょう)

## ケーブルテレビやホームページで動画を見てみよう

- ケーブルテレビ 6月13日(出)~19日(金) ..... 口コミを予防しよう (123ch) 6月20日(出)~26日(金) ..... コグニサイズを体験してみよう 6月27日(出)~7月3日(金) ..... 健康文化週間 プチ健康講座① 7月4日(土)~10日(金) ..... 健康文化週間 プチ健康講座②

●市のホームページ



伊勢市 健康づくり動画特集 検索

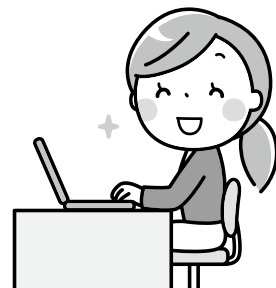
# 6月23日(火)～29日(月)は 男女共同参画週間

市民交流課(☎21-5513 FAX 21-5642)



内閣府男女共同参画局では、男女が対等に、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を目指し、毎年6月23日～29日の1週間を「男女共同参画週間」としています。

市では6月23日(火)・12:00～29日(月)・17:00の間、市役所本館・1階市民ホールに、男女共同参画週間のパネルを掲示します。



## 令和2年度 男女共同参画週間キャッチフレーズ

「そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。」  
「ワクワク・ライフ・バランス」

今年のキャッチフレーズは、「自分らしい人生を実現するために、時間をどう使っていくのか」「家族や地域、社会はそれをどう後押ししていくのか」それを社会全体で考えていくためのものです。

市では、毎年8月17日を「パートナーの日」と定め、性別にこだわらず、お互いを認め合い、支え合い、共に生きるために思いやりの心を持って考え、行動することをすすめています。

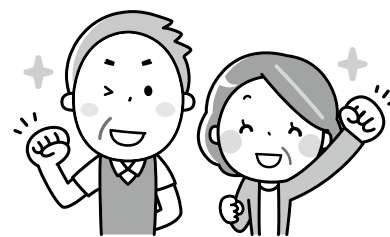
この機会に、私たちの周りの男女共同参画について、考えてみましょう。



## ボランティアスタッフなどを募集

男女共同参画の推進に関心があり、広報記事の編集に参加していただける人、伊勢市の男女共同参画推進事業を委託している「NPO男女共同参画れいんぼう伊勢」のスタッフ・サポーターを募集しています。

詳しくは、同課へ問い合わせてください。



## 令和2年度 伊勢市男女共同参画推進事業者などを募集

市では、男女がお互いを思いやり、共に生き生きと暮らすことのできる社会を目指す取り組みの一つとして、働き方を見直し、男女がともに働きやすい職場環境づくりに取り組んでいる事業者、団体などを表彰します。応募用紙などは市のホームページに掲載します。

**【対象】**市内に活動の拠点を置く事業者または団体  
(地方公共団体および公的機関は除く)

**【受付期間】**7月1日(火)～9月30日(火)・17時(必着)

**【提出方法】**郵送またはEメールで同課(〒516-8601 岩淵1丁目7-29、[✉kouryu@city.ise.mie.jp](mailto:kouryu@city.ise.mie.jp))へ

### 対象となる取組み例

- 性別にかかわらず能力を発揮できる職場づくり
- 仕事と家庭の両立支援
- ワーク・ライフ・バランスの実践 など

# 新型コロナウイルス感染症に関連した 不当な差別・偏見をなくしましょう

津地方法務局 人権擁護課(☎059-228-4193)

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者・濃厚接触者、医療従事者などに対する誤解や偏見に基づく差別は、決してあってはなりません。

YouTube 法務省チャンネル  
(URL <https://youtu.be/RYS00qCxo-0>) で、このことについての法務大臣のメッセージをご覧ください。

また、法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関連する不当な差別、偏見、いじめなどの被害に遭った皆さんの人権相談を受け付けています。困ったときは、一人で悩まず、私たちに相談してください。

【電話受付時間】平日午前8時30分～午後5時15分

様々な人権問題についての相談はなんでも

**みんなの人権110番** ☎ 0570-003-110

いじめ・虐待(ごまかさない)など子どもの人権問題に関する相談はこちら

**子どもの人権110番** ☎ 0120-007-110

家庭内暴力など女性の人権問題に関する相談はこちら

**女性の人権ホットライン** ☎ 0570-070-810

インターネットでも人権相談を受け付けています

**インターネット受付** インターネット人権相談 <https://www.jinken.go.jp/>

人間性豊かな  
市民病院

## 伊勢総合病院の職員を募集



伊勢総合病院経営企画課(☎63-9053 FAX 27-2315)

伊勢総合病院  
Ise Municipal General Hospital

### 看護師

**採用予定人員** ①令和3年4月採用……12人程度  
②令和2年度随時採用…10人程度

### 受験資格

- ①昭和51年4月2日以降生まれで、夜間勤務ができ、看護師免許を有する人または令和3年3月に免許取得見込みの人
- ②昭和50年4月2日以降生まれで、夜間勤務ができ、看護師免許を有する人

**試験日** 7月6日(月)

**採用予定日** ①令和3年4月1日  
②令和2年度中(相談の上、決定します)

**申し込み** 6月26日(金)(必着)までに、受験者本人が直接または郵送で申込書・必要書類を、同課(〒516-0014 楠部町3038)へ

### 事務職

**採用予定人員** 経験者枠・令和2年度随時採用…1人程度

**受験資格** 昭和46年4月2日以降生まれで、次の①または②の要件を満たす人

- ①200床以上の病院に事務職として10年以上勤務した人
- ②200床以上の病院に事務職として5年以上勤務し、かつ診療情報管理士の資格を持つ人

**試験日** 6月26日(金)

**採用予定日** 令和2年度中(相談の上、決定します)

**申し込み** 6月18日(木)(必着)までに、受験者本人が直接または郵送で申込書・必要書類を、同課(〒516-0014 楠部町3038)へ

看護師・事務職  
共通事項

- 地方公務員法の欠格条項に該当しないことが要件です。また、日本国籍を有しない人は、永住権または特別永住者の在留資格を有する必要があります。
- 詳しくは、募集要項をご覧ください。
- 募集要項・受験申込書は同課にあります。また、伊勢総合病院のホームページ(<https://hospital.city.ise.mie.jp>)に掲載しています。

伊勢病院 検索



一人ひとりが

輝くために

学校教育課 ☎22-7883 FAX23-8641



令和2年度 人権作文集 「人権の芽」 から

学校での人権学習の取り組みから、今回は中学生の作文を紹介します。

\* \* \*

「僕のしるし」

(中学3年生)

「これ何、どうしたの。」  
三歳児健診に行った時、同じように三歳児健診に子どもを連れて来ていた女の人が、僕の左手の甲を指差してたずねてきた。僕は、「これは、僕が、ちやあちゃん(お母さん)の子どもだっていうしるし。」  
と答えた。少し離れたところにいた母も、僕のそばに来て、  
「そつちやよね。これは、お母さんの子もだよっていう、しるしなんだよね。」  
と答えた。すると、女の人

は、

「えー、何それ。」

と言って、笑ってその場を去って行った。

僕の左手の甲には、生まれつき黒っぽいあざがある。「異所性蒙古斑」というそうだ。成長とともに色は薄くなってきたが、生まれた時はとても黒く、目立っていたらしい。

母は、僕を帝王切開で産んだため、僕と対面したのは、出産をしてから二日後のことだった。新生児室へ行く前、母は祖父から、「左手の甲に黒いあざがあるけど、気にしなくて大丈夫。大きくなったら消えると思うから。」  
と聞かされたそうだ。祖父は母がショックを受けないようにと考えて、話してく

れたのだろう。そのおかげで、母は僕のあざを見ても、それほどショックを受けなかったそうだ。

物心ついた時、「みんなにはないのに、どうして僕の左手には大きな黒いものがついているのだろう」と不思議だったが、なぜか母に聞けずじまい。左手を眺め、不思議そうにしている僕を見て、母が、  
「これは、お母さんの子もだよっていう、しるしなんだよ。」  
と話してくれた。僕は、「ふうん。そうなんや。」  
と答えただけだったが、特別な感じがしてとてもうれしかった。

保育所で友だちに聞かれた時も、  
「ちやあちゃんの子もっていうしるしやよ。」  
と答えた。だから、三歳児健診の時も堂々と、「ちやあちゃんの子もっていうしるしや。」  
と答えた。しかし、女の人から返ってきた言葉はいつもと違っていた。当時、僕は幼かったため気にしなかった。中学生になった僕に母は、

「あの時、笑って去って行った女の人にはがっかりしたけど、あなたがお母さんの子もだよというしるしと、堂々と答えた姿がとてもうれしかった。」  
と話してくれた。

僕は左手の甲にあるあざ、異所性蒙古斑が何となく好きだ。生まれた時からずっと一緒に成長しているので愛着がある。母は僕が小学生、中学生と成長していく節目節目で、  
「気になるようなら、一回病院で診てもらうけど、どうかなあ。薄くはなってきたけど、この年齢になったら消えることはないと思うよ。」  
と聞いてくれる。僕はいつも、

「何も気にならないよ。僕、このあざ結構気に入ってるから。」  
と答えている。実際僕はこのあざを気に入っているし、消えてほしくないと思っている。弟にはなくて、僕にはある異所性蒙古斑。幼い頃、  
「お母さんの子もだよっていうしるし。」  
と話してくれたこともあ

り、何となく優越感を持っているのも事実だ。

人は、全く同じ人間はいない。顔も違えば性格も違う。背の高い人もいれば低い人もいる。ほくろが多い人もいれば少ない人もいる。まさに十人十色だ。

自分にはないものを妬んだり、人と違うことをバカにしたりする人もいる。僕は、自分が持っているもの一つひとつが、自分の個性だと思っている。僕の左手の甲にある異所性蒙古斑も、僕が持っている個性の一つだ。一人ひとりを形成している個性を妬んだりバカにしたりするのは、自分や周りの人たちを否定していることになると思う。

一人ひとりがそれぞれの個性を認め合う。そうすることによって三歳児健診で出会った女の人のような心ない言動をする人は少なくなっていくと思う。

人は違いがあつてあたり前。違いは個性。僕はこれから先も自分の個性を受け入れ、それぞれの個性を認め合える人でありたい。



# 健康で文化的な最低限度の生活保障のため 生活困窮者自立支援・生活保護制度



- ▶生活や福祉に関する困り事の相談支援など… **伊勢市生活サポートセンターあゆみ (☎63-5224 FAX27-2415)**
- ▶生活保護に関すること、生活保護申請の手続き… **生活支援課 支援第一係・第二係 (☎21-5556 FAX21-5555)**
- ▶生活困窮者自立支援制度、医療券・介護券に関すること… **生活支援課 生活支援係 (☎21-5538 FAX21-5555)**

## 伊勢市生活サポートセンターあゆみによる 生活困窮者自立相談支援

生活費、病気・健康、住まい、仕事探し、債務、ひきこもり、不登校、食べる物が無いなど、生活に困り事や心配事がある人は、福祉の総合窓口である「伊勢市生活サポートセンターあゆみ」へ相談してください。

### 支援内容

- ①相談支援員が相談者の相談に包括的に対応し、生活の課題を解決するため、伴走するようなかたちで支援します。
- ②就労支援員が、就職や継続就労を支援します。
- ③住居を喪失または喪失の恐れがある離職者などに、基準額以内で家賃を支給します。
- ④学習支援員が学習・進路、生活習慣への助言や支援を行います。



伊勢市生活サポートセンターあゆみ  
(福祉健康センター・1階)

生活保護制度に  
該当する人は  
生活支援課へ  
引き継ぎます

生活に不安を感じたら…  
生活に行き詰ってしまったら…



生活保護制度に  
該当しない人は  
「あゆみ」を  
案内します

## 生活支援課による 生活保護

### 生活保護の目的

憲法第25条で定める生存権に基づき、生活に困窮している人に対して必要な保護を行い、かつ積極的な自立を促します。

### 生活保護を受ける要件など

売却できる物があれば、それを売却して生活費に充て、働ける場合は働くなど、あらゆる資産や能力を活用し、また、年金・手当などの公的給付を受け、民法で定める扶養義務者による扶養を優先させても、なお最低限度の生活を維持できない場合に、生活保護が必要と判断されます。



生活支援課(市役所東館・2階)

- ※給付される生活保護費の金額は、各申請者の状況によって異なります。
- ※生活保護受給中は生活上のさまざまな義務が生じます。詳しくは生活支援課へ問い合わせてください。また、市のホームページをご覧ください。

# も っ た い な い

# MOTTAINAI

～3R+リスペクト～をもう一度!!



ごみ分別PRキャラクター  
かもしかのごみバスターズ

清掃課 (☎37-1443 FAX 37-0189)

## 正しいごみの出し方「燃えるごみ」

資源をリサイクルするためには、ごみを正しく分別することが大切です。今回は、「燃えるごみ」について紹介します。

### 燃えるごみ

生ごみは  
しっかり  
水切り



#### 分け方



例えば、ふとん、じゅうたんなど、指定ごみ袋に入らない大きさのごみでも、切るなどして指定ごみ袋に入れば、燃えるごみとして出すことができます。

※木の幹や枝は、長さ60cm未満、太さ10cm以下にして束ねてひもでしばり、「ごみ」と表示して集積所に出してください。



#### 出し方

指定ごみ袋に入れる

※指定ごみ袋に入らない大きさの燃えるごみは、粗大ごみになります。

#### 出す場所

燃えるごみ  
集積所

「燃えるごみ」は、必ず市の指定ごみ袋に入れて、決められた曜日(月・木または火・金)の8時30分までにし出してください。よく問い合わせがあるものとして以下のものがあります。

プラスチック製品	<ul style="list-style-type: none"> <li>● プランターや灯油のポリタンクなどの単なるプラスチック製の商品(製品)は「燃えるごみ」</li> <li>● 食品トレイやシャンプーの容器などは「プラスチック製容器包装」(資源物) ※PRプラマークがついている物です。</li> </ul>
布団、衣装ケース	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 指定ごみ袋に入る大きさの物は「燃えるごみ」</li> <li>● 指定ごみ袋に入らない大きさの物は「粗大ごみ」</li> <li>● 毛布は「布類」(資源物)</li> </ul>
かばん類	「燃えるごみ」※取り外せないチャック・金具はとる必要はありません。
使い捨てカイロ、保冷剤	「燃えるごみ」

なお、「燃えるごみ」の中でも生ごみは水分量が多く、焼却するためにたくさん燃料が必要です。生ごみを出すときは、指定ごみ袋に入れる前にしっかりと水切りをしてから「燃えるごみ」に出してください。また、お菓子の空き箱やメモ用紙などの雑がみは「燃えるごみ」にせず、「紙類」(資源物)に出してください。

さらにきれいで住みよいまちになるよう、正しいごみの出し方の実践に、引き続きご協力をお願いします。

### 注目情報

使用済み携帯電話・パソコンが  
三重とこわか大会の金メダルへ!

三重とこわか大会  
マスコミキャラクター

三重県みせゼロキャラクター  
ゼロ鳥

使用済み携帯電話などからリサイクルした金を使用し、三重とこわか大会(第21回全国障害者スポーツ大会)の金メダルを製作する県民参加型の取り組みがスタートしました。皆さんから回収した携帯電話の分解作業を県内の福祉事業所で行うなど「環境と福祉の連携」によってメダルを製作します。三重とこわか大会に向けた小型家電リサイクルの取り組みにご協力ください。

三重県 廃棄物対策局  
問い合わせ先 廃棄物・リサイクル課

☎059-224-2385 FAX059-222-8136 ✉haikik@pref.mie.lg.jp

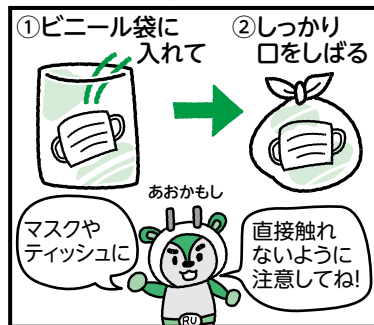
**回収方法**

携帯電話、スマートフォン  
▶小型簡易回収ボックスによる回収など

パソコン(ノートパソコン、デスクトップパソコンなど)  
▶自宅から無料で宅配便回収

ボックス設置場所やパソコン回収の申込・詳細はこちら!

三重とこわか大会 リサイクル 検索





志摩地方など  
近隣から伊勢  
へ移転される  
方が増えて  
います



無料相談  
実施中



墓じまい  
(土葬出しもできます)

墓地移転

大世古(市)墓地  
(3万円よりあります)

伊勢やすらぎ公園  
永代管理制度

最後の方が亡くなら  
れた後33年間管理

弊社展示場全景



石塔 130基  
仏壇 80基 展示中

伊勢市上地町2691-48  
伊勢問屋センター内

中村 石材店  
仏壇

☎0120-28  
-5390

【営業時間】

平日 8時~18時  
日・祝 10時~18時

【年中無休】(正月と盆除く)

## みんなの広場

### 小型移動式クレーン運転技能講習

三重県建設労働組合伊勢支部 (☎23-5535 FAX 28-9031)

時 7月27日(月)~29日(水) 所 三重県建設労働組合伊勢支部第二会館(一之木4丁目644-3)、大仲建設(株)土場(西豊浜町) 対 満18歳以上の人 定 40人(先着順) 料 24,000円 申 申事前に同支部へ

### 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

8月15日号 → 6月30日(火) 9月1日号 → 7月15日(水)

応募期限まで  
あと少し!

## 伊勢えがおプロジェクト 笑顔の写真を募集中!

広報広聴課 (☎21-5515 FAX 22-9699)



「広報いせ」で市民の皆さんの笑顔を咲かせるために、家の中でマスクを外した笑顔を募集中です。一緒に笑顔の輪を広げましょう!

応募者全員に  
プレゼント!

三重とこわか国体・  
三重とこわか大会  
グッズを郵送で  
お届けします!



募集期限 6月26日(金)

応募方法 スマホ・携帯電話などで撮影した写真をEメールに添付して、投稿者の住所・氏名・電話番号・被写体の氏名・家で笑顔になるためにしていること(10~50文字程度)を、メール本文に入力し、下記のメールアドレスへ



伊勢えがおプロジェクト 検索

☐ egaopj@city.ise.mie.jp

↑募集要項・注意点など詳しくは、市のホームページをご覧ください。

## 小俣にたんぼアートが出現!?

農林水産課 (☎21-5648 FAX 21-5651)

明野小学校の児童の皆さんが国体キャラクター“とこまろ”をモデルにデザインしたたんぼアートを、やぐらの上から観賞できます。

このたんぼアートは、多面的機能支払交付金活動組織「水土里プロジェクトおばた」が企画し、今回が第6回目です。ぜひ観賞してください。

ところ 小俣町新村452(明野児童館前)  
やぐら開放日時



6月27日(土)~7月26日(日)・9:00~18:00

※雨天は中止。その他天候などにより開放時間が変更になる場合があります。



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた皆様へ

## 住居確保に関する相談ができます

住宅政策課 (☎21-5596 FAX 21-5585)

新型コロナウイルス感染症に起因する離職により、現在市内に在住で、市内において求職中の人を対象に、最長1年間を限度として市営住宅の空き部屋を貸し出します。詳しくは、同課へ問い合わせてください。

# 情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



## 募集

### 農業委員・農地利用最適化推進委員を募集

農林水産課

(☎21-5644 FAX21-5651)

農業委員会事務局

(☎21-5653 FAX21-5651)

応募資格 農業に関する知識

を持ち、原則、市内在住の人

任期 農業委員：12月11日〜

令和5年12月10日(3年間)、

農地利用最適化推進委員：委

嘱日〜令和5年12月10日

募集人数 農業委員：19人

(うち1人は農業委員会の業

務に利害関係のない人)、農

地利用最適化推進委員：33人

応募方法 6月19日(金)〜7月

17日(金)に、応募用紙に必要事

項を記入し、直接または郵送

(必着)で同課または同事務局

(〒516-8601 岩淵1

丁目7-29)へ

※応募用紙は同課および同事

務局にあります。また市のホームページに掲載しています。

※各担当地区など、詳しくは市のホームページをご覧ください。

## 催し物

### 法テラス三重 民事法律扶助相談会

法テラス三重

(☎0570-078344)

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 7月10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

## お知らせ

### 介護保険利用者負担軽減の認定申請

介護保険課 介護給付係

(☎21-5560 FAX20-8555)

介護保険施設に入所(短期

入所を含む)の際の食費と居

住費には、入所者と世帯の所

得に応じて、負担の上限額(負

担限度額)が設けられており、

費用負担が軽減されますが、

毎年の申請が必要です。

「介護保険負担限度額認定

証」「社会福祉法人等利用者負

担軽減確認証」などの各種減

額証の有効期限は、毎年7月

31日までです。すでに交付を

受けている人には、6月上旬

に更新の案内を送りますの

で、更新の手続きは早めにお

願います。

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。

※IP電話の場合は、☎050-3383-5470の番号も利用できます。

また、新たに減額の認定を受けた人は申請が必要です。

※申請は随時できますが、申請が受理された月からの適用となります。例えば、9月に申請した場合は9月からの適用となります。

※6月8日(月)〜12日(金)は、19時まで窓口を延長しています。また、6月14日(日)は、8時30分から17時15分まで休日窓口を開設します。

### 農産物ブランド化推進事業に補助

農林水産課

(☎21-5645 FAX21-5651)

対象作物 青ねぎ、いちご、

トマト、かぼちゃ、蓮台寺柿、

横輪いも

対象事業 次のいずれかに該当する事業

・規模拡大などにより生産量

を増加させ、産地を強化し

ようとする事業

・高品質化、高付加価値化を

図り、ブランド力の向上を

推進する事業

・PRなどにより認知度の向

上や消費の拡大を推進する

事業

・自ら生産した対象作物を使

い、新たな商品開発を行う事業

※既に実施している事業と同

内容の事業は対象外です。

対象者 次の①〜④のいずれ

かに該当する団体など

①5戸以上の農業者で構成さ

れた団体

②市内で農業を行う農業法人

③伊勢農業協同組合

④伊勢農業協同組合の生産者

部会

※①②は市内に在住している

(法人の場合は市内に主たる

事業所を有する)ことが

条件です。

補助対象経費 備品購入費

(トラクターなどの汎用性の

高い機械を除く)、消耗品費、

燃料費、印刷製本費、通信運

搬費、広告費、委託料、使用

料および賃借料、交通費およ

び宿泊費

※既存機械などの更新に係る

経費は対象外です。

補助金額 補助対象経費の2

分の1以内(上限100万円)

申し込み 交付申請書などを

同課へ

※交付申請書は、同課にあり

ます。また、市のホームペ

ージに掲載しています。

予算額 200万円

## 6次産業化事業に補助

農林水産課

(☎21-5645 FAX21-5651)

市の農産物の6次産業化を推進するため、次のとおり経費の一部を補助します。

**対象事業** 市内で行う農作物の6次産業化に関する事業であり、加工品の開発や販路開拓を推進する事業

※詳しくは、同課へ問い合わせてください。

**対象者** 次の①～⑤のいずれかに該当する団体など

- ①5戸以上の農業者で構成された団体
- ②市内で農業を行う農業法人
- ③伊勢農業協同組合
- ④伊勢農業協同組合の生産者部会
- ⑤市が認定した認定農業者

※①②④は市内に在住している(法人の場合は市内に主たる事業所を有すること)が条件です。

**補助対象経費** 備品購入費(機械および設備購入に係る経費)

でプリンターなどの汎用性の高い機械を除く)、消耗品費、委託料、印刷製本費、通信運搬費、広告費、使用料および賃借料、旅費および謝金

※既存機械などの更新に係る

経費は対象外です。

**補助金額** 補助対象経費の2分の1以内(上限100万円)

※市が認定した認定農業者については、対象経費の3分の2以内(上限100万円)とします。

**申し込み** 交付申請書などを同課へ

※交付申請書などは、同課にあります。また、市のホームページに掲載しています。

**予算額** 100万円

農家の皆さんへ

申請期限は6月30日

## 経営所得安定対策

農林水産課

(☎21-5645 FAX21-5651)

令和2年度の経営所得安定対策は、米の直接支払交付金が平成30年度から廃止となつていますが、それ以外については例年と同様に実施します。申請を希望する人は、交付要件などを確認し、期日までに申請してください。

**対象** 交付対象作物を販売目的で生産する販売農家・集落

営農組織

**申し込み** 6月30日(火)までに

同課または東海農政局三重県拠点(☎0120-1381378 FAX059-2241557)

## 市有地を売却

資産経営課

(☎21-5526 FAX21-5700)

左表の市有地を、インターネットオークション「ヤフオク」の一般競争入札で売却します。

**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)

**入札参加申込期間** 7月15日

(水) 13時～8月3日(月) 14時

**入札期間** 8月18日(火) 13時

～25日(火) 13時

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

## 市有地を売却

所在地	常盤1丁目216番2	二見町莊字中野2126番5、2127番1
面積	626.06㎡(約189坪)	748㎡(約226坪)
地目	宅地	雑種地
建ぺい率(容積率)	60%(200%)	70%(200%)
用途地域	第一種住居地域	第二種田園集落地区
最低売却価格	11,520,000円	8,171,000円

## 伊勢図書館 休館のお知らせ

伊勢図書館

(☎21-0077 FAX21-0078)

6月8日(月)～14日(日)は、特別整理期間のため休館します。

## 第25回 勢田川七夕大そうじの開催を中止

環境課

(☎21-5541 FAX21-5642)

7月5日(日)に開催を予定しておりました令和2年度の勢田川七夕大そうじは、中止となりました。

## 手話を覚えてみよう!

障がい福祉課(☎21-5558 FAX20-8555)

## 【心配(する)・心細い・不安】



指を軽く曲げた両手を胸の上下にあてて揺ります。

※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



株式会社 栄ハウジング

0596-22-2755

伊勢市 栄ハウジング 検索

海拔 21.4m の高台 松尾観音台分譲中!

親子3代 長年の実績 をもとに不動産無料査定!

広告

# 図柄入り 伊勢志摩ナンバープレート

## 5月11日から交付が始まりました



企画調整課 (☎21-5510 FAX 21-5522)

伊勢志摩ナンバー地域7市町（伊勢市・鳥羽市・志摩市・玉城町・度会町・南伊勢町・明和町）では、この地域の魅力をイメージした図柄入りナンバープレートの交付を開始しました。

プレートの交付には手数料がかかります。また、手数料に加えて**1,000円以上の寄付を行うとフルカラーに**、寄付がない場合はモノトーンになります。寄付金は、公益財団法人日本デザインナンバー財団が管理し、この地域の交通改善・観光振興などの取り組みに使用します。

なお、事業用のプレートには緑色、軽自動車用のプレートには黄色の縁が付きます。

現在使用している車両でも取り付け可能です！

### 申し込み方法

#### 図柄ナンバー申込サービス

(URL) <http://www.graphic-number.jp> で申し込みむか、近くの自動車販売店、整備工場などへ相談してください。



### 図柄入りナンバープレート交付手数料

寄付金なし（モノトーン）	2枚1組
登録自動車（大型車を除く）	7,500円
大型車	11,620円
軽自動車	8,250円

※図柄入りは「希望ナンバー制度」による申し込み（受注生産）です。希望番号は、4桁の番号部分のみ希望できます。

人の動き  
(4月末)



総人口 124,933人 (-110人)

世帯数 55,732世帯 (+117世帯)

男性 59,180人 (-54人)  
女性 65,753人 (-56人)

## 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

電話での相談が難しい人は、ファクスでの相談ができます。希望する人は健康課へ連絡してください。

※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 992万6千円

### 広報いせ 第282号

発行日/令和2年6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)  
3,157万5千円(22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) <https://www.city.ise.mie.jp>

視覚障がいのある人で、「声の広報いせ」「点字広報いせ」を希望する人は、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



「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。この広報紙は、再生紙を使用しています。