

# いせ

市民活動  
特集

このまちで活動を続ける

理由がある

## 大湊でヨット!

令和3年11月14日、国内で初めてブラインドセーリング大会「ハンザクラスブラインド大会2021」が開催されました。この日は、視覚に障がいのある選手の皆さんがゴールを目指し、音声などを頼りに自身でヨットを自由に走らせていました。そして、同大会の運営を主体的に行ったのが、セイラビリティ伊勢の皆さんです。

※同大会は、独立行政法人福祉医療機構の令和3年度社会福祉振興助成事業を受けて実施されました。

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。

また、発熱や風邪の症状がある場合は、催し物などの参加を含め、外出を控え、まずは、かかりつけ医など身近な医療機関に電話で相談してください。(詳しくは34ページをご覧ください)

コロナ対策 伊勢市 検索

! 裏表紙  
新型コロナワクチン  
について  
お知らせがあります。

このまちで活動を続ける

# 理由がある

いせ市民活動センター (☎ 20-4385 FAX 20-4386)

市民交流課 (☎ 21-5549 FAX 21-5642)



この2年間、新型コロナウイルス感染症の影響により、私たちの暮らしは大きく変わりました。それでも、このまちをもっと暮らしやすく、にぎやかで笑顔あふれるまちにしたいと、仲間と共に考え、福祉・環境・文化・情報・人権・観光・国際交流など、さまざまな分野で活躍している人たちがいます。誰かの役に立ちたいという思いから、仲間と一緒に楽しみながら元氣な伊勢のまちづくりに取り組んでいます。それが「市民活動」であり、「市民公益活動」というものです。

このような活動を進める皆さんをサポートする場所が、いせ市民活動センターです。活動場所を提供したり、交流の場をつくったり、情報発信のお手伝いをしたり、さまざまな相談にのったりしています。

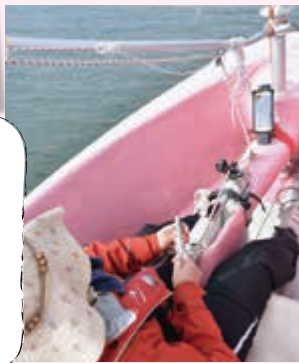
3・4ページでは、いせ市民活動センターを利用している179団体から4つの団体の皆さんの活動を紹介します。今回の特集をヒントに、伊勢のまちの豊かな未来を拓くために、「はじめの一步」を踏み出してみませんか。

# セイラビリティ伊勢

## 誰もがセーリングを楽しめる場を!



参加者の皆さんには、エンジン無しで船が動くことの感動を味わってもらいたいです。そして、海をきれいにすることの大切さを知ってもらいたいです。



「セイラビリティ」とは、障がいのある皆さんのためのセーリング支援活動としてイギリスで始まりました。安定性に優れた小型ヨットを使用するため、障がいの有無や年齢・経験に関係なく、さまざまな皆さんが楽しめる「インクルーシブスポーツ」として世界的にも広がっています。

セイラビリティ伊勢は、平成14年にスタートし、大湊を中心に通常4月～11月に月2回程度、セーリング活動をしています。

魅力は、初心者でも指導者と一緒に練習をすれば簡単に乗れるようになることです。そして、非日常的な時間を過ごせることです。車いすの人も「海の上の方が動きやすい!」と喜んでいきます。



※撮影時のみマスクを外しています。

**いせ市民活動センターの利用方法** 団体の発足時に相談に乗ってもらいました。仲間の募集にも利用しています。

活動に参加してみたい  
皆さんはこちらへ

かげやま 景山さん (☎ 090-2343-7811) ✉ mtkage0167@gmail.com  
URL <http://www.sailability-ise.com>

セイラビリティ伊勢 検索Q



## 子ども未来会議

### 伊勢志摩不登校 ひきこもりを考える会 (サークルぼちぼちいこか)伊勢分会

### 一人で抱え込まず、悩みを打ち明けて進む

不登校やひきこもりは、小学生から大学生、そして大人にまで、どの年代においても起こりうることで、特別なことではありません。

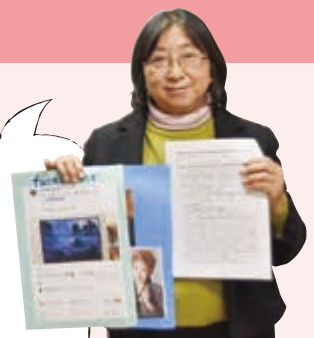
子ども未来会議では、そういった悩みや子育てにおける課題などを共有し、安心して話せる環境をつくっています。参加者の皆さんが少しでも気持ちが楽になるように寄り添いながら話し合っています。引きこもりの当事者も参加しており、悩みを打ち明けています。

最近、コロナ禍のため、不登校・ひきこもりが見えにくくなっています。偏見や生きづらさにさらされていても、自分を否定する必要はないこと・ひとりじゃないことを伝えるために、活動を継続していきます。



参加者の皆さんが話しやすいように、分け隔てなくフラットに聴くことを大切にしています。「悩みを聴いてもらって、気持ちが軽くなった」という言葉を、参加者の皆さんからいただいています。

代表 浦田さん



同じ悩みを抱える皆さんと情報交換することで、その悩みが自分だけじゃないことに気づいてもらえます。そのことが、次へ進むきっかけとなります。

はまぐち 世話役 濱口さん



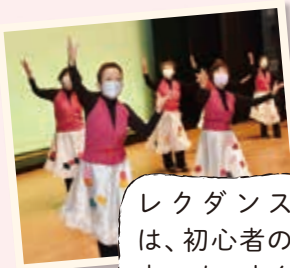
**いせ市民活動センターの利用方法**

会を開催するための場所を借りています。夜間も借りることができるため、仕事などが終わってから、集まることができます。

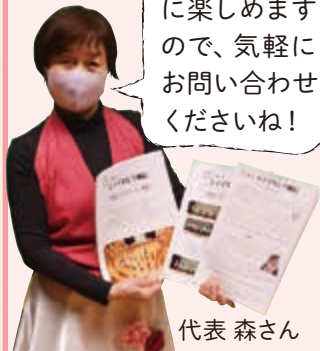
開催日時・入会方法など、詳しくはこちらへ 伊勢代表・浦田さん (☎ 090-6398-6615) ・濱口さん (✉ ZAN20571@nifty.com)

# スマイルレク

## レクダンスを通して、健康に明るく仲間づくり！



レクダンスは、初心者の方でも、すぐに楽しめますので、気軽にお問い合わせくださいね！



代表 森さん

スマイルレクは、現在13のレクダンスのグループで構成されている団体です。レクダンスとは、「いつでも・どこでも・誰もが楽しく踊れること」をテーマに、若者に人気の曲から演歌まで、さまざまな音楽に合わせて楽しめるダンスです。年齢も幅広く、年齢に合わせて振り付けを変えて楽しむことができます。

レクダンスの踊りの隊形は一人踊りや円になって踊るなどがありますが、近年はコロナ禍のため、手をつなはず間隔をとる一人踊りが主流になっています。また、通常であれば年一回、レクダンスパーティーやファンパーティー（忘年会）があり、成果を披露し合ったり、交流したりしています。他にも市民芸能祭やみえスポーツフェスティバルなどのイベントにも参加しています。



いせ市民活動センターの利用方法

広報物の印刷や打ち合わせなどで利用しています。ホームページ制作の講習など、活動に役立つ講習にも参加しています。

活動に参加してみたい皆さんはこちらへ

森さん (☎ 36-0081) ・真崎さん (☎ 28-7023)  
URL <http://www.amigo2.ne.jp/~tokayusa/index.html>

スマイルレク 検索 🔍



# ハイキングクラブ山好会 伊勢よーでる会

## 安全・安心に仲間と登山を楽しむ。山の魅力をたくさんの人に伝えたい！

宇治岳道から朝熊山に登った時は、伊勢市の花であるジングウツツジ(\*)を見ることができました！



一人で山を歩いている方や、登山を基礎から学びたい方、山友をつくりたい方、もちろん初心者の方も大歓迎です！

会長 竹野さん



伊勢よーでる会はハイキングクラブ山好会の伊勢志摩地区の担当として平成6年からスタートしました。現在は、30代から80代まで約30人で活動しています。年間でスケジュールを決めて、月1回の登山を計画しています。例えば、季節の花を楽しむ登山やトレーニングをするための厳しい登山、ゆっくり里山を楽しむ登山、清掃登山など、毎回「山とテーマ」を決めて、幅広くチャレンジしています。

何よりも安全・安心に登ることを第一としています。必ず下見・調査などをして、事前の安全確認を行います。登山の技術・安全への学習も欠かせません。地図を読むだけではなく、さまざまな山の学習をしています。

伊勢志摩には素晴らしい山がたくさんありますので、これからも活動を通して、その魅力を伝えていきたいと思ひます。

いせ市民活動センターの利用方法

持続可能な活動を行うため、毎月、いせ市民活動センターで会議を行っています。

活動に参加してみたい皆さんはこちら

竹野さん (☎ 090-7913-3954)  
URL <http://sankoukai-mie.main.jp/yodel>

伊勢よーでる会 検索 🔍



(※)伊勢市の花として「ジングウツツジ」のほかに、伊勢市の木を「オヤネザクラ」、伊勢市の鳥を「イソヒヨドリ」に制定しています。

# いせ市民活動センターをご利用ください!

いせ市民活動センターは、市民活動に取り組む皆さんのお手伝いをしています。登録団体の皆さんへの情報発信のお手伝いや交流の場づくり、活動場所の提供など、さまざまな活動のサポートを行っています。

## こんなときにご利用ください!

自分たちの活動を  
広くPRしたい。

自分にぴったりの  
ボランティア活動  
を見つけたい。

他の活動団体と  
協力してイベントを  
行いたい。

活動しやすい  
場所が欲しい。

## こんなことができます!

3人以上のメンバーで、いせ市民活動センターへの団体登録ができます。センターに団体登録すると、さまざまなサービスを安価で受けられます。(登録団体限定)



●印刷機の利用  
(大判印刷も可能です)



●会議室の利用  
(100円/時間)

- パソコン相談(ポスター制作・パワーポイント・書類作成など)
- Zoomによるリモート会議の勉強会(無料)
- 非接触型赤外線体温計を無料で貸し出し(要予約)
- リモート会議用のカメラ・スピーカーを無料で貸し出し

センターに登録していなくても、情報収集や市民活動に関する相談をすることができます。



情報コーナー

みんなが集まれる場所、  
みんなで使える場所ですので、  
ぜひご利用ください。



いせ市民活動センタースタッフの皆さん  
※撮影時のみマスクを外しています。

## いせ市民活動センター



開館時間 9:00 ~ 22:00

休館日 水曜日・12月29日  
~翌年1月3日(ただし、水曜日が祝日の場合は、翌日以後の休日でない日)

所在地 岩淵1丁目2-29 ☎ 20-4385 FAX 20-4386

URL <https://skc.e-ise.net>



一人ではできないことでも、  
仲間がいれば  
できることもあるよ!

いせ市民活動センター  
公式キャラクター  
「パルティ」



※「パルティ」という名前は、一般公募で寄せられた候補から選定しました。フランス語で「partir」の「出発する」に由来しています。

# 健康なんでも相談室

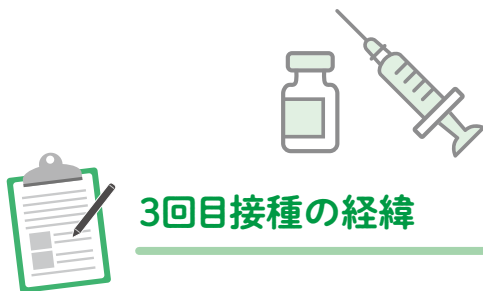
市民の皆さんの健康などに関する素朴な質問に対し、谷崎医師が「総合診療科」の観点から、分かりやすくお答えします。ぜひ、皆さんの生活にお役立てください。

**質問** 新型コロナワクチンの3回目接種について、ワクチンの種類や交互接種によって効果や副反応に違いはありますか？

**回答** ほとんど違いはありません。3回目もファイザーにした場合よりも、3回目をモデルナにした場合の方が抗体価が上がりやすい一方、副反応も多く報告されたというデータがあります。  
※1・2回目をファイザーで接種した人が対象です。



伊勢総合病院  
内科・総合診療科副部長  
谷崎 隆太郎 医師



## 3回目接種の経緯

新型コロナウイルスの変異株であるオミクロン株に対して2回のワクチン接種では予防効果に乏しいことが分かり、全国的に3回目接種が進んでいます。伊勢市ではファイザー社のワクチン(以下、ファイザー)で1・2回目接種を開始した人が多いと思いますが、その後世界中でさまざまな研究などが進められ、全てファイザーで接種するのではなく、3回目だけモデルナ社のワクチン(以下、モデルナ)で接種するという方法も認められるようになりました。



## 3回目接種の効果と副反応

皆さんの中には、3回目だけ違うワクチンを打って効果は大丈夫なのか?といった不安や、ファイザーの2回目の副反応がキツかったから、3回目をモデルナにすることで軽く済むといいな、といった期待を感じている人もいますかと思えます。

まずは効果について、3回目接種後の発症予防効果に関しては、ファイザーで約60%、モデルナで約70%とされており、モデルナの方が若干高く見えますが、個人レベルで実感できる違いではないと考えられます。また、3回目をモデルナにした方が抗体価は高くなりますが、「抗体価の高さ=感染阻止能力」とは限らないので、これもあまり気にする必要はありません。幸い、

いずれも重症化予防効果は長期間保たれており、3回目接種者は未接種者と比べて入院するリスクが約96%も減少するといわれています。

副反応については、米国のデータでは1回目→2回目→3回目をファイザー→ファイザー→モデルナで接種した人は、ファイザー→ファイザー→ファイザーで接種した人よりも、接種部位の痛みなどの局所症状および発熱・倦怠感などの全身症状の頻度が10%程度高かったと報告されています。ただし、ファイザーとモデルナの直接比較ではないことと、やはり個人レベルで実感できる差ではないと考えられるので、**そこまで気にする差ではないと考えられます。**



## オミクロン株の特徴

オミクロン株は確かにデルタ株と比べて弱毒化しましたが、感染力はデルタ株以上であり、オミクロン株による重症者数はデルタ株による数を上回っています。「重症者数=感染者数×重症化率」なので、せっかく重症化率が下がっても感染者数が増えてしまえば、結果的に重症者数は増加します。重症者数が増えれば、本来入院するはずだった新型コロナウイルス感染症以外の病気やケガの患者さんが行き場をなくしてしまいます。

私も含め、もういい加減皆さんも新型コロナウイルスにはうんざりしていると思いますが、自分のためにも他の誰かのためにも、感染症対策をしながら生活していきましょう。

過去の「広報いせ」掲載分は市のホームページでいつでもご覧になれます。



健康なんでも相談室 伊勢市 検索



4月2日～8日は

# 発達障害啓発週間

こども発達支援室 (☎63-5444 FAX) 27-0058)



毎年4月2日は国連の定めた「世界自閉症啓発デー」です。また、4月2日～8日は「発達障害啓発週間」です。発達障がいについて知ること・理解することは、誰もが幸せに暮らすことができる社会の実現につながると考えられています。

## 「発達障がい」を知りましょう

発達障がいとは、脳機能の発達が関係する生まれつきの障がいで、発達の仕方にアンバランスが生じることが特徴です。そのため、対人関係や行動のコントロールが難しかったり、学業などの生活に支障が生じたりすることがあります。発達障がいのある子どもが健やかに成長するためには、発達障がいを早期に発見し、周囲の理解を得て、適切な支援や環境の調整を行うことが重要です。



発達障がいは、育て方やしつけが原因ではありません。

## 主な発達障がいの特性

ASD・ADHD・SLDには、明確な境界線がありません。症状は、年齢や環境により変化・重複することがあります。

### 自閉スペクトラム症 (ASD)

- コミュニケーションが苦手
- 対人関係・社会性の問題
- パターン化した行動、興味・関心のかたより
- 感覚(音・匂い・触覚・味覚など)が過敏または鈍感

### 注意欠如多動症 (ADHD)

- 不注意(集中していない・ぼーっとしている)
- 多動性および衝動性(じっとしてられない・考えるよりも先に動く)

### 限局性学習症 (SLD)

- 「読む」「書く」「計算する」などの特定の領域の学習が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手



## 私たちにできること

対応を工夫することで、見通しが立てられ、安心できる環境をつくることができます。

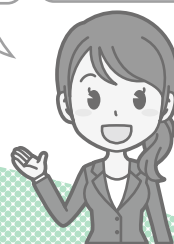
### 対応の一例

- 言葉かけは具体的に、短い言葉で
- 視覚的に伝える(写真や絵を使う)
- 刺激が少なく落ち着ける環境を用意する
- 好きなことから興味の幅を広げる手助けをする
- スモールステップで成功体験を増やす  
(目標を細かく分け、簡単な内容から少しずつ達成していく)

短所と思われることで、見方を変えると長所にもなります。

常識にとらわれない発想や、活動力をプラスのエネルギーに変えることで素晴らしい力が発揮できます。

学習面でも、得意なやり方で学ぶことで力を伸ばすことができます。子どもの思いに寄り添い、温かく見守る姿勢が大切です。



## 子どもの発達に関する相談を行っています

家族や身近な人の気づきが大切です。

子どもの育ちや発達に関することで、気になること・不安なことがありましたら、気軽に同室へ相談してください。

# 子育てのひろば

このコーナーでは、主に妊婦の皆さんから就学までの子どもがいる保護者の皆さんを中心に、役に立つ情報をまとめてお知らせします。



## あそぼう教室 音楽あそび

中央児童センター (☎27-2422 FAX 27-2412)

幼児とその保護者の皆さんが対象の行事です。音楽に親しみながら、親子でふれあい遊びを楽しみましょう。

**とき** 4月21日(木)、10:30~11:10

**ところ** 中央児童センター(福祉健康センター・3階)

**対象** 1歳以上の幼児とその保護者(市内在住または勤務)

**講師** 光田真知子さん

**定員** 20人程度(先着順)

**申し込み** 4月1日(金)から、直接または電話で中央児童センターへ  
※4月4日(月)・11日(月)・18日(月)は休館日のため、申し込みはできません。



## ~ママ安心サポートいせ~ パパとママの教室

健康課 (☎27-2435 FAX 21-0683)

これから始まるはじめての育児。さまざまな体験を通して赤ちゃんのことを考えてみませんか。

**とき** 5月23日(月)、①9:15~10:15・②10:45~11:45

**ところ** 中央保健センター(福祉健康センター内)

**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** 各6組程度

**申し込み** 電話またはファクスで健康課へ

## 親子リフレッシュ ~子どもと一緒に遊ぼう~

いせトピア (☎21-0900 FAX 21-0909)

いせトピアでは、毎月2回・木曜日に、就学前の子どもとその保護者の皆さんを対象に「親子リフレッシュ教室」を開催しています。4月~7月は次のとおり開催します。

親子で触れ合って楽しいひとときが過ごせる、笑顔いっぱい教室です。

**とき** 4月7日・21日・5月12日・26日・6月9日・23日・7月7日・21日、10:30~11:20  
※受け付けは、10:10~10:25です。

**ところ** いせトピア・3階 研修室

**内容** わらべ歌遊び・歌遊び・体操・「いろんな物を作って遊ぼう」など

※事前申し込みは不要です。

※周りと距離を保つため、親子で座れる小さめのレジャーシートを持参してください。

※マスクの着用(保護者のみ)・自宅での検温などの感染症対策へのご協力をお願いします。



## 離乳食教室

健康課 (☎27-2435 FAX 21-0683)

**とき** 4月22日(金)、①10:00~11:00・②11:00~12:00

**ところ** 中央保健センター(福祉健康センター内)

**対象** 市内在住の乳児(生後4~6カ月)の保護者

**内容** 離乳食(初期~中期)の話

**定員** 各8人(先着順)

**持ち物** 筆記用具

**申し込み** 4月1日(金)から、電話またはファクスで健康課へ

「いちご広場」へいらっしゃい!

中島こども園

木造園舎の温もりと

安心・安全な保育環境

詳しくはHPで《お問合せ》☎ 28-2438



ゆうしゅうこども園

★子育て支援教室★

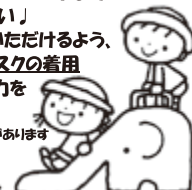
いす組

詳しい日時等は下記 QR コードより HP をご確認ください!

皆様安心してご参加いただけるよう、感染拡大防止の為、マスクの着用・手指消毒・検温にご協力をお願いします!

※新型コロナウイルスの情勢により中止になる場合があります

☎ 0596-23-5225



広告



## 受講者募集

# 家庭教育応援講座

社会教育課 (☎22-7886 FAX 23-8641)

親子のふれあいを通して、絆を深め、子どもの豊かな心を育てましょう。

### ① Let's バレトン with 赤ちゃん + 絵本ふれあい広場

開催日 5月～7月の第2・4水曜日(全6回)

※第4水曜日にバレトン終了後、絵本ふれあい広場を開催します。

#### 内容

・バレトンは、フィットネス・バレエ・ヨガの動きを組み合わせた素足で行う有酸素運動です。産後ケアを中心に、音に合わせて楽しく動き、心と体をリフレッシュさせます。抱っこの子どもが、すやすや眠れる程度の運動です。

※子どもを抱っこしながらのエクササイズです。抱っこひもを持参してください。

・絵本ふれあい広場は、1歳6カ月までの子ども向けの絵本の読み聞かせをします。

講師 バレトン…鈴木 恵美さん、絵本ふれあい広場…小俣図書館スタッフ

対象 1歳6カ月くらいまでの子どもとその保護者

※バレトンと絵本ふれあい広場の両方を受講できる人に限ります。

持ち物 抱っこひも、動きやすい服装、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、汗拭きタオル、飲み物

### ② 親子でリトミック+伊勢あつたか子育て広場

開催日 5月～9月の第1金曜日(全5回)

※リトミック終了後、伊勢あつたか子育て広場を開催します。

#### 内容

・リトミックは、親子のふれあいを大切に、手遊びや歌に合わせて体を動かします。

・伊勢あつたか子育て広場は、毎回テーマに沿って子育て中の悩み解決につながる話をします。個別相談もあります。

講師 リトミック…田中 叶音さん、伊勢あつたか子育て広場…山下 裕子さん・前田 桂子さん(津家庭教育研究会)

対象 0歳～就学前の子どもとその保護者

※リトミックと伊勢あつたか子育て広場の両方の参加を原則としますが、伊勢あつたか子育て広場のみの参加も可能です。

持ち物 レジャーシート、動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物

### ①・②共通事項

ところ 小俣農村環境改善センター・1階 多目的ホール(小俣図書館隣)

開催時間 10:00～10:40(①:バレトン・②:リトミックの時間)

※10:40から、①は第4水曜日に絵本ふれあい広場(15分間)、②は第1金曜日に伊勢あつたか子育て広場(30分間)を開催します。

定員 各15組(初めての人を優先し、申し込み多数の場合は抽選)

申し込み 4月6日(水)(必着)までに、往復はがき(下図参照)またはオンライン上の申し込みページ(下の二次元コードをスマートフォンなどで読み取り)に必要事項を入力し社会教育課へ

※受講の可否は、応募者全員に返信用はがき(オンラインで申し込みの場合、Eメール)でお知らせ(4月下旬発送予定)します。届かない場合は、社会教育課へ問い合わせてください。

※こすると消えるペンは使用しないでください。

#### 往復はがきの書き方

往信用表	返信用表	返信用表	往信用表
63 〒519-0592 住所 小俣町元町 540 社会教育課 宛	何も記入しないでください。	63 〒□□□-□□□□ 住所 氏名様	①講座名 ②住所 ③保護者の氏名 ④子どもの氏名 ⑤子どもの生年月日 ⑥日中連絡のとれる電話番号(連絡がしやすい番号)



## 子どもに関する相談窓口

内容	とき	ところ	問い合わせ先
おしゃべりタイム ※要予約 (妊婦さん・産後ママの交流会)	毎週水曜日	①10:00～11:00 ②11:00～12:00	中央保健センター (ママ☆ほっとテラス)
おっぱい相談会 ※要予約 (助産師による個別相談)	毎週木曜日	10:00～12:00	
子育て相談(巡回) ※要予約 (妊産婦・乳幼児期の保健 (身体計測・栄養相談など))	4月5日(火)	9:30～11:00	二見老人福祉センター
	4月12日(火)		中央保健センター
	4月19日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	ハートプラザみその
	4月26日(火)		小俣保健センター
子育て支援(乳幼児期の子育て全般)	月曜日を除く	9:00～16:00	子育て支援センターきらら館
ひとり親 ※窓口での相談は要予約	月～金曜日	9:00～17:00	子育て応援課
	第2・4月曜日	9:00～19:00	
子どもの発達 ※要予約	月～金曜日	8:30～17:15	子ども発達支援室 (福祉健康センター・3階)

※電話での問い合わせが難しい人は、広報広聴課(FAX 22-9699 区 ise-koho@city.ise.mie.jp)へ問い合わせてください。

## 広告

幼保連携型認定こども園

**めいりん ことども園**

お問い合わせ ☎28-4094

詳しくはWEBを御覧ください <https://meiriny.com/>

子育て支援さくらんぼくらぶ、プチさくらんぼは5月より行います。

【にこにこ】園舎 (明倫小学校おとなり) 満3歳児～5歳児(1号認定・2号認定)

【きらきら】園舎 (旧豊宮崎文庫跡おとなり) 0歳児～2歳児(3号認定)

～幼保連携型認定こども園～

**マリアこども園 園児募集**

2022年度 0.1.3.4.5歳児 入園可能です

施設見学・個別説明会実施中!!

お気軽にお問い合わせ下さい。 TEL 0596-25-7490

まとめて  
ご紹介!

# 補助金・支援などで 暮らしをサポート

市では、誰もが自分らしく暮らしやすいまちを目指して、補助金の交付や支援などを行っています。

今回は、10～15ページにかけて、対象別にまとめて紹介します。

※今年度の新たな補助・支援については、今後の「広報いせ」などでお知らせします。また、その他の補助・支援や詳しい内容などは、市のホームページをご覧ください。



## 対象 住宅・店舗

### 着工前に申請 リフォームなどに補助

商工労政課(☎21-5512 FAX)21-5651)

自ら居住の住宅や事業を営んでいる店舗のリフォーム・増改築工事、店舗新築工事の費用の一部を補助します。

**対象者** 次の要件を全て満たす人

- 市内に住所があり居住している個人、または市内に法人登記している法人(法人については対象者自らが営む店舗の場合のみ)
- 世帯員全員(法人の場合はその法人)が市税を滞納していない
- 過去にこの補助金の交付を受けていない

**対象住宅・店舗**

- リフォーム・増改築工事の場合…対象者が居住する住宅・店舗併用住宅または対象者が市内で事業を営む店舗(借家などの場合は所有者の承諾が必要)
- 店舗新築の場合…小売業(取り次ぎのみの店舗を除く)、理・美容業、クリーニング業、飲食業の店舗

**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
- 令和5年3月31日(金)までに工事を完了し、実績報告をすることができる
- 市内に本社・本店がある法人、または市内の個人事業者が行う工事

**対象外の工事**

- 浄化槽設備工事や公共下水道への排水接続工事、解体のみの工事など
- 申し込み時点で着手または補助金交付決定前に着手している工事
- 住宅・店舗と別棟の倉庫・車庫などの工事、外構の工事など
- 単に機器などの設置、取り替えのみの工事
- 他の補助制度を利用する工事
- 店舗併用住宅の新築工事のうち住宅に関する工事

**補助金額** 工事費(税抜き)の1/10に相当する額

※住宅は10万円、店舗は20万円が上限です。(店舗併用住宅の場合、どちらか一方の多い額の方となります)

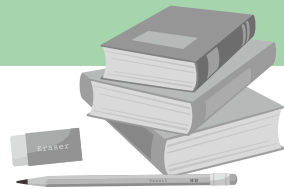
**募集件数** 予算額(1,800万円)に達するまで(先着順)

**申請** 4月1日(金)から、申請書・必要書類を直接商工労政課へ(郵送などは不可)

※募集案内・申請書は商工労政課にあります。また、市のホームページに掲載しています。

対象 **ひとり親家庭**

**就業・就学を支援** 子育て応援課(☎21-5713 FAX21-5555)



**高等職業訓練促進給付金**

次の資格の取得に向けて支援します。

**対象資格** 看護師(准看護師)、保育士、介護福祉士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士、美容師、社会福祉士、製菓衛生師、調理師、診療放射線技師、栄養士、保健師、助産師、管理栄養士、精神保健福祉士、シスコシステムズ認定資格、LPI認定資格 ほか

**対象** 市内に住所を有する20歳未満の子どもを養育しているひとり親家庭の親で、次の要件を全て満たす人

- 児童扶養手当を受給している、または同程度の所得水準である
- 対象資格の取得のため、6カ月以上の教育課程に修学している

支給金額(令和4年度入学者の場合)  
※申請月から支給

- ① 市民税非課税世帯 高等職業訓練促進給付金…月額10万円(最終学年は月額14万円)、高等職業訓練修了支援給付金…5万円
- ② 市民税課税世帯 高等職業訓練促進給付金…月額7万500円(最終学年は月額11万500円)、高等職業訓練修了支援給付金…2万5,000円

**自立支援教育訓練給付金**

適職に就くため、必要な技能・資格の取得に向け、指定の講座を受講し修了した場合、受講料の一部を支給します。

**対象** 市内に住所を有する20歳未満の子どもを養育しているひとり親家庭の親で、児童扶養手当を受給している、または同程度の所得水準である人

**支給内容** 受講料の6割相当額(上限20万円)を修了後に支給

- ※ 専門実践教育訓練給付金は、修業年数×40万円が上限です。
- ※ 受講料が2万円を超えない場合は支給されません。
- ※ 雇用保険法による教育訓練給付金を受給している人は、教育訓練給付金の支給額を差し引いた額を支給します。

**高等学校卒業程度認定試験 合格支援事業**

高等学校卒業程度認定試験合格のための講座を受講した場合に、費用の一部を支給します。

**対象** 市内に住所を有するひとり親家庭の親または子で、次の要件を全て満たす人

- 児童扶養手当を受給している、または同程度の所得水準である
- 同試験に合格することが適職に就くために必要であると認められる

**支給金額** 受講費用の10割相当額(上限25万円)

**注意事項(ひとり親家庭の親向け共通)**

- ・ 事前に子育て応援課へ相談が必要です。
- ・ それぞれ他にも要件がありますので、子育て応援課へ問い合わせてください。また詳しくは、市のホームページに掲載しています。

予算額 2,301万4千円

対象 **①未就学児を2人以上養育している家庭・②65歳以上の皆さん**



**①親子3人乗り自転車の購入費を補助**

子育て応援課(☎21-5561 FAX21-5555)

保育園や幼稚園などへの送り迎えや外出時の利便性の向上・経済的負担を軽減します。

**対象** 市内に住所を有し、申請時に未就学児を2人以上養育している家庭(現に当該所在地に住んでいること)

**注意事項**

- ・ 補助は1世帯1台となります。
- ・ 下記の「①・②の共通事項(自転車購入費を補助の共通事項)」を必ずご覧ください。

予算額 65万4千円

**②電動アシスト自転車の購入費を補助**

高齢・障がい福祉課(☎21-5559 FAX20-8555)

日常生活における移動手段を確保することで、社会参加の促進・心身の健康の増進などを支援します。

**対象** 市内に住所を有する令和5年3月31日時点で65歳以上の人(現に当該所在地に住んでいること)

**注意事項**

- ・ 補助は1人1台となります。
- ・ 下記の「①・②の共通事項(自転車購入費を補助の共通事項)」を必ずご覧ください。

予算額 767万4千円

**①・②の共通事項(自転車購入費を補助の共通事項)**

**対象** 上記の①・②の各対象であって、次の要件を全て満たす人・自転車

- 市税の滞納がない人
- 自転車損害賠償責任保険などに加入している人
- 市が開催する「自転車安全利用講習会」を受講した人
- 市内店舗で購入の新品の該当自転車

※この補助は令和3年度から始まっているため、購入日から6カ月以内の申請であれば補助金を受けられる可能性があります。

- 防犯登録を行っている自転車
- ※①の親子3人乗り自転車の場合、幼児2人同乗基準適合車マークが付いている必要があります。
- ※②の電動アシスト自転車の場合、型式認定を受けている自転車である必要があります。
- 申請者本人が使用する自転車

**補助額**

- 本体購入費用の1/3(税込み・千円未満の端数は切り捨て・上限3万円)

※①の親子3人乗り自転車の場合、幼児用座席・ヘルメットを同時に購入する場合は本体購入費用に含めます。

**申請方法** 交付申請書兼請求書・購入領収書などの必要書類を各担当課(①・②とも市役所東館)へ[郵送可]

- ※ 購入日から6カ月以内に申請が必要です。
- ※ 必要書類の案内や交付申請書兼請求書は、各担当課・3総合支所・9支所にあります。また、市のホームページに掲載しています。
- ※ 「自転車安全利用講習会」について詳しくは、交通政策課(☎21-5508 FAX21-5585)へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

※年度末は混み合うため、早めに申請をお願いします。

対象 75歳以上の皆さん

## 寿バス乗車券を交付

高齡・障がい福祉課 (☎21-5559 FAX 20-8555)

対象 市内に住所を有する75歳以上の人

利用できるバス路線

- 三重交通(株)が市内で運行する一般乗合バス路線(伊勢志摩スカイライン線を除く)
- 市が運行するコミュニティバス路線全線(おかげバス[環状線を含む]・おかげバスデマンド[予約制]・沼木バス)

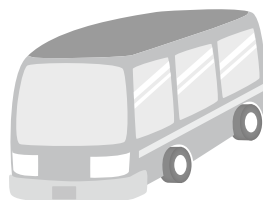
交付内容 100円券40枚、または1回乗りきり乗車券12枚(いずれかを選択)

※身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人や第1種の手帳の交付を受けている人の介護者は、50円券80枚の選択もできます。

有効期間 4月1日(金)～令和5年3月31日(金)

申請方法・受け取り方法

- 令和3年度に交付を受けた人…新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和3年度と同じ券種の寿バス乗車券を郵送します。
  - 令和3年度に未交付の人・4月1日以降に75歳になる人…随時通知をします。通知を確認して申請してください。
- ※感染症拡大防止のため、窓口での交付は行っていません。



対象 高齡者・障がい者の皆さん

## タクシー料金助成券(利用券)を交付

- (1)・(2)②について…高齡・障がい福祉課 障がい福祉係 (☎21-5558 FAX 20-8555)  
 (2)①について ……高齡・障がい福祉課 高齡福祉係 (☎21-5559 FAX 20-8555)

### (1) 重度障害者タクシー料金助成券

対象 次のいずれかの手帳の交付を受けている人

- 身体障害者手帳(下肢機能障がい・体幹機能障がい・移動機能障がいの1～3級、視覚障がい1・2級、内部障がい1級)
- 療育手帳A1・A2
- 精神障害者保健福祉手帳1～3級

※自動車税の減免措置を受けている人や、施設へ入所している人は対象外です。

交付枚数 600円分の助成券を1カ月につき3枚

※600円未満の端数料金にも利用できます。ただし、お釣りは出ません。

申請 該当する手帳・令和3年度分の助成券(持っている人)を持参し、高齡・障がい福祉課障がい福祉係または3総合支所生活福祉課へ

### (2) リフト付タクシー料金助成券(利用券)

対象 次のいずれかに該当する人で、一般の交通機関を利用することが困難な人

- ①65歳以上で、寝たきり、または歩行に全介助が必要な人
- ②身体障害者手帳(下肢機能障がい・体幹機能障がい・移動機能障がいの1～3級)の交付を受けていて、外出時に車いす、または移動寝台車が必要な人

交付枚数 1,000円分の助成券(利用券)を1カ月につき6枚  
 ※乗車料金が1,000円未満の場合でもその乗車料金の助成券を利用できます。ただし、乗車料金が1,000円以上となった場合の端数の支払いのために利用することはできません。

申請 令和3年度分の助成券(利用券)[持っている人]・介護保険被保険者証(①の人)・身体障害者手帳(②の人)を持参し、高齡・障がい福祉課または3総合支所生活福祉課へ

ご注意! 重度障害者タクシー料金助成券とリフト付タクシー料金助成券(利用券)は重複して交付することはできません。

65歳以上の方で  
 運転免許証を自主返納された方

タクシー運賃 1割引!!

野呂タクシーグループはお客様を大切に、  
 地域社会への貢献と地域最高のサービスの提供を目指します

野呂タクシー ☎0596-22-2188  
 伊勢市小俣町相合 479 <http://www.noro-taxi.com>

訪問歯科診療  
 歯医者が施設やご自宅にお伺いいたします

(安心!) 医療保険+介護保険で治療が可能です

歯が痛い・入れ歯が合わない・うまく磨けない・歯茎が腫れている など…  
 それ以外でも口腔内のお悩みは何でもご相談ください!

杉原歯科 歯科・小児歯科・矯正歯科  
 お気軽にお問い合わせください!

伊勢市馬瀬町352-2  
 TEL・FAX (0596) 35-0805

<https://sugiharashika.com/>

広告

**対象 障がい者の皆さん**

## 軽自動車税(種別割)の減免



課税課 税務係(☎21-5531 FAX)21-5535)

障がいのある人が持っている軽自動車に対し、軽自動車税(種別割)を減免します。減免を受けるためには、毎年申請が必要です。

※減免が受けられるのは1人1台のみです。

**対象** 当該年度の4月1日現在、右表の等級に該当する身体障害者手帳などの交付を受けている人

※普通自動車の税の減免を受けている人は、対象外です。12ページの高齢・障がい福祉課の(1)重度障害者タクシー料金助成券は、軽自動車税(種別割)減免と重複して利用することはできません。

**申請** 5月31日(火)までに、課税課税務係へ

※申請書へマイナンバーの記入が必要です。

※車検証に記載される所有者・使用者ともに障がい者本人でなければなりません。ただし、本人が18歳未満または知的障がい者などの場合は、保護者など障がい者本人と同じ住所の人の名義であれば申請できます。また、車をローンで購入したなどの場合で、所有者が障がい者本人でない場合は、課税課税務係へ問い合わせてください。

※障がい者などが利用できるように改造された車両の減免については、課税課税務係へ問い合わせてください。

※運転免許証の有効期限が令和4年3月31日以前の場合は、更新手続きを済ませてから運転免許証を持参してください。

※新たに申請する人は、申請の際、①対象障がい者の各種手帳、②運転者の運転免許証(コピー可)、③減免を受ける軽自動車の車検証(コピー可)、④納税義務者のマイナンバーカードまたはマイナンバー通知カードを持参してください。なお、代理人が申請する場合、④はコピーでも構いません。また、①～④に加えて代理人の本人確認ができる物(運転免許証など)を持参してください。

### 軽自動車税の減免対象

障がい名	本人運転	家族・介護者運転
視覚障がい	1～4級	
聴覚障がい	2級・3級	
平衡機能障がい	3級	
喉頭摘出による音声機能障がい	3級	
上肢機能障がい	1級・2級	
下肢機能障がい	1～6級	1～3級
体幹機能障がい	1～3級・5級	1～3級
内部障がい	1～3級	
知的障がい	A1・A2	
精神障がい	1級	

※上表の障がい名は抜粋です。記載されていない障がいの場合は、課税課税務係へ問い合わせてください。

※本人運転・家族運転・介護者運転の区分は次のとおりです。

- 本人運転…障がい者本人が軽自動車を運転する場合
- 家族運転…障がい者と生計を同じにする人が、障がい者のために軽自動車を運転する場合(障がい者の社会参加活動のために週1回以上自動車を使用すること)
- 介護者運転…障がい者のみの世帯の障がい者を常時介護する人が、障がい者のために軽自動車を運転する場合(週3回以上、1年以上にわたって継続的に軽自動車を使用すること)

**対象 視覚障がい者の皆さん**

## 専門の訓練士による歩行・生活訓練

高齢・障がい福祉課(☎21-5558 FAX)20-8555)

専門の訓練士による歩行訓練や洗濯・調理・福祉用具の使用などの生活訓練を無料で行います。

**対象** 身体障害者手帳(視覚障がいの1～3級または4級の一部)の交付を受けている人

**訓練回数** 最大10回

**訓練時間** 1回につき1～2時間

**訓練期間** 令和5年3月31日(金)まで

**申し込み** 4月15日(金)までに、身体障害者手帳を持参のうえ、高齢・障がい福祉課へ



広告

村田自動車がいらない車買いとります!

まずは急いでお電話下さい! 査定無料!

☎0596-42-1805

住所 〒519-0606 伊勢市二見町荘370-1  
営業時間 9:30～19:00 定休日 火曜日

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100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**

<ショールーム・事務所> TEL(0596)38-1173 <創業地>  
伊勢市村松1379-59 FAX(0596)38-1170 伊勢市河崎

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

伊勢の畳屋 検索

対象 地域で暮らす高齢者の皆さんを支える団体

## 介護予防・日常生活支援総合事業補助金

福祉生活相談センター(☎21-5712 FAX21-5555)

要支援1・2などの皆さんに対する地域での支え合いによる生活支援(掃除・洗濯・買い物など)や、65歳以上の皆さんに対して、地域の住民組織が地域交流・介護予防を目的とした体操などを定期的に行う「集いの場」を充実させるための支援など、住民の皆さんが生きがい・役割をもって暮らせる地域づくりを支援するため、次の活動を補助金で応援します。

### ①ちよこっと応援サービス(訪問型サービスB)

利用者の自宅を訪問し、日常生活上の掃除・買い物・調理・ごみ出し・草引き・窓ふき・見守りなどの生活支援を行うサービス

### ②ちよこっとデイサービス(通所型サービスB1)

介護予防や孤立の防止を目的に、地域の集いの場で交流を通じて生きがいを持ち、運動・体操・会食などを定期的に行うサービス

### ③つきそい支援サービス(地域介護予防活動支援事業)

利用者・支援者双方の介護予防を目的に、集いの場を開設し、集いの場への送迎を中心に、買い物・通院などのための送迎を伴う付き添いを行うサービス

申込期間 4月1日(金)～5月31日(火)

※申し込みを希望する場合は、現時点で検討している事業内容について事前に確認します。福祉生活相談センターへ連絡してください。

※事業に関する詳しい内容は、募集要項をご覧ください。募集要項は、4月1日(金)以降に福祉生活相談センターにあります。また、市のホームページに掲載します。

対象 事業者の皆さん

商工労政課(☎21-5512 FAX21-5651)

## 創業・事業所移転などに補助

市内で創業や第二創業をする人、また、市外から市内へ事業所移転をする人に対して、必要な経費の一部を補助します。

対象者 次の要件のいずれかを満たす人

- 新たに市内で創業をする人
- 先代から事業を引き継ぎ、引き継いだ事業の業態転換または新規に事業を行う人
- 市外から市内に事業所を移転する人

補助対象経費

- 店舗・事業所の賃料
- 創業などに必要であると明確に特定できる経費(改装のための工事請負費・設備費・マーケティング調査費・広報費)

補助金額

- 賃料…月額家賃の50%(上限10万円)の6カ月分
- 創業支援…補助対象経費の50%(上限50万円で、市外からの移住を伴う場合は上限100万円)

申請 申請書・必要書類を直接商工労政課へ(申請前に商工労政課へ相談が必要です)

※申請は随時受け付けています。 ※審査で交付を決定します。

予算額 1,920万円

## 新商品・新技術の開発などに補助

商工労政課(☎21-5512 FAX21-5651)

新たな製品を創り出す、優れた技術を持つ中小製造業関連の事業者・団体にその経費の一部を補助します。

対象者 次の要件のいずれかを満たす事業者

- 市内の中小製造業者、ソフトウェア・情報処理業者、またはその団体
- 研究開発後1年以内に、市内に事業所を設置する中小製造業者

対象事業 次の要件を全て満たす事業

- 新製品・新技術の研究開発や特許権取得などを行う(令和4年4月1日以降に開始した事業に限る)
- 補助対象経費が200万円以上
- 令和6年1月末までに研究開発が終了する

補助対象経費

- 研究開発費…機械または工具などの購入費、原材料などの購入費、外注加工費など
- 特許権の取得に要する経費…特許などの出願など、弁理士に要する経費

補助金額 補助対象経費から国・県などの補助金額を差し引いた金額の1/2以内(上限200万円)

申請 4月11日(月)～5月25日(水)に、申請書・必要書類を商工労政課へ

※審査で交付を決定します。

予算額 200万円

## 商業魅力アップに補助

商工労政課(☎21-5512 FAX21-5651)

市内の商業・商店街の振興を進めるため、地域住民の皆さんなどのニーズに応えた商業環境の整備や、にぎわい創出に新たに取り組む事業に対し、その事業費の一部を補助します。

**対象団体** 市内に所在する次のいずれかを満たす団体

①商店街振興組合、②事業協同組合(主な組合員が小売業・サービス業)、③商店会などの団体、④商店街連合機関、⑤商工会議所、⑥商工会、⑦公益法人、⑧私立学校(①～⑦の団体と連携して事業を行うものに限る)、⑨まちづくり会社、⑩4以上の中小企業者(小売業・サービス業に限る)で組織された団体で市長が認めるもの(団体の代表者および規約などの定めがあること)

※⑩は、一部対象とならない事業があります。

**対象事業** 新規性・継続性がある事業で、商店街などの組織の強化・計画の策定・魅力の向上・販路の拡大・情報の発信・環境の整備などを行う事業

**申請** 4月1日(金)から、申請書・必要書類を直接商工労政課へ

※令和5年3月31日(金)までに実績報告ができるものに限ります。

※補助対象事業や補助金額・補助率など、詳しくは商工労政課へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

※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。 ※審査で交付を決定します。

予算額 285万円

## 商談会などの出展事業に補助

商工労政課(☎21-5512 FAX21-5651)

市内の中小企業者・団体などが、販路拡大や新規需要開拓のために商談会や見本市などに出席する場合、出展料の一部を補助します。

**対象者** 次の要件を全て満たす、市内に主たる事業所を有する中小企業者または市内に主たる事務所を有する中小企業団体・商工会・商工会議所

- 市内で1年以上事業を行っている
- 市税の滞納がない

**対象事業** 補助金交付決定以降に出展する商談会などで、令和5年3月31日(金)までに実績報告ができるもの

※販売を主とする物産展・即売会などや、市が主催・共催するものは対象外です。

**補助金額**

[対面による商談会の場合]

- 出展に要する小間料に相当する額(国内での出展の場合は上限10万円、海外での出展の場合は上限20万円)
- 出展に要する装飾費に相当する額(国内外ともに上限5万円)

[非対面による商談会(ウェブ商談会)の場合]

- 出展参加費に相当する額(国内外ともに上限5万円)
- 企業情報などの掲載料に相当する額(国内外ともに上限5万円)

**申請** 4月1日(金)から、申請書・必要書類を直接商工労政課へ

※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。

予算額 170万円

## 伝統工芸品等再生事業などに補助

商工労政課(☎21-5512 FAX21-5651)

伝統工芸品産業の振興・後継者育成を進めるため、経費の一部を補助します。

**対象者** 伝統工芸品などの製造・保存・再生に携わる市内の個人・企業・団体

**対象事業** 伝統工芸品などに関する伝統技法の再生、後継者育成、販路開拓のための事業(交付決定後に着手し令和5年1月31日(火)までに終了する事業)

**補助対象経費** 対象事業を実施するために直接要する経費

**補助金額** 補助対象経費から国・県などの補助金額を差し引いた金額の2/3以内(上限30万円)

※1つの年度で1事業者1回限りの交付となります。

**申請** 4月1日(金)から、申請書・必要書類を直接商工労政課へ

※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。

予算額 60万円

### 注意事項(事業者の皆さん共通)

- ・申請書などは商工労政課にあります。また、市のホームページに掲載しています。
- ・その他の要件など詳しくは、商工労政課へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

住民税非課税世帯の皆さんへ // 4月19日(火)まで //

## 臨時特別給付金「支給要件確認書」の提出はお済みですか？

臨時特別給付金室(旧消防本部・1階) (☎63-6756 FAX 28-9020)

住民税非課税世帯などを対象とした「臨時特別給付金(1世帯あたり10万円)」について、1月から支給手続きを開始しています。市から送付した「支給要件確認書」の提出がまだの人は、4月19日(火) [当日消印有効] までに、提出してください。

なお、新型コロナウイルス感染症の影響により「家計が急変した世帯」への給付金の支給対象となる人の申請は、9月30日(金)まで受け付けています。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

※提出する書類に記載漏れや添付忘れなどの不備があると、給付金の受給が遅れたり、支給できなかったりする場合がありますので、注意してください。

臨時特別給付 伊勢市 検索 🔍



内閣府コールセンター ☎0120-526-145 (通話料無料)

※受付時間は、9:00~20:00(土・日曜日・祝日も対応)

誰もが暮らしやすいまちを目指して

視覚障がい者向け

県内初

## 音声案内アプリを使った実証実験を行いました

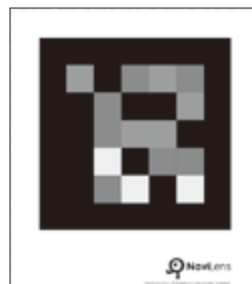
高齢・障がい福祉課 (☎21-5558 FAX 20-8555)

1月30日、県内では初めて、視覚障がい者向け音声案内アプリ「ナビレンス」の実証実験を行いました。

このアプリは、あらかじめ位置や情報を登録したマーク(ナビコード)を壁や柱などに付け、アプリを登録したスマートフォンなどの端末をかざすことで、マークまでの距離や登録した情報を音声で確認できるものです。操作者とマークに距離があっても焦点を合わせることなく認識でき、素早く読み取ることができます。

実験では、伊勢市視覚障害者福祉会の協力を得て、市役所・1階正面玄関から目的地の東館・1階の高齢・障がい福祉課の窓口に向かう約50メートルの距離にマークを設置し、視覚に障がいのある3人の皆さんにアプリを操作体験してもらいました。

体験した皆さんからは「正面玄関の入り口を見つけやすかった」「場所を見つけるには有効」「感度がすごく良かった」「自動販売機の商品や食堂のメニューなど欲しい情報を得ることができる」「スマホにも馴染んでいく必要がある」など、たくさんの意見・感想をいただきました。



ナビコード(見本)

ナビコード





5・7・5で伝えよう!

男女共同参画をテーマにした

## 川柳を募集

市民交流課内・NPO男女共同参画れいんぼう伊勢  
(☎21-5513 FAX21-5642)

男性も女性もお互いを思いやり、尊重し、生き生きと生活できる男女共同参画社会をイメージした、親しみやすく楽しい川柳を募集します。家事・育児・学校・職場など、普段の生活の中での出来事や日頃の思いを5・7・5で表現してください。

入賞者には副賞を贈呈します。

**応募資格** 市内在住または通勤・通学している人

**応募可能数** 1人3点まで(自作・未発表のもの)

**申し込み** 5月16日(月)必着までに、住所・氏名・年齢・電話番号などの連絡先・川柳作品を記入(様式は自由)し、直接または郵送・ファクス・Eメールで同課(〒516-8601 岩淵1丁目7-29、☎kouryu@city.ise.mie.jp)へ

第1回(令和3年度)最優秀賞

お互いに 補いあえば いいんやに うさこさん 作

## 4月1日(金)から 登録対象者を拡大 / 恋活マッチングサポート

いせ出会い支援センター(☎21-1322)

市が同センターで実施中の、結婚を希望する皆さんへの出会いサポート事業「恋活マッチングサポート」の登録対象者を、4月1日(金)から次のとおり拡大します。

**拡大後** 市内在住または「いせむすび」登録企業の従業員で、鳥羽市・志摩市・玉城町・度会町・大紀町・南伊勢町・明和町在住の20歳～60歳の独身の人

**拡大前** 市内在住で、20歳～60歳の独身の人

### 恋活マッチングサポート

登録者の価値観を知ることができるプロフィールを閲覧し、気になる人に顔合わせを申し込むことができます。顔合わせが成立した場合、同センターにて職員同席のもと30分間お話しをして、お互いを知っていただきます。

### いせ若者応援ネットワーク「いせむすび」

従業員の結婚を支援し、働きやすい職場環境づくりに取り組んでいる企業・団体の皆さんに登録していただくもので、同センターから、イベントの情報提供や出張セミナーなどを行っています。

※登録企業・団体の一覧は、同センターのホームページに掲載しています。



いせ出会い支援センター 検索 [URL https://ise-deai.jp](https://ise-deai.jp)



## 愛犬に 狂犬病予防注射を

環境課(☎21-5541 FAX21-5642)



狂犬病は、人を含む全ての哺乳類が感染し、発症するとほぼ100%で死に至る恐ろしい病気です。

狂犬病予防注射は、法律で4月1日～6月30日の期間に接種することと定められています。下表の動物病院で必ず予防注射を受けさせてください。

なお、集合注射は実施しませんので、動物病院での接種をお願いします。

### 死亡届・変更届が必要です

飼い犬が死亡した場合や、住所・所有者の変更があった場合は、必ず環境課へ届け出てください。死亡届と市内から市内への住所・所有者の変更届は、オンライン申請が可能です。市のホームページまたは右の二次元コードから申請してください。



死亡届



市内の住所・所有者変更届

### 市内の動物病院(右表のとおり)

※どの病院でも注射を受けることができます。

※予約が必要な場合などがあります。また、予防注射に併せて診療など別途費用がかかることがあります。詳しくは各動物病院へ事前に問い合わせてください。

※市外の動物病院で予防注射をした場合、動物病院で発行される注射済証明書を環境課へ持参し、注射済票の交付を受けてください。

**予算額** 141万9千円(全額が注射済票交付手数料などの収入を充当)

病院名	所在地	電話番号
タキクラ犬猫病院	宇治浦田3丁目44-5	☎24-9595
くまひげ犬猫病院	河崎3丁目8-26	☎27-0028
いせしまペットクリニック	一志町2-35	☎20-7260
マワタリ動物病院	辻久留3丁目15-17	☎23-2584
伊勢の杜動物クリニック	黒瀬町641-10	☎65-5130
フジサト動物病院	旭町204-3	☎20-1555
中村獣医科	村松町4-16	☎37-2428
ひかり動物病院	二見町山田原148-2	☎43-5550
宮川のほとり動物病院	小俣町元町197	☎72-8770
こんどう動物病院	小俣町宮前724	☎22-3929
にしで動物病院	小俣町湯田700-1	☎20-5965
メイプル動物病院	御園町王中島99-5	☎31-3011

# 住所異動・証明書交付の 手続きをお忘れなく

戸籍住民課(☎21-5547 FAX 21-0010)

転勤・就職・進学などで引っ越しし、住所が変わる場合は、必ず届け出をしてください。

また、受付窓口が混雑していると、届け出や証明書(住民票・戸籍謄抄本など)交付申請などの手続きの待ち時間が長くなることがありますので、時間に余裕を持ってお越しください。



**受付窓口** 戸籍住民課、3総合支所生活福祉課、9支所

**受付時間** 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)、8:30～17:15(戸籍住民課のみ月曜日は19:00まで)

## 手続きをしていただくときのお願い

### ●受付窓口へ来た人の 本人確認が必要です

**本人確認に必要な持ち物** 公的な顔写真付きの本人確認書類(運転免許証・パスポートなど)

※公的な顔写真付きの本人確認書類がない人は、健康保険被保険者証・年金手帳・介護保険被保険者証・学生証などを2種類持参してください。

### ●マイナンバーカードを持参してください(マイナンバーカードを持っている人)

住所・氏名が変更となる場合は、券面記載事項の変更が必要ですので、必ず持参してください。なお、この手続きは、**戸籍住民課**または**3総合支所生活福祉課**でのみ行うことができます。

※住民基本台帳用の暗証番号(数字4桁)の入力が必要です。

※同一世帯の人の変更手続きも可能ですが、対象の人のマイナンバーカードと上記の暗証番号の入力が必要です。

## 住所異動の手続き

手続きができる人 → **異動する本人または世帯主**

※別世帯の人が手続きをする場合は、委任状が必要です。

※同一世帯の人が手続きをする場合は、世帯主の印鑑を持参すれば委任状は不要です。

	転出 〔市内から市外に住所を移すとき〕	転入 〔市外から市内に住所を移したとき〕	転居 〔市内で住所を移したとき〕
届け出期間	転出するおおむね14日前から	住み始めてから14日以内	新しい住所地に住み始めてから14日以内
持ち物 〔該当する物を持参〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>●印鑑登録証</li> <li>●または、いせ市民カード</li> <li>●住民基本台帳カード</li> <li>●マイナンバーカード</li> <li>●マイナンバー通知カード(国外へ転出の場合)</li> <li>●国民健康保険被保険者証</li> <li>●後期高齢者医療被保険者証</li> <li>●各種医療費助成の受給資格証</li> <li>●介護保険被保険者証</li> <li>●寿バス乗車券</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●転出証明書</li> <li>●国民年金手帳</li> <li>●住民基本台帳カード</li> <li>●マイナンバーカード</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●住民基本台帳カード</li> <li>●マイナンバーカード</li> <li>●国民健康保険被保険者証</li> <li>●後期高齢者医療被保険者証</li> <li>●各種医療費助成の受給資格証</li> <li>●介護保険被保険者証</li> </ul>

※マイナンバーカードまたは住民基本台帳カードを持っている人が住所異動する場合は特例がありますので、戸籍住民課へお問い合わせください。

※国外から転入する人または外国人住民は持ち物が異なる場合がありますので、戸籍住民課へお問い合わせください。

※住所異動の届け出が遅れたときは、5万円以下の過料が科せられる場合があります。

## 手続き・申請に必要なカードの一例をご紹介します



▲マイナンバーカード



▲いせ市民カード・印鑑登録カード



▲おばたタウンカード



▲住民基本台帳カード

### 証明書の交付申請

※下表の人以外が受付窓口で交付申請をする場合は、委任状が必要です。  
※委任状の用紙は受付窓口にあります。また、市のホームページに掲載しています。

証明書		受付窓口			
種別	主な要件	証明書を取得できる人	証明書コンビニ交付サービス 〔利用者証明用電子証明書(4桁の暗証番号)を搭載したマイナンバーカードを持っている人〕	自動交付機(御菌総合支所) 〔暗証番号を登録した、いせ市民カードまたは、おばたタウンカードを持っている人〕	
住民票関係	住民票	市に住民登録をしている 本人、同一世帯の人	カード名義人および名義人と同一世帯の人の分 ※住民票コード・個人番号(マイナンバー)・一つ前の住所以外の前履歴は記載されません。	カード名義人および名義人と同一世帯の人の分 ※住民票コード・個人番号(マイナンバー)・一つ前の住所以外の前履歴は記載されません。	
	住民票記載事項証明書				—
住民票関係	広域交付住民票	市外に住民登録をしている 本人および同一世帯の人で、顔写真付き本人確認書類を持っている人 ※それ以外の人は委任状があっても発行できません。 ※本人確認書類に記載された内容と住民登録の内容が一致していないと発行できません。 ※本籍・転入前住所以外の前履歴は記載されません。	—	—	
	戸籍関係・身分証明書	市に本籍がある	戸籍	カード名義人および名義人と同一戸籍の人の分	—
除籍	本人、配偶者、直系尊属(父母・祖父母など)、直系卑属(子・孫など)		—	—	
戸籍の附票	本人		カード名義人および名義人と同一戸籍の人の分	—	
身分証明書	本人		—	—	
戸籍関係	受理証明	市に届書を出した	戸籍届書の届出人	—	—
印鑑関係	印鑑登録証明書	市に印鑑登録をしている	印鑑登録証(カード)を持参した人 ※それ以外の人は委任状があっても発行できません。	カード名義人の分のみ	カード名義人の分のみ
住民税関係	所得(課税)証明書 課税・非課税証明書	1月1日現在で、市内に居住している	本人(委任を受けた人を含む)	カード名義人の分のみ	—

※住民税関係の証明書については、課税課(☎21-5530 FAX)21-5535)へ問い合わせてください。  
※その他の証明書については、市のホームページをご覧ください。

### 証明書の取得には 便利な証明書の交付サービスを利用してください

証明書コンビニ交付サービスや自動交付機を利用すると、申請書の記入が不要で、簡単な操作により、証明書を取得することができます。市役所の開庁時間外や休みの日にも、証明書を取得することができます。

また、マイナンバーカードの機能を活用し、スマートフォンやパソコンからオンライン申請することで、取得できる証明書もあります。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

#### 証明書コンビニ交付サービス

マイナンバーカードで、住民票の写しや印鑑登録証明書、戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写し、住民税の所得(課税)証明書などを取得できます。

**利用時間** 6:30~23:00(12月29日~翌年1月3日・システムメンテナンス日は利用できません)

※戸籍に関する証明書は、月~金曜日(祝日を除く)・9:00~17:15

#### 利用できる場所

全国のセブンイレブン・ローソン・ファミリーマート・ミニストップなどのマルチコピー機を設置している店舗

※利用の際には、カード本体と有効な利用者証明用電子証明書の暗証番号の入力が必要です。

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

証明書コンビニ交付 伊勢市 検索

#### 自動交付機

いせ市民カードまたは、おばたタウンカードで、住民票の写しや印鑑登録証明書を発行できます。

**利用時間** 7:00~20:00  
(1月1日~1月3日は利用できません)

#### 設置場所

御菌総合支所・玄関横

※利用するにはカードへの暗証番号の登録が必要です。

# 市税の納期内納付にご協力ください

収納推進課 ☎21-55537 (FAX) 21-55535

市民の皆さんに納めていただく市税は、都市・産業基盤の整備や、防災対策、生活環境の改善、教育・福祉の充実、文化の向上など、安全・安心で暮らしやすいまちづくりのために使われています。市税は、納期限までに納めてください。

## 市税の納付方法

納付方法は、納付書による納付と口座振替による納付の2種類があります。

### ① 納付書による納付

納付場所 金融機関、コンビニ、スマートフォン、市役所など

※詳しくは、納付書の裏面に記載しています



### 納付書

### ② 口座振替による納付

口座振替の手続きをしておくと、納期ごとに指定口座から振替納付されます。

なお、振替日はそれぞれの納期限の日です。

### 取扱金融機関

百五銀行、みずほ銀行、三菱UFJ銀行、三十三銀行、中京銀行、桑名三重信用金庫、東海労働金庫、伊勢農業協同組合、東日本信用漁業協同組合連合会、ゆうちょ銀行

申し込み 預貯金通帳・通帳の口座届出印・納税通知書を持参し、取扱金融機関または郵便局・同課・3総合支所生活福祉課・9支所へ

※申し込み手続きから振替開始までに1カ月(ゆうちょ銀行・郵便局の場合は2カ月)程度かかりますので、早めの手続きをお願いします。

## 納期限までに納付した人との公平性を保つために

納期限を過ぎても市税等を納付しない人には、文書・口頭などにより納付をお願いしていますが、特別な事情もなく滞納している場合は、やむを得ず財産を差し押さえ、滞納している市税等に充てることがあります。

また、市税等を納期限までに納付しない場合、納期限までに納付した人との公平性を保つため、延滞金が増算されます。(令和4年は年8.7%)



## ケーブルテレビ番組案内

**伊勢市行政チャンネル(123ch)**  
 広報広聴課 ☎21-55515 (FAX) 22-9699  
 番組制作・放送予算額 1,933万3千円

### 特集番組

市の重要課題や市政に関する情報をお伝えします。  
**4/1~30** 令和4年度の主な事業紹介  
**放送時間** 6時・8時・11時・13時・16時・18時・21時・23時~

### お知らせ番組

各課からのお知らせや市民活動団体・ボランティア団体の情報などをお伝えします。(毎週土曜日更新)  
**放送時間** 7時・9時・12時・14時・17時・19時・22時・翌日0時~

### いせし健康体操

**放送時間** 10時・15時・20時~  
 ※特別番組放送時を除く。

**アイティービーコミュニティチャンネル(121ch)**  
 (株)ZTV伊勢放送局 ☎0120-222-505 (FAX) 27-3844

**いせトピ(15分番組)**(月・水・金曜日の18時に更新)  
 地域の祭りや出来事、さまざまなイベント情報を放送します。  
**放送時間** 6時・8時・10時・11時・12時・16時・18時・19時30分・20時・23時~  
 ※いせトピダイジェストは、翌週の月~日曜日・14時に放送します。

**企画番組**(1日・8日・16日・24日に内容更新)  
**4/1~** もっと!水の惑星紀行・年寄万歳~百歳になったら~伊勢美し国から ほか  
**4/8~** 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① ほか  
**4/16~** ぐるぐるグルメ・皇學館大学大学生TV局 ほか  
**4/24~** ランドスケープ②・お店にGO! ほか  
 ※放送内容・時間などは変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

# 固定資産帳簿の縦覧と課税台帳の閲覧

課税課 固定資産税係 (土地: ☎21-55532 FAX 21-55535 / 家屋: ☎21-55533 FAX 21-55535)

**令和4年度土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧**

とき 4月1日(金)～5月2日(月)(土・日曜日・祝日を除く)  
ところ 課税課固定資産税係

**縦覧できる人・内容**

- ・土地の固定資産税納税者
- …土地の縦覧帳簿(所在、地番、地目、地積、評価額)
- ・家屋の固定資産税納税者
- …家屋の縦覧帳簿(所在、家屋番号、種類、構造、床面積、評価額)

**持ち物**

- ・本人: 身分証明書
- ・代理人: 身分証明書、委任状

※身分証明書: マイナンバーカード・運転免許証など

**課税台帳の閲覧**

とき 随時  
ところ 課税課固定資産税係

**閲覧できる人・内容**

- ・納税義務者: 自己の納税対象となる固定資産
- ・借地借家人: 借地・借家している部分
- ・固定資産を処分する権利のある所有者や破産管財人など: 権利がある部分

**持ち物**

- ・本人: 身分証明書
- ・借地借家人など: 身分証明書、権利関係を証明する物(契約書や裁判所の選任書など)
- ・代理人: 身分証明書、委任状、契約書や裁判所の選任書など権利関係を証明する物

明する物(借地借家人などの代理人の場合のみ)

※身分証明書: マイナンバーカード・運転免許証など  
※課税台帳の閲覧・証明には手数料が必要ですが、縦覧期間中の納税義務者および所有者(代理人を含む)の閲覧は無料です。

**路線価の公開**

宅地評価の基礎となる、全ての路線価を公開します。路線価とは、宅地を評価するために道路に付けられた価格で、地価公示価格(土地売買のときに取引価格の目安となる、国や県が公表している価格)などの約7割となっています。

とき 随時(令和4年度分は4月1日(金)～)

**5月2日は 固定資産税の第1期納期です**

令和4年度の固定資産税・都市計画税の納税通知書と、土地・家屋の一筆一棟ごとの評価額・課税標準額・参考税額などを記載した内訳書を、4月中旬に郵送します。



ところ 課税課固定資産税係  
公開対象 宅地

株式会社 AS110 **AS設備工業**  
水廻りのトラブル **「安心修理」**  
お見積無料  
http://www.as110.co.jp  
〒516-0012 三重県伊勢市通町 42-1 AS110ビル

水道110番 0120-454-110

**水道・蛇口の漏れ**

蛇口からの水漏れ、接続部分からの水漏れ。

基本料金 (税別) **¥6,000**

**トイレのトラブル**

流れが悪い、つまっている。タンクからチョロチョロ音がする。水の流れが悪い。

基本料金 (税別) **¥6,000**

# 図書館へ行こう!

時とき 所ところ 対対象 内内容 定定員 申申し込み

指定管理委託料 1億3,728万7千円  
入館者数 約27万7千人(令和2年度)

## 伊勢図書館



☎ 21-0077 開館時間 9時～19時  
FAX 21-0078 休館日 毎週水曜日、第2金曜日

### おはなし会

時 毎週土曜日、14時30分～ 所 1階・おはなしコーナー  
内 絵本や紙芝居などの読み聞かせ  
第1週目 皇學館大学のおにいさん・おねえさんによるおはなし会  
第2～4週目 読み聞かせボランティアおはなしプーさんによるおはなし会  
第5週目 ストーリーテリング(絵本や紙芝居などを使わずに語るおはなし会)

### あかちゃんえほんのじかん

時 4月28日(休)、11時～ 所 2階・視聴覚室  
内 赤ちゃん絵本の紹介や読み聞かせ、手遊び など

## 小俣図書館



☎ 29-3900 開館時間 9時～19時  
FAX 29-3902 休館日 毎週火曜日、第2金曜日

### おはなし会

①赤ちゃんおはなし会  
時 4月14日(休)、11時～ 定 10組(先着順)  
申 4月2日(出)・9時から、直接または電話で同館へ  
※保護者のみ、マスクの着用をお願いします。  
※当日、発熱や咳などの症状がないか体調を確認のうえ、参加してください。  
②たんぼおはなし会 時 4月9日(出)、15時～  
③ピッポの会・紙芝居 時 4月17日(出)、11時～  
定 各20人(②③とも先着順・当日会議室で受け付け)  
※場所は、①～③ともに2階・会議室です。

### 図書館おはなし会&工作

時 4月23日(出)、15時～ 所 2階・会議室 対 3歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴) 内 おはなしの後、折り紙で「だましぶね」を作ります 定 20人(先着順・当日会議室で受け付け)

### 上映会

時 4月16日(出)、15時～ 所 2階・ホール 内 「ロイヤルコーギー レックスの大冒険」(日本語吹き替え・アニメ・85分)  
定 50人(先着順・当日ホールで受け付け)

### 気になる絵本みつけた!

～みんなで選んではじまるおはなし会～

時 4月2日(出)、15時～ 所 2階・会議室 対 小学生以下(就学前の子どもは保護者同伴) 内 みんなに選んでもらった「気になる絵本」の読み聞かせをします 定 20人(先着順・当日会議室で受け付け)

### 2022年度こどもの読書週間関連行事

#### わくわく☆どきどきブックバイキング

時 4月9日(出)～5月12日(休) 所 児童コーナー 対 小学生以下  
内 食べ物や動物など、いろんなテーマのカードの中から、好きなものを選んでカウンターへ持ってきてね。テーマにちなんだ本が入った「お楽しみ袋」を貸し出します。どんな本が入っているかお楽しみに♪ ※ひとり1日1袋まで。  
※1袋で3冊分の貸し出しとなります。

### 上映会

時 4月10日(日)、14時～(開場は13時45分) 所 2階・視聴覚室  
内 「となりのシムラ1」(129分)  
出演 志村けん ほか ※敬称略 定 40人(当日先着順)

### こどもの読書週間関連行事 ～えほんdeカルタ大会～

時 4月24日(日)、14時～ 所 2階・視聴覚室 対 小学生  
内 取り札が絵本のカルタ大会です。どれだけ取れるか挑戦してみよう! 定 6人(先着順) 申 4月3日(日)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

### こどもの読書週間関連展示

#### ～伊勢図書館の大型えほん ぜ～んぶ見せます!～

時 4月23日(出)～5月12日(休) 所 2階・展示ホール

### 子育て絵本塾

#### ～子どもと楽しむ絵本の時間～

時 5月～令和5年2月の第4火曜日(2月のみ第3火曜日)、10時～(全10回) 所 2階・視聴覚室 対 乳幼児とその保護者 内 毎日の子育てに「昔話」や「わらべ歌」「手遊び」を生かしてみませんか? 絵本の紹介や読み聞かせ、赤ちゃんの成長に合わせたお話をします。参加者同士の交流の場にもなります 講師 堀川美子さん(紙芝居文化の会運営委員) 定 30組(先着順) 申 4月2日(出)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ  
※妊娠中の人は、事前申し込みなしで随時受講できます。

### 東浦奈良男 写真展

時 4月9日(出)～5月12日(休) ※最終日は15時まで。  
所 2階・ギャラリー

### ひらくとビックリ☆のび～る絵本を作ろう!!

時 5月1日(日)、15時～ 所 2階・会議室 対 小学生以下(就学前の子どもは保護者同伴) 内 1枚の紙を、折って、たたんで、パツとひらくと…。あっとおどろく楽しい絵本を作ろう!! 定 10人(先着順) 申 4月10日(日)・9時から、直接または電話で同館へ

### 2022年度第20回読書ラリー 読書ラリー参加者募集

読んだ本のタイトルと感想などを用紙に書きためて、楽しみながら読書記録をつけていこう。たくさん読んだ人には🎁プレゼントがあります。  
時 4月23日(出)～令和5年3月31日(休)  
申 4月23日(出)から、直接同館カウンターへ  
※期間中いつでも始められます。(図書館の利用カードが必要)

### みんなで絵本を作ろう! 企画第13弾

#### 『いちごちゃんとベリーくんのキラキラ☆星あつめ』発表おはなし会

時 4月23日(出)、14時30分～ 所 2階・会議室 対 小学生以下(就学前の子どもは保護者同伴) 内 今年2月の「みんなで絵本を作ろう! 企画」で描いてもらった絵が1冊の絵本になりました。今回は、小俣図書館に住むとしよかんようせいのいちごちゃんとベリーくんが、世界に散らばったお星さまを集めるおはなしです。世界で1冊のオリジナル絵本を読み聞かせします 定 20人(先着順・当日会議室で受け付け)



4月23日は  
「子ども読書の日」  
4月23日～5月12日は  
「こどもの読書週間」



# 三重交通Gスポーツの杜<sup>グループ</sup>伊勢<sup>もり</sup> 前期(5~8月)教室 受講生を募集



三重交通Gスポーツの杜伊勢(県営総合競技場)  
 (☎22-10188 (FAX)22-11586)

**対象** 15歳以上の人(中学生を除く)

**申し込み** 4月14日(必着)までに、教室名・氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号・生年月日を記入し、直接または、はがき・ファクス・Eメールで三重

交通Gスポーツの杜伊勢(県営総合競技場)管理事務所(〒516-0023 宇治館町5-10、[info@nied.sportsstadium.jp](mailto:info@nied.sportsstadium.jp))へ

※複数の教室に申し込みます。

※教室名に朝・昼・夜の区分や曜日などの記載がある場合は、それらも必ず記入してください。

※第2・第3希望があれば記入してください。

※友人との参加を希望する

場合は、「○○さんと一緒に参加」と記入してください。(それぞれの人が記入して申し込みむことが必要です)

※申し込み多数の教室は抽選とし、応募者全員に抽選結果を郵送します。(4月22日(金)発送予定)

※受講決定後に変更・キャンセルを希望する場合は、至急連絡してください。(連絡がないと、受講料を支払っていただく場合があります)

※受講者は、トレーニングセンターを無料で1回使用できます。

※子どもと参加できません。

※都合により講師が変更となる場合があります。

なる場合があります。

## 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 前期 (5~8月) 教室

(敬称略)

教室名	講師名	曜日	時間	開催場所	初回目	回数	定員	受講料
朝ヨガ(月)リピーター	河本 千裕	毎週月曜日	10:00~11:15	競技場	5月9日	10回	25人	6,000円
朝ヨガ(火)リピーター	藤原 由佳里	毎週火曜日	10:00~11:15		5月10日		25人	6,000円
整えヨガ	谷口 文	毎週金曜日	10:00~11:15		5月6日		25人	6,000円
夜ヨガ(火)リピーター	藤原 由佳里	毎週火曜日	19:30~20:45		5月10日		25人	6,000円
ほぐすヨガ	小林 知名美	毎週水曜日	19:30~20:45		5月11日		25人	6,000円
バランスヨガ	橋井 由貴	毎週木曜日	19:30~20:45		5月12日		25人	6,000円
朝ソフトヨガ(水)初心者・初級	加藤 千晶	毎週水曜日	10:00~11:15		5月11日		25人	6,000円
朝ソフトヨガ(木)初心者・初級	河本 千裕	毎週木曜日	10:00~11:15		5月12日		25人	6,000円
朝ソフトヨガ(金)初心者・初級	鈴木 恵美	毎週金曜日	10:00~11:15		5月6日		25人	6,000円
昼ソフトヨガ(月)初心者・初級	和田 尚子	毎週月曜日	13:30~14:45		5月9日		25人	6,000円
夜ソフトヨガ(月)初心者・初級	田畑 由美	毎週月曜日	19:30~20:45		5月9日	25人	6,000円	
夜ソフトヨガ(水)初心者・初級	橋本 紫	毎週水曜日	19:30~20:45		5月11日	25人	6,000円	
夜ソフトヨガ(木)初心者・初級	田畑 由美	毎週木曜日	19:30~20:45		5月12日	25人	6,000円	
夜ソフトヨガ(金)初心者・初級	和田 尚子	毎週金曜日	19:30~20:45		5月6日	25人	6,000円	
男のヨガ(男性のみ)	加藤 千晶	毎週水曜日	13:30~14:45		5月11日	25人	6,000円	
リフレッシュハタヨガ	藤原 詠理	毎週木曜日	10:00~11:15		5月12日	25人	6,000円	
背骨の調律エクササイズ	大田 泰子	毎週火曜日	13:30~14:45		5月10日	25人	6,000円	
フラダンス(カウラナ・トヨ)	長谷川 久美	毎週火曜日	10:00~11:15		5月10日	25人	5,500円	
お腹引き締め隊	TAMIKO	毎週火曜日	13:30~14:45		5月10日	25人	6,000円	
ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	荒木 もとみ	毎週月曜日	13:30~14:45		5月9日	25人	6,000円	
すつきりヨガ(初心者・初級)	NAO	毎週月曜日	13:30~14:45		5月9日	25人	6,000円	
ウォーキングエアロ	藤原 由佳里	毎週水曜日	13:30~14:45		5月11日	25人	5,500円	
リラクセスヨガ	和田 尚子	毎週木曜日	13:30~14:45		5月12日	25人	5,500円	
バレトン(木)(フィットネス+バレエ+ヨガ)	YUMI	毎週木曜日	13:30~14:45		5月12日	25人	5,500円	
ズンバ(木)	奥村 博美	毎週木曜日	13:30~14:45	5月12日	25人	5,500円		
ズンバ(金)	大矢 美佳	毎週金曜日	14:00~15:15	5月6日	25人	5,500円		
ソフトピラティス	熊谷 友美	毎週金曜日	13:30~14:45	5月6日	25人	5,500円		
卓球	田中 謙次	毎週木曜日	13:30~16:00	5月12日	30人	5,500円		
太極拳	近田 菊江	毎週水曜日	10:00~12:00	5月11日	50人	5,500円		
シェイプエアロボックス	TAMIKO	毎週金曜日	10:00~11:15	5月6日	25人	5,000円		
硬式テニス1部(経験ありの初級者)	野村 誠 野村 洸太	毎週金曜日	13:00~14:30	5月6日	20人	6,000円		
硬式テニス2部(経験ありの初級者)	野村 誠	毎週金曜日	15:00~16:30		10人	6,000円		
卓球	田中 謙次	毎週火曜日	19:00~21:00	5月10日	30人	5,000円		
バドミントン朝 初級(月)	中西 亮子	毎週月曜日	10:00~12:00	5月9日	20人	6,000円		
バドミントン夜 中級(月)			19:00~21:00		20人	6,000円		
バドミントン朝 初級(水)		毎週水曜日	10:00~12:00		5月11日	20人	6,000円	
バドミントン夜 初級(水)			19:00~21:00			20人	6,000円	
バドミントン朝 中級(木)	毎週木曜日	10:00~12:00	5月12日	20人	6,000円			

令和4年度前期

# 公民館講座の受講生を募集

社会教育課 (☎22-7886 FAX 23-8641)

毎日を健康で心豊かに過ごすため、生涯学習のきっかけづくりとして、25・26ページのとおりに、公民館講座を開催します。

**対象** 市内在住または通勤・通学している15歳以上の人で、開講期間を通して受講できる人(中学生を除く)

**受講料** 5回以上の講座は1000円(別途材料費などが必要な講座あり)

**申し込み** 4月11日(必着)までに、往復はがきに必要事項(下図参照)を記入し、各申込先へ

※1人何講座でも応募できますが、1枚の往復はがきで1人1講座の申し込みになります。また、同一講座への重複申し込みは無効となります。

※令和2年度後期・令和3年度前期・後期に同一講座を受講した人(受講途中でキャンセルした人を含む)は申し込みません。

※申し込みが定員の半数に満たない講座は、中止する場合があります。

※申し込み多数の場合は公開抽選となります。公開抽選は、4月12日(火)・14

## 申し込み・問い合わせ先

- 二見公民館講座…二見公民館 (〒519-0609 二見町茶屋 209、☎42-1117 FAX 42-1125)
- 小俣公民館講座…社会教育課 (〒519-0592 小俣町元町 540、☎22-7886 FAX 23-8641)
- 御蔭公民館講座…御蔭B&G海洋センター (〒516-0806 御蔭町上條 1173-1、☎・FAX 36-4511)

## 往復はがきの書き方

往信用表	返信用裏
63 〒000-0000 <small>返信</small> 〈申込先の住所〉 〈申込先の宛名〉行	何も記入しないでください。

返信用表	往信用裏
63 〒000-0000 <small>返信</small> 住所 氏名様	①講座名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤連絡が付きやすい電話番号 ⑥勤務先または学校名(市外在住者のみ)

時から、小俣公民館・2階会議室で行います。

※受講の可否は、応募者全員に返信用はがきでお知らせ(4月下旬発送予定)します。返信用はがきが届かない場合は、各講座の申込先へ問い合わせてください。

※こすると消えるペンは使わないでください。

### ■2次募集について

定員に満たない講座は2次募集を行います。

4月13日(水)から講座開講日の1週間前まで、電話または窓口で先着順に受け付けます。

※2次募集は、過去に同一講座を受講した人や、鳥

羽市・志摩市・玉城町・度会町・大紀町・南伊勢町・明和町在住の人も応募できます。このことは、伊勢志摩定住自立圏における取り組みの一つです。各講座の応募状況は、各講座の申込先で確認してください。

### ■その他

※講師・日時・材料費などを変更することがあります。

※各講座開講日の1週間前までをキャンセル可能期間とし、それ以降のキャンセルは受付けません。

ンセルは受講料・材料費などを徴収しますので、ご了承ください。

※受講料は各講座の初回に徴収します。初回に欠席した場合は、次の開講日まで各講座の申込先(月々金曜日(祝日を除く)、8時30分～16時30分)で支払ってください。

※大雨特別警報・暴風警報・大雪警報が発表された場合または施設に避難所が開設された場合は休講となります。

公民館講座の募集案内チラシは、社会教育課(小俣総合支所・2階)・二見公民館・御蔭B&G海洋センター・いせトピアなどにあります。また、市のホームページに掲載しています。



予算額 120万6千円(うち受講料収入29万7千円)(いせれも後期分を含む)



## 令和4年度前期 公民館講座

講座名	内容				
	とき	開講日	回数	場所	定員
旅のイタリア語 会話	旅の気分を味わいながら、楽しくイタリア語を学びましょう。				
	第2・4木曜日、18:30～20:00 ※8月は第3・4木曜日	5月12日	10回	二見生涯学習センター・ 2階 研修室2	15人
現代語で読む 古事記① 〈天と地のはじめ ～須佐之男命の 高天原来訪〉	同書における天と地のはじめ(5月)、列島誕生(6月)、イザナミノミコトの死(7月)、禊ぎ(8月)、須佐之男命の高天原来訪(9月)を現代語で読みます。				
	第1火曜日、14:00～15:30 ※5月は第2火曜日	5月10日	5回	二見生涯学習センター・ 2階 研修室2	20人
メンズクッキング	料理に男女の区別はないとは思っていても、なかなかやってみるまではハードルが高いもの。まずは始めてみませんか。				
	第3水曜日、10:00～12:00	5月18日	5回	二見公民館・2階 調理実習室	10人
デコ巻き寿司 春夏編	巻いて楽しい！切る時感動！食べておいしい！ぜひ一緒に季節をお寿司で巻きましょう。				
	第2火曜日、10:00～12:00 ※5月は第4火曜日	5月24日	5回	二見公民館・1階 第1会議室	16人
今から、 取り組もう！ 防災講座	地震・台風・大雨など、災害への備えは重要です。「日々の備え」から、家族の防災力を高めるためのポイントなどを紹介します。				
	不定期火曜日(5月10日・6月7日・7月5日)、 10:45～12:00	5月10日	3回 (無料)	二見公民館・ 1階 第1会議室	20人
小侯町の 遺跡から見た 伊勢市の歴史 (前期)	三重県を代表する旧石器時代のママ田遺跡、縄文時代草創期・早期の石川遺跡、弥生時代のママ田遺跡の遺物を主に展示して、各時代の伊勢市の概要を語ります。(テーマ)5・6月…ママ田遺跡から見た旧石器時代、7・8月…石川遺跡から見た縄文時代、9月…ママ田・六軒屋遺跡から見た弥生時代				
	第3水曜日、14:00～16:00	5月18日	5回	小侯公民館・1階 第1会議室	20人
元気はつらつランチ	元気になるランチを作って沈みがちな気持ちを吹き飛ばし、笑顔で過ごしましょう。				
	第2金曜日、9:30～12:00	5月13日	5回	小侯農村環境改善センター・ 1階 実習室	16人
イベントが楽しく なるパンづくり	イベントを楽しく盛り上げるパンづくりに挑戦します。できたパン(14～16個)は持ち帰りできます。				
	第4水曜日、9:30～12:30	5月25日	5回	小侯農村環境改善センター・ 1階 実習室	12人
デコもち	青森県の郷土菓子「べこもち」を現代版にアレンジします。粘土細工のように組み立て、断面に動物や花などの絵柄が出てきます。食事にも甘味にも合います！不器用な人でも作れます。				
	第3水曜日、10:00～12:00 ※8月は第4水曜日	5月18日	5回	小侯公民館・1階 第1会議室	16人
クラフトバンド 手芸	クラフトバンドで小物・カゴ・バッグなどを作ります。				
	第1月曜日、10:00～12:00	5月2日	5回	小侯公民館・1階 第1会議室	10人
マットピラティス ～女性対象～	ピラティスは、インナーマッスル(体の深部にある筋肉)を鍛えて体の癖を直し、姿勢とボディラインを整えていきます。自分の体を見つめ直してみませんか。				
	毎週木曜日(7月14日まで)、14:00～15:00	5月12日	10回	小侯農村環境改善センター・ 1階 多目的ホール	10人

**2022年度 来春 新年度入学予約 ご案内**

★現在新中3・新中2の部は、各校舎共定員ですのでお詫び申し上げます。

ホームページ

小学生から5教科を指導する本格的な塾！

**エース・スクール**

TEL (0596) 27・0236 (代)

小学生の部 ※○…新入塾生募集中	明野校	伊勢校 (辻久留本部)	馬瀬校
新中1 / 英語、数学、90分授業 / 理科、社会、国語、90分授業 中間、期末テスト対策、特別講義(無料)	○	現在調整中 です	現在調整中 です
新小6 / 180分+特別講義 内容:90分授業週2回(算数・国語・英語)、特別講義(理科・社会)	○	現在調整中 です	○
新小5 / 180分+特別講義 内容:90分授業週2回(算数・国語・英語)、特別講義(理科・社会)	○	○	○
新小4 / 110分+特別講義 内容:110分授業週1回(算数・国語)、特別講義(理科・社会)	○	○	○

小俣公民館講座	わたしと家族の「そうぞく」	「相続」が「争族」にならないための準備を始めましょう！よりよい未来のための「そうぞく」、「ライフ&エンディング」について考える講座です。		不定期月曜日(7月11日・8月1日・9月5日)、10:45~12:00	7月11日	3回(無料)	小俣公民館・3階 講堂	20人
		ファイナンシャルプランナー	筆記用具					
御園公民館講座	伊勢音頭	伝統文化の伊勢音頭の踊りを楽しみながら学びましょう。						
		不定期水曜日(5月18日・6月1日・15日・29日・7月6日・20日・8月3日・17日・31日・9月7日)、19:30~21:30	5月18日	10回	御園公民館・2階 講堂	10人		
	今井崎 隼子	日本てぬぐい、200円(あや棒)						
	みんなよう三味線	初心者向けです。やさしい曲から始めます。伊勢音頭が弾けるようになりましょう。						
		不定期金曜日(5月6日・20日・6月3日・17日・7月1日・15日・29日・8月5日・19日・9月2日)、19:30~21:30	5月6日	10回	御園公民館・2階 講堂	10人		
	小森 多美代	三味線(持っている人)、筆記用具 ※貸三味線代は、1回につき500円です。 ※三味線を持っている人は、はがきに持参と明記してください。						
	野菜と果物で健康づくり	野菜や果物が持つ力を学び、上手にとる方法を学びます。美肌や腸活(腸内環境を整えること)など月ごとのテーマに合わせて試飲もあります。						
		第2火曜日、13:30~15:00	5月10日	5回	御園公民館・2階 研修室2-1	8人		
	TOMOKO	材料費2,000円(5回分・テキスト代含む)、筆記用具						
	ボールを使って体を調整	小さなボールを使ってストレッチや筋トレを行い、筋力アップを目指します。						
不定期土曜日(5月28日・6月11日・7月23日・8月27日・9月10日)、14:30~16:00		5月28日	5回	御園公民館・2階 講堂	10人			
大田 泰子	ヨガマット、飲み物、動きやすい服装							
ハーブ&スパイス	ハーブティーやカレー粉のブレンドなどを学びます。お持ち帰りのハーブやスパイスを家で楽しみましょう。							
	不定期木曜日(5月12日・6月9日・7月14日・8月4日・9月8日)、13:30~15:00	5月12日	5回	御園公民館・2階 研修室2-1	10人			
山路 幸代	材料費5,000円(5回分)、筆記用具							
あなたは大丈夫？フレイル予防	加齢とともに心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態が「フレイル」です。フレイルから介護につながる危険信号を見逃さないための予防法を紹介します。							
	不定期金曜日(7月8日・8月5日)、10:45~12:00	7月8日	2回(無料)	御園公民館・2階 講堂	20人			
ファイナンシャルプランナー	筆記用具							

## 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・後援などをと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。

### 4月 みそか寄席

おかげ横丁「おみやげや(総合案内)」(☎23-8838)

時 4月30日(土)、19:00~(第1部)・21:30~(第2部)

※3月は3月31日(木)に、同時間帯・場所で開催。

所 おかげ横丁「すし久」(宇治中之切町20)

内 (第1・2部とも) 趣きのある建物のすし久での落語会。柱文我などが出演します。笑いの一夜を過ごしませんか

定 各部30人 料 前売り2,200円、当日2,500円

前売り券の販売 おかげ横丁「おみやげや(総合案内)」



時とき 所ところ 対対象 内内容

定定員 料料金 申申し込み

イベント掲示板 & みんなの広場 掲載申し込み締め切り

6月1日号 → 4月15日(金)

6月15日号 → 4月28日(木)

## 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。

### 遺言の日 遺言相続無料電話相談会

三重弁護士会(☎059-228-2232(問い合わせのみ))

時 4月15日(金)、10:00~16:00 内 遺言書の書き方・相続関連の疑問点・相続でトラブルを避けるために今できることなど、遺言と相続の問題全般に弁護士が対応します

相談専用特設電話番号(3回線) ☎059-228-3143(当日のみ)

### 歯のこと何でも電話相談

三重県保険医協会・「保険でより良い歯科医療を」三重連絡会(☎059-225-1071 または ☎059-225-8747)

時 4月17日(日)、10:00~15:00 内 日頃から気になっている「歯に関する悩み」に歯科医師が直接回答します。お気軽にお電話をおかけください

### 五十鈴塾の会員募集!

五十鈴塾(☎20-8251・FAX 20-8253)

時 随時入会可能 所 五十鈴塾(宇治浦田1丁目5-3) 対 誰でも入会可能 内 伊勢の歴史、日本の伝統文化を楽しく学びませんか? 1年更新で、全講座500円割引にて受講できます 料 年会費5,000円 申 事前に、同塾(☎)https://www.isuzujuku.org/へ

※講座内容など詳しくは、同塾のホームページをご覧ください。

# 公民館講座 第3回 スマートフォンを体験してみよう 受講生募集

社会教育課 (☎22-7886) (FAX) 23-8641

スマートフォン購入を  
考え中または、購入したが  
操作に不安がある皆さん、  
楽しく基本操作から学びま  
しょう。練習用スマー  
トフォンを使って、体験しな  
がら学びます。

講座名・とき 下表のとおり

内容 基本操作を学びながら  
活用術を学びます。楽し  
く分かりやすい説明をしま  
す  
ところ 御園公民館・2階  
講堂(御園総合支所併設)  
講師 スマホアドバイザー  
定員 各20人

申し込みについて

対象 市内在住または通  
勤・通学している15歳以上  
の人(中学生を除く)

講座名	とき
①スマートフォン体験講座	5月16日(月)、14:00~16:00
②スマホ決済講座	5月30日(月)、10:30~12:00
③LINE講座	5月30日(月)、14:00~15:30

受講料 無料

申し込み 4月8日(金)必  
着(までに、往復はがきに  
必要事項(下図参照)を記入  
し、社会教育課へ

## 往復はがきの書き方

- ①講座名
- ②住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤連絡が付きやすい電話番号
- ⑥勤務先または学校名(市外在住者のみ)

返信用裏

往信用表

63 〒519-0592 往信 小俣町元町 540 社会教育課 行	何も記入しないで ください。
--	-------------------

返信用表

往信用裏

63 〒000-0000 返信 住所 氏名様	
---------------------------------	--

※公民館講座「スマー  
トフォンを体験してみよう」  
を以前に受講した人は、  
応募できません。

※1人何講座でも応募でき  
ますが、1枚の往復はが  
きで1人1講座の申し込  
みになります。また、同  
一講座への重複申し込み  
は無効となります。

※申し込み多数の場合は抽  
選となります。

※抽選になった場合は、1  
人1講座の受講となりま  
す。(2講座以上に応募  
した場合、いずれか1つ  
の当選となります。)

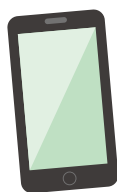
※申し込みが定員の半数に  
満たない講座は、中止す  
る場合があります。

※受講の可否は、応募者全  
員に返信用はがきでお知

らせします。返信用はが  
きが届かない場合は、社  
会教育課へ問い合わせて  
ください。

※このすると消えるペンは使用  
しないでください。

※大雨特別警報・暴風警報・  
大雪警報が発表された場  
合または、施設に避難所  
が開設された場合は休講  
となります。



展示場を  
Youtubeで  
ご案内いたします

伊勢市上地町2691-48  
伊勢市問屋センター内  
**中村 石材店**  
0120-28-5390  
【営業時間】  
平日 8時~18時  
日・祝 10時~18時  
【休業日】 盆・正月  
偶数月の第4水曜日

## Webマーケティング どこから始める?

LP制作 SNS広告

Webでの販促活動はお客様の状況によって様々です。  
結果に結びつく最善の道筋をご提案。  
リスティング広告・LP制作・SNS広告などお任せ下さい  
御社に合わせたやり方で一歩踏み出してみませんか?  
今なら無料でマーケティング入門書プレゼント

千巻印刷産業株式会社 TEL 0596-26-0101  
伊勢市宮後2-9-41 5まき印刷 検索Q

# トピアだより

## 往復はがきの書き方

往信用表

返信用裏

63 往信	〒516-8520	何も記入しないでください。
いせトピア センター講座係		

返信用表

往信用裏

63 返信	〒000-0000	①講座No.( ), 講座名 ②住所 ③氏名 (ふりがな) ④年齢 (親子向け講座は学年を記入) ⑤性別 ⑥電話番号 (連絡がつきやすい番号) ⑦市外在住の場合、勤務先と電話番号を記入 ⑧親子向け講座は保護者の氏名を記入
住所 氏名様		



まな坊

いせトピア (☎ 21-0900 FAX 21-0909)

URL <https://www.isetopia.jp>



指定管理委託料：7,672万5千円  
利用者数：約5万6千人(令和2年度)



5月開講分

## いせトピア センター講座

生涯学習のきっかけづくりとして、29ページの表のとおり、講座を開催します。

**対象** 市内在住または通勤・通学している15歳以上の人で、開講期間を通して受講できる人(中学生を除く)

※親子向け講座の対象は、小中学生です。

※親子向け講座では、必ず子ども1人に対し保護者1人が付いてください。それ以外の講座は、子ども連れで受講はできません。

**申し込み** 4月5日(火)当日消印有効)までに、いせトピアのホームページ(3月25日(金)より公開)から、または往復はがきに必要事項(左図参照)を記入し、いせトピアへ

- ※1人何講座でも応募できますが、1枚の往復はがきで1人1講座の申し込みになります。また、同一講座への重複申し込みは無効となります。
- ※過去1年間に同一講座を受講した人(受講中にキャンセルした人を含む)は申し込みできません(例外もあります)。
- NEWが付いている講座は申し込み可能です。
- ※応募者以外の人は受講できません。
- ※すると消えるペンは使用しないでください。
- ※車いすなど配慮が必要な場合、お知らせください。内容により、介助の人の付き添いをお願いすることがあります。
- 抽選について**  
申し込み多数の場合は、4月12日(火)・14時から、いせトピア・1階会議室1で公開抽選を行います。
- 受講可否のお知らせ**  
公開抽選会後の4月14日(木)に応募者全員にお知らせ(ホームページからの申し込みはEメールで、往復はがきでの申し込みは返信用はがきで)します。返信が届かない場合は、問い合わせてください。
- 2次募集について**  
定員に満たない講座は2次募集を行います。  
4月19日(火)から講座開講日の1週間前まで、電話または窓口

- で先着順に受け付けます。(受付時間：8時30分～22時)
- ※4月19日(火)：8時30分～9時30分は、電話での受け付けのみとします。
- ※2次募集は、受け付け後の連絡はしませんので、日程・準備物などはご確認ください。
- ※2次募集は、過去1年間に同一講座を受講した人や、鳥羽市・志摩市・玉城町・度会町・大紀町・南伊勢町・明和町在住の15歳以上の人も応募できます。このことは、伊勢志摩定住自立圏における取り組みの一つです。
- ※各講座の応募状況は、いせトピアへ問い合わせてください。
- 講座の中止について**  
2次募集をしても応募者が少ない講座は、中止する場合があります。
- キャンセル・欠席について**  
講座開講日の1週間前までキャンセル可能期間とし、それ以降のキャンセルについては、受講料・材料費などを徴収します。また、徴収後に欠席・キャンセルをした場合、返金はしませんのでご了承ください。
- その他**
  - 講師・日程・時間・材料費などを変更することがあります。
  - 大雨特別警報・暴風警報・大雪警報が発表された場合または、施設に避難所が開設された場合は休講となります。

**片付け仕事 不用品の処分 家具移動 タンス1本から 遺品整理**

**引越のことなら 地元のおまかせ下さい!!**

<http://www.tsutaunyu.jp/>

**見積り無料**

小さなものからまるごと一軒

0120 FreeDial **0120-28-3001**

引越 急便 緊急荷物 ☆一個の荷物から集積致します。

**TSUTA TRANSPORT (有) つた運輸**

伊勢市小俣町宮前704の3 TEL(0596)28-3000(代)

パソコン講座 受講料：1,000円(別途テキスト代・教材費が必要)					
No.	講座名	内容			
		講師(敬称略)	とき	開講日	場所
1	<b>NEW</b> パソコンの基礎を学ぶ	電源の入れ方・マウスの使い方から覚えたいという人が対象の講座です。(OSはWindows8.1) 毎週火曜日、13:30~15:30(全10回) ※5月31日は休講 島田 広子	5月10日	パソコン室	12人
2	<b>NEW</b> ワードの基礎を学ぶ (昼)	ワード(2013バージョン)の基本操作を学びます。 毎週木曜日、13:30~15:30(全10回) 高尾 圭一	5月12日	パソコン室	12人
3	<b>NEW</b> エクセルの基礎を学ぶ (昼)	エクセル(2013バージョン)の基本操作(入力・計算・表作成・グラフ作成)を学びます。 毎週水曜日、13:30~15:30(全10回) 浜辺 繁幸	5月11日	パソコン室	12人
4	<b>NEW</b> エクセルの基礎を学ぶ (夜)	エクセル(2013バージョン)の基本操作(入力・計算・表作成・グラフ作成)を学びます。 毎週金曜日、19:30~21:30(全10回) 浜辺 繁幸	5月13日	パソコン室	12人
短期講座 受講料：5回以上の講座は1,000円(別途教材費または材料費が必要な講座あり)					
5	<b>NEW</b> パーソナルカラー 実践編	自分のパーソナルカラーは生かしていますか?今すぐ取り入れられる服のコーディネート・メイクなどの コツを実践的な内容でお伝えします。初回は160色の色布を使ってのコーディネート作りです。 ※この講座では事前のカラー診断は行いません。過去の診断結果を把握したうえで受講してください。 第2・4水曜日、10:00~11:30(全5回) ※7月は第2水曜日のみ 天野 さち	5月11日	学習室3	10人
6	<b>NEW</b> 本場中国の自家製 ラー油作り	スパイシーな本格ラー油を作ります。ラーメン・ギョーザのほか、野菜炒め・焼きそば・マヨラー油はサ ラダにと、万能調味料として使えます。 5月14日(土)、9:30~11:00 ファン・チュン・イェン	—	調理室	5人
7	<b>NEW</b> 梅雨をのりきる薬膳	しとしと雨が続く梅雨時の不調を乗り切りましょう。彩りのきれいな枝豆ご飯・貝とキャベツのスープ・むくみ 対策にとつもちしを使ってもう1品作ります。薬膳茶の試飲もあります。※調理したものは全て持ち帰ります。 5月15日(日)、9:30~12:30 かなえ	—	調理室	10人
8	<b>NEW</b> 骨盤リセットヨガ <1部> ※女性対象	体の中心にあり、全身に影響を及ぼす骨盤の周りをほぐし、鍛え、整えます。誰でもできるヨガです。 ※過去に申し込み多数のため、これまでに受講した人は申し込みできません。 不定期木曜日(5月19日・6月2日・16日・30日・7月14日)、 13:00~14:00(全5回) 石倉 亜紀	5月19日	和室	6人
9	<b>NEW</b> 骨盤リセットヨガ <2部> ※女性対象	体の中心にあり、全身に影響を及ぼす骨盤の周りをほぐし、鍛え、整えます。誰でもできるヨガです。 ※過去に申し込み多数のため、これまでに受講した人は申し込みできません。 不定期木曜日(5月19日・6月2日・16日・30日・7月14日)、 14:15~15:15(全5回) 石倉 亜紀	5月19日	和室	6人
親子向け講座 受講料：無料(別途材料費が必要) ※市内在住の小中学生とその保護者対象					
10	<b>NEW</b> 親子でパン作りに チャレンジ(午前の部)	「焼きカレーパン」を作ります。油で揚げないヘルシーなカレーパンです。講師が作ったパンのお土産付きです。 5月8日(日)、9:30~11:30 荒木 義晃	—	調理室	5組
11	<b>NEW</b> 親子でパン作りに チャレンジ(午後の部)	「焼きカレーパン」を作ります。油で揚げないヘルシーなカレーパンです。講師が作ったパンのお土産付きです。 5月8日(日)、13:00~15:00 荒木 義晃	—	調理室	5組
12	<b>NEW</b> 親子でサイエンス	科学の力を使った「不思議な工作」です。①パタパタ魚(絵の魚が生きているように動きます)・②壁をすり抜ける ボール? (透明な筒の壁をボールがすり抜けます)・③小さくなるお金(貯金箱に入れたコインが小さくなります) 5月21日(土)、9:30~11:30 楠木 宏	—	工芸室	5組

※No.1「パソコンの基礎を学ぶ」に申し込みの場合、No.2~4のワード・エクセルの講座には申し込みできません。  
 ※No.2「ワードの基礎を学ぶ」と、No.3・4「エクセルの基礎を学ぶ」は、「パソコンの基礎を学ぶ」を受講したことがある人または、パソコンの基礎ができる人に限ります。  
 ※No.3・4「エクセルの基礎を学ぶ」・No.8・9「骨盤リセットヨガ」・No.10・11「親子でパン作りにチャレンジ」は、どちらか1つしか申し込みできません。

広告

**弁護士法人 心** 相談料0円 夜間・土日祝相談可 (要予約)

交通事故・後遺障害・過払い金・借金・相続・遺言・企業法務・労務・労災・障害年金(他)

交通事故 後遺障害  
損害賠償 過正等

過払い金

遺言書

障害年金

無料診断サービス

所風弁護士40名以上!!

\*主たる事務所は愛知県弁護士会所属。\*費用には例外や変更もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。\*本広告は令和4年2月時点のものです。

松阪駅 1分

弁護士法人心  
松阪法律事務所  
<三層弁護士会>

津駅 0.5分

弁護士法人心  
津法律事務所  
<三層弁護士会>

平日9時~21時・土日祝9時~18時受付  
(12/31~1/3は除く。本館休館中の休業や臨時  
休館等により受付時間(電話)が異なる場合があります。)

0120-272-782

詳細は → <https://www.kokoro.law>

焼肉  
ODORIBA

げんちゃん

至近 至松阪

TEL 0596-22-7729

営業時間 11:00~14:00 (LO13:45) / 17:00~21:30 (LO20:30) 定休: 水曜日

**ランチがお得!!**

若どりランチ.....693円

Aセット.....880円

**ハラミ・若鳥**  
焼き野菜・ミニサラダ・ライス(ホ)・スープ

Bセット.....1,408円

**ハラミ・若鳥・ホルモン**  
焼き野菜・ミニサラダ・ライス(ホ)・スープ

Cセット.....1,628円

**カルビ・若鳥・ハラミ**  
焼き野菜・ミニサラダ・ライス(ホ)・スープ

※ダイワフーズコーポレーション

生活サポートセンターあゆみ(八日市場町13-1) (福祉健康センター・1階)	☎63-5224	FAX 27-2412
地域福祉課	☎63-5334	FAX 27-2415
中部支所(八日市場町13-1)	☎27-2425	FAX 27-2412
東部支所(二見町茶屋456-2)	☎43-5551	FAX 43-4427
西部支所(小俣町元町536)	☎27-0509	FAX 27-0570
北部支所(御園町長屋2767)	☎22-6617	FAX 22-6604
伊勢市ボランティアセンター・げんこころ一む(小木町曾祢538) (イオンタウン伊勢ラパーク・2階)	☎63-6370	FAX 65-6121

伊勢市社会福祉協議会

伊勢社協

検索



<https://ise-shakyo.jp>

# ● 団体・個人ボランティア募集!

ボランティアで  
地域デビュー☆

ボランティア活動を行う個人・団体の皆さん、ボランティア登録をしませんか?  
ボランティアセンターでは、以下のような取り組みで皆さんの活動をサポートしています。

## あなたにぴったりのボランティア活動をご紹介します!

ボランティアを「したい人」や「してほしい人」からの活動  
相談やマッチング



サロンでの落語 個人ボランティア

## ボランティア活動への第一歩をお手伝い☆

地域ニーズに応じたボランティア入門講座などの開催



子育て支援ボランティア編

## ボランティアに必要な機材の貸し出しや活動の場などを提供!

レクリエーション品、げんこころ一むスペースなど



子育てサロンレクぴよ(皇學館大学レクリエーション部)

## ボランティアに関する情報を提供!

伊勢市社会福祉協議会のホームページや、げんこころにゅーす・メールマガジン・フェイスブックなどで、ボランティア・各種助成金の情報提供や登録団体の活動を紹介しています!



げんこころにゅーす



伊勢市ボランティアセンター・フェイスブック



げんこころ一む・インスタグラム

ボランティア活動を安心・快適に行うために、ボランティア活動保険に加入しませんか? 無償で活動するボランティアが、国内で活動中にけがをしたり、賠償責任を負ったりしたときに、その補償をする保険です。

ボランティア活動保険料(年額)【補償期間:令和4年4月1日~令和5年3月31日】

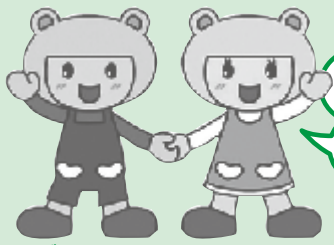
加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン	特定感染症重点プラン(新設)※
保険料	350円/人	500円/人	550円/人

※新型コロナウイルス感染症への補償が拡充されます。



ボランティア登録やボランティア活動保険への  
加入手続きは、伊勢市ボランティアセンターのほか、  
伊勢市社会福祉協議会各支所で行っています。

✉ [ise-vc@mie.email.ne.jp](mailto:ise-vc@mie.email.ne.jp)



げんきくん こころちゃん

●伊勢社協マスコットキャラクター

「げんここ地域福祉通信」は、地域福祉情報をお伝えするコーナーです。

社協はげんきな  
こころ応援します

# げん

## 地域だからできること、企業だからできること、 地域と企業で「福祉のまちづくり」 地域貢献事業所等

誰もが安心して暮らせるまちづくり・元気な地域づくりには、地域の皆さんだけでなく、企業・事業所などの皆さんをはじめ、多くの皆さんによる支え合いが不可欠です。

伊勢市ボランティアセンターでは、平成29年度から、市内で地域貢献活動に取り組んでいる企業・事業所などを対象に「地域貢献企業登録」を始め、現在、**58社**の企業・事業所などが活動しています。(令和4年3月10日現在)

地域貢献活動って  
どんなことを  
しているの？

### 福祉出前トーク・ 地域のイベントへの協力



悪質商法、食の安全安心、認知症予防、体力測定や健康相談など、自社の強みを生かした出前トーク

### 地域の美化運動



海岸などのごみ拾い

### さまざまな事業所での ふくしなんでも相談窓口



目印は、のぼりや  
タペストリー！

### 車両関係の協力



安全運転講習・福祉車両  
貸し出しなど

### 災害備蓄品の提供



備蓄品入れ替えに伴う賞味期限内の備蓄品を、地域の防災訓練や、生活困窮者の食糧支援での活用に提供

登録企業の活動の様子は、伊勢市ボランティアセンターのフェイスブックなどで紹介しています。

右ページの二次元コードを読み取って、ぜひご覧ください。



皆さんの興味がある分野で、  
地域貢献活動を始めてみませんか？

問い合わせ 伊勢市ボランティアセンター・げんこころ一む(☎63-6370 FAX 65-6121)

# 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）

11日は健康の日

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



### 申し込みは4月1日(金)から ヘルスアドバイザーと 健康課の共同企画 ウォーキング大会

ウォーキングは気軽にできる健康法の一つです。市民の皆さんに身近なヘルスアドバイザーと一緒に歩きましょう。  
**とき** 4月15日(金)、13時30分～15時30分(受け付けは13時～)

**集合場所** 御園B&G海洋センター

**対象** 市内在住の人

**内容** 「御園堤防沿いコース(5.5km)」のウォーキング

**定員** 30人(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

### 高齢者用肺炎球菌 定期予防接種

肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぐため、高齢者の皆さんを対象に肺炎球菌定期予防接種を実施しています。

**対象** 接種日に市内に住所を有し、次のいずれかに該当する人

服装・靴、マスク  
**申し込み** 4月1日(金)から、電話またはファクスで健康課へ

※雨天時は中止とします。(開催可否を当日12時30分に決定)

①令和4年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人

②60～64歳で、心臓または腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能に、身体障害者手帳1級程度の障がいがある人

※①の人には、3月下旬に接種券を発送します。②の人で接種を希望する人や、転入した人などで接種券が届いていない人は、接種券を発行しますので健康課へ連絡してください。

※初めて接種する人が対象です。接種券が届いても、すでにニューモバックスNP(23価肺炎球菌荚膜ポリサッカライドワクチン)の接種を受けたことがある人は接種券を使用できません。2回目以降の接種は、全額自己負担となりますので、かかりつけ医へ相談してください。

**接種期間** 令和5年3月31日(金)まで

**接種回数** 1回

**実施場所** 県内の実施医療機関

**費用** 3000円

**持ち物** 接種券、健康保険被保険者証、健康手帳(持っていない人)

申し込み 事前に電話などで実施医療機関へ(要予約)

※接種券は、医療機関で予約票と引き換えてください。

※過去に助成を受けて接種した人には、接種券を送付していません。

※長期にわたり療養を必要とする疾病にかかり、接種対象年齢の時に接種できなかったと認められる人などは、申請することで定期接種ができる場合があります。

※対象者で生活保護を受給している人は、事前申請により無料になります。接種する約1週間前までに、健康課または生活支援課・3総合支所生活福祉課・9支所へ申請してください。

※接種は義務ではありません。接種券に同封されている説明書をよく読み、接種を受ける本人の意思で受けてください。



### よい歯でいきいきコンクール 参加者を募集

一般社団法人伊勢地区歯科医師会では、伊勢市・度会郡在住の80歳以上で歯が20本以上残っている人(治療の有無は問いません)を募集します。

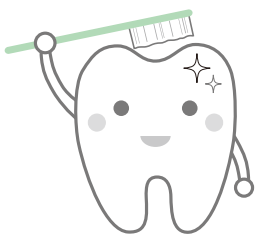
このコンクールは、6月の「歯と口の健康週間事業」の一環として行われるもので、6月5日(日)に、優秀な人の表彰式を行います。

**年齢要件** 昭和17年6月5日以前に生まれた人

**応募方法** 5月12日(木)までに、健康保険被保険者証など年齢を確認できる物を持参し、伊勢市・度会郡の歯科医院(同会会員)で審査を受けてください

※審査料は無料です。

※詳しくは、同会 ☎24-1904 FAX27-3833(月～金曜日(祝日を除く)・9時～16時)へ問い合わせてください。







ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん予防)ワクチン接種の積極的な勧奨の差し控えにより、接種の機会を逃した人を対象に、4月1日(金)から令和7年3月31日までの3年間、定期接種が実施されます。対象者へは順次、案内を送付する予定ですが、案内を待たずに接種を希望する人は、母子健康手帳を準備し、健康課へ連絡してください。

**対象** 平成9年4月2日〜平成20年4月1日に、生まれた女子

※ワクチンは約6カ月間に3回接種します。

ヒトパピローマウイルス  
感染症(子宮頸がん予防)  
ワクチンの定期接種

## 風しんを予防しよう!

市では、風しんを予防し、先天性風しん症候群の発生を防止するため、次のとおり予防接種の助成などを実施しています。詳しくは、市のホームページをご覧ください。



**昭和37年4月2日～昭和54年4月1日  
生まれの男性が対象**

### 風しん抗体検査と定期予防接種(無料)

過去に公的な予防接種を受ける機会がなかった男性を対象に、無料で受けられる風しん抗体検査と定期予防接種(抗体検査で予防接種が必要と診断された人のみ)を令和4年度も延長して実施します。

### 対象者に無料クーポン券を送付

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で令和3年度までに抗体検査を受けられなかった人には、4月中に無料クーポン券を送付します。この機会に抗体検査を受けましょう。※市が発行のクーポン券は、検査・接種日当日に伊勢市に住民登録がある人のみ使用できます。転出した人は転出先の自治体からクーポン券を発行してもらう必要があります。

### 抗体検査は、全国の医療機関で受検可能

抗体検査は、全国の医療機関で受けることができるほか、勤務先の健康診断や特定健診の際にも受けられる場合があります。※クーポン券を使用できる医療機関については、厚生労働省のホームページで確認することができます。※健康診断などでの抗体検査を希望する場合は、勤務先の担当者や健康診断などの実施機関へお問い合わせください。

**妊娠を希望している人などが対象**

### 風しん予防接種費用の一部を助成

**対象** 予防接種時に伊勢市に住民登録があり、次の①～③のいずれかの要件を満たす人

- ①…妊娠を希望している女性で風しん抗体価が低い人
- ②…①の同居者で、風しん抗体価が低い人
- ③…風しん抗体価の低い妊婦の同居者(同居者の抗体価は問いません)

※「抗体価が低い」とは、「HI法で32倍未満、EIA 価8.0未満」などを指します。

※風しん抗体価は風しん抗体検査(血液検査)で分かります。県の風しん抗体検査事業を利用する場合は、伊勢保健所健康増進課(☎27-5137)へ問い合わせるか、県のホームページをご覧ください。

**接種・申請期間** 4月1日(金)～令和5年3月31日(金)

**助成金額** 上限5,000円(1人1回限り)

**接種ワクチン** 風しんワクチンまたは麻しん・風しん(MR)混合ワクチン

※妊娠している人および妊娠している可能性がある人は、予防接種を受けることができません。

※妊娠前の人は、予防接種前1カ月間と予防接種後2カ月間は妊娠を避ける必要があります。

※申請書などについては、市のホームページをご覧ください。

主な相談など

とき	ところ
①成人健康相談・成人栄養相談(成人栄養相談は要予約)	
4月14日(木)	13:30~15:00 ハートプラザみその 中央保健センター
4月21日(木)	
②エイズ、梅毒、B型・C型肝炎検査(完全予約制)	
4月12日(火)	9:00~11:00 伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)
4月26日(火)	

対 象 ①市内在住の人、②県内在住の人  
 問い合わせ ①健康課(☎ 27-2435、FAX 21-0683)  
 ②伊勢保健所(☎ 27-5137、FAX 27-5253)

総務省消防庁 全国版救急受診アプリ「Q助」

症状の緊急度をすばやく判定！救急車を呼ぶ目安にしてください。

Q助 検索



休日・夜間応急診療所(八日市場町)

内科・小児科(☎・FAX 25-8795)、歯科(☎・FAX 27-0829)

診療科目	診療日時	備考
内科・小児科	月~土曜日	19:30~22:00 内科医1人体制
	日曜日・祝日	10:00~12:00
		13:00~17:00 19:30~22:00
歯科	日曜日・祝日	10:00~12:00 13:00~17:00

※上記の診療時間を過ぎると受け付け・診察できませんので、早めにお越しください。  
 ※特別警報発表時など、気象状況により臨時休診となることがありますので、事前に確認してください。

※発熱の症状で受診する場合は、事前に問い合わせてください。症状や状況により、屋外または車中での待機をお願いしたり診察をさせていただく場合があります。  
 ※新型コロナウイルス感染症による影響のため、インフルエンザの検査は行いません(インフルエンザに関する診察は行います)。また、新型コロナウイルス感染症の検査も行っていない。

- 上表の時間・診療科目以外の診察を受けたい場合は、次へ問い合わせてください。
- ・ 救急医療情報センター ☎ 059-229-1199  
 ※つながりにくい場合は、時間をおいてかけ直してください。
- ・ 医療ネットみえのホームページからも、今現在で診療可能な医療機関を検索できます。  
 [URL] <https://www.qq.pref.mie.lg.jp>
- ・ 医療ネットみえ 自動音声・FAX案内サービス  
 ☎ 0800-100-1199(通話料無料)
- みえ子ども医療ダイヤルでは、医療関係者が子どもの急な病気や事故・薬に関する電話相談を受けています。  
 相談時間 毎日、19:30~翌日8:00  
 電話番号 ☎# 8000、☎ 059-232-9955

予算額 成人健康相談・成人栄養相談(24回分)7万5千円、休日・夜間応急診療所1億2,174万7千円(うち診療所収入・他町分担金9,657万2千円)

新型コロナウイルス感染症が心配

～発熱などの症状がある場合～

- ① 外出を控え、かかりつけ医など身近な医療機関に電話で相談してください。
- ② 相談する医療機関に迷う場合は  
**受診・相談センター(伊勢保健所) (☎27-5140)へ相談してください。**

受付時間 9:00~21:00(土・日曜日・祝日も対応)

※21:00~翌日9:00は、三重県救急医療情報センター(☎059-229-1199)へ。  
 ※電話での相談が難しい場合は、ファクス(FAX)059-224-2344またはEメール(✉ kansenta@pref.mie.lg.jp)で相談してください。  
 ※検査は、診察などの結果で必要と判断した場合に実施となります。



美骨STYLE  
Hara Seikotuin Grope

三重県伊勢市小俣町元町197

予約 TEL 0596-63-9066

骨盤矯正・猫背矯正  
無料施術体験  
4/1(金) 限定30名



産後矯正もやっています

広告

# 伊勢総合病院の職員(薬剤師)を募集



## 採用予定日・採用予定人員

令和5年4月採用 } 各 若干人  
令和4年度随時採用 }

(令和4年度の採用日は相談のうえ、決定します)

## 受験資格

地方公務員法の欠格条項に該当せず、当直勤務がで  
き、次の要件を満たす人

※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  
資格を有することが必要です。

### 令和5年4月採用

昭和48年4月2日以降生まれで、薬剤師免許を有する  
人または、令和5年3月に免許取得見込みの人

### 令和4年度随時採用

昭和47年4月2日以降生まれで、薬剤師免許を有する人



試験日 令和4年5月中旬ごろ

## 申し込み

令和4年4月25日(月)〔必着〕までに、受験者本人  
が申込書・必要書類を直接または郵送で同課  
(〒516-0014 楠部町3038)へ

※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。

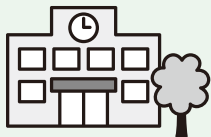
伊勢病院 検索 🔍

子どもに関わる仕事を目指す人・  
興味がある人、就職を控える皆さんへ



# 学習支援員を募集します

学校教育課  
(☎22-7881 (FAX) 23-8641)



次のとおり、学習支援員(会計年度任  
用職員)を募集しています。やりがい  
のある仕事です。あなたの力を貸してく  
ださい!

就業場所 市内の小学校  
仕事内容 子どもの学習面・生活面の支援  
募集人員 4人程度(資格不要)  
申し込み 応募者本人が直接ハローワークへ

※詳しくは、同課へ問い合わせてください。

~学習支援員の皆さん  
にインタビュー~

## 学習支援員の仕事はどのようなですか?

「子どもたちとの信頼関  
係が生まれること」「先生  
方に頼りにしていただい  
ていること」「自分自身を成  
長させられること」が喜び  
でもあり、やりがいでも  
あります。

子どもたちの笑顔  
を見られるのが幸せで  
す。自分自身もいつも  
笑顔で寄り添う支援を  
心がけています。

夏休みや冬休みは出勤日  
でないため、おが子とゆた  
り過ごせます。

学校に関する仕事に携わったことがなく不安  
でしたが、先生や学習支援員同士と子どもたち  
の成長を話し合うことが楽しくなっています。

広告

## 弁護士法人 伊勢駅前事務所 (三重弁護士会所属) 愛知総合法律事務所

相続 遺言 交通事故 借金問題 離婚 労働 企業法務

愛知県本部、各支所合わせて弁護士40名、税理士2名、司法書士1名、社労士2名在籍

アクセス良好な法律事務所! 伊勢市駅から徒歩3分

〒516-0073 三重県伊勢市吹上1丁目7番7号 きりん第6ビル 208号 URL: <https://ise.aichisogo.or.jp/> 土日のご相談は名古屋丸の内本部事務所にて承ります→052-212-5275 まで



## 無料 法律相談

お電話、オンライン、面談での法律相談(初回)  
が可能です。詳しくはホームページを!

愛知総合法律事務所 伊勢駅前 検索 🔍

☎ 0596-20-3010 受付時間: 平日 9:30 ~ 17:30  
ご予約にて夜間の対応も可能

# 情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



## 募集

### お伊勢さん観光ガイドを募集

公益社団法人伊勢市観光協会・お伊勢さん観光ガイドの会  
(☎・FAX 63-6262)

対象 次の要件を全て満たす人

- ・市内または近隣市町在住の人
  - ・18歳以上の人
  - ・伊勢市の観光に関心があり、ボランティアで観光客に伊勢市を紹介したいという意欲がある人
  - ・月3回以上の観光ガイドと予約に対してのガイドができる人
- 申し込み 5月31日(火)までに、所定の申込書(外宮前観光案内所にあります)を同会へ
- ※講習を受け、認定された人に、ガイドの証を交付します。
- ※ボランティアガイドとしての活動は、認定後となり、

感染症の状況などにより予定が遅れることがあります。

外国語が堪能な人もお待ちしています。



(公社)伊勢市観光協会 公式キャラクター 伊勢まいりんくん

### 都市計画審議会委員を募集

都市計画課  
(☎ 21-55991 FAX 21-5585)

市の都市計画などについて調査審議を行う都市計画審議会の委員を次のとおり募集します。市の都市計画にあなただけの思いを生かしませんか。

資格 令和4年4月28日現在、市内在住の20歳以上の人

任期 6月1日～令和6年5月31日(2年間)

※審議会は年間5回程度、月(金曜日(祝日を除く)・昼間に開催予定です。

※必要に応じ、同審議会の専門機関として具体的な案件を調査・検討する委員会を開催します。

募集人数 5人以内

申し込み 4月1日(金)～28日(木)(当日消印有効)に、応募用紙・課題小論文(テーマは「私の考える伊勢の特色を活かしたまちづくり」・A4サイズ・横書き・1200字程度)を、直接または郵送・ファクス・Eメールで同課(〒516-8601岩淵1丁目7-29、

toshikei@city.ise.nie.jp)へ

※応募用紙は同課にあります。また、市のホームページに掲載しています。

選考方法 書類審査で選考

※結果は5月中旬ごろに郵送でお知らせします。

### 総合型地域スポーツクラブ会員を募集

スポーツ課  
(☎ 22-7895 FAX 23-8641)

市内8つの「総合型地域スポーツクラブ」で、令和4年度の会員を募集しています。気軽にできるスポーツ教室のほか、文化教室も開催しています。運動不足を予防するた

めにも、スポーツを始めてみませんか。

申し込み 直接クラブへ

※市役所本庁舎・スポーツ課(小俣総合支所・2階)に、同クラブ合同のパンフレットがあります。

### 総合型地域スポーツクラブ

クラブ名	連絡先
いすゞウキウキクラブ	谷水さん(☎090-7028-6071)
厚生総合型スポーツクラブ	高倉さん(☎090-6768-2529)
みそのスポレククラブ	御園B&G海洋センター内(☎36-4511)
北浜総合型スポーツクラブ	中村さん(☎090-3306-0231)
きだっこクラブ	中山さん(☎090-7683-0099)
おばたスポレククラブ ASREC	小俣農村環境改善センター内(☎20-7733)
ふたみふれ愛クラブ	姫子松さん(☎090-8420-9488)
有緋わくわくクラブ	事務局(☎090-1628-7040)

### 講座・試験

#### 大仏山公園 硬式テニス教室

大仏山公園管理事務所  
(☎ 23-6565)

とき 4月18日(月)～6月15日(水)、①初級・中級コース：毎週月・水曜日・10時～12時、

②初心者コース：毎週火曜日・13時～14時30分(①②とも全8回)

※5月2日(月)～4日(水)は休講します。

ところ 県営大仏山公園・テニスコート

定員 各コース8人(先着順)

受講料 各1万円

申し込み 4月13日(水)までに、受講料を持参のうえ、直接同事務所へ

※天候により期間が延長になる場合があります。

※受講開始後のキャンセルについては、参加費の返金はできません。

### 国税専門官採用試験

名古屋国税局 人事第二課試験係  
(☎ 052-9551-3511)

試験種別 国税専門官(大学卒業程度)

1次試験日 6月5日(日)

2次試験日 7月4日(月)～15日(金)で、いずれか指定する日

受付期限 4月4日(月)まで

※インターネットで申し込みをください。

※受験案内(受験資格)など詳しくは、名古屋国税局のホームページの採用案内をご覧ください。

## 危険物取扱者試験

消防本部 予防課

(☎25-12663 FAX29-0134)

とき

・6月11日(土)・午前：乙種第4類・丙種、午後：甲種・乙種第4類

・6月12日(日)・午前：乙種第1～6類、午後：乙種第4類

ところ シンフォニアテクノロジー 響ホール伊勢

料金 甲種：6600円、乙種：各種4600円、丙種：3700円

申し込み 郵送の場合は4月11日(月)～21日(木)(当日消印有効)、インターネットで申し込む場合は4月8日(金)・9時～18日(月)・17時に、受験願書を一財団法人消防試験研究センター三重県支部へ

※受験案内・願書は、消防本部・消防署(本署・各分署・各出張所)などにあります。

※試験内容など詳しくは、一財団法人消防試験研究センター三重県支部(☎059-2226-8930)へ問い合わせてください。

危険物取扱者乙種第4類試験予備講習

とき 4月20日(水)、9時～16時50分

ところ いせトピア・2階学習室2

内容 危険物取扱者試験の乙種第4類の受験者を対象とした事前講習

定員 24人程度

料金 4200円

※テキスト代が別途必要です(希望者のみ)。

申し込み 4月1日(金)～13日(水)(必着)に、申込書を一般社団法人三重県危険物安全協会へ

※講習案内・申込書は、消防本部・消防署(本署・各分署・各出張所)などにあります。

第二回 伊勢ブランド認定式典を開催

商工労働課内・伊勢市産業振興会事務局 (☎21-5512 FAX23-1138)



第二回

伊勢ブランド認定式典を開催

商工労働課内・

伊勢市産業振興会事務局 (☎21-5512 FAX23-1138)

伊勢ブランドの認定制度は、伊勢独自の特性を持った商品を認定し、情報発信することにより、伊勢のイメージを高めることを目的としています。

このたび、伊勢ブランドをより知っていただくため、次のとおり認定式典を公開します。

とき 4月10日(日)、12時～13時

ところ イオンタウン伊勢ラパーク・1階はあと広場

内容 認定式典、中学・高校生によるアトラクション

※事前申し込みは不要です。混み合う場合、会場整理をすることがあります。

伊勢ブランド 検索Q



もったいない教室

わたしもできる

エコ菜園

伊勢リサイクルプラザ (☎・FAX38-2800)

地球温暖化対策につながる楽しくおいしいエコ菜園の教室です。地球環境を考える第

一步に参加してみませんか? とき 5月14日(土)・6月11日(土)・7月9日(土)・10月8日(土)、10時～12時(全4回)

ところ 伊勢リサイクルプラザ(西豊浜町653)

対象 伊勢市・明和町・玉城町・度会町在住または通勤している人で、全4回参加できる人

定員 15人(先着順)

持ち物 段ボール箱(みかん箱程度の大きさの物)

申し込み 4月1日(金)～28日(木)に、電話で同プラザへ

※申込受付日時は、月～金曜日(祝日を除く)・9時30分～15時30分です。



国民年金保険料と学生納付特例制度

医療保険課 国民健康保険給付係 (☎21-5554 FAX20-8555)

令和4年度国民年金保険料 令和4年度の国民年金保険料は次のとおりです。

日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・コンビニで納めてください。

月額 1万6590円(年額)

19万9080円)

定額+付加 1万6990円(年額20万3880円)

一年前納 19万5550円(納付期限は5月2日(月))

付加前納 20万260円(納付期限は5月2日(月))

二年前納 38万2780円(納付期限は5月2日(月))

学生納付特例制度

学生が届け出をして承認されると、在学期間中の保険料が猶予され、10年以内であれば後払いもできる制度です。

特例期間中の事故や病気については、障がいの程度に応じ、障害基礎年金が保障されます。

同制度の適用を希望する場合は、申請してください。

申請 基礎年金番号通知書(年金手帳)・在学証明書または学生証(コピー可)・マイナンバーカードなどマイナンバーが確認できる物・申請窓口へ来る人の本人確認ができる物(運転免許証など)を持参し、同課または3総合支所生活福祉課・9支所へ

※学生納付特例制度および免除制度は、過去2年分までさかのぼって申請が可能です。(すでに納付済みの分は対象外です)

**伊勢市教育長が決まりました**

職員課

(☎21-5505 FAX21-5522)

伊勢市教育長に岡俊晴<sup>トシハル</sup>さんが、3月市議会定例会で任命同意され、4月1日付けで就任します。



岡 俊晴 教育長

秘密厳守・相談無料

**事業承継で悩んでいませんか？**

三重県事業承継・引継ぎ支援センター

(☎059-253-13154)

(FAX 059-253-13357)

事業承継に悩んでいる全ての中小企業の皆さんを全力で支援します。

「事業承継の進め方が分からない」「後継者がいない」「経営者保証がネックに…」など、事業承継に関するあらゆる問題を気軽に相談できます。国が設置した公的機関なので安心です。

相談可能日時 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)、8

時30分～17時15分

相談場所 同センター(津市

栄町1丁目89-1三重県合同ビル5階)または相談事業者への訪問

申し込み 事前に、電話または申込書に記入のうえ、ファクス・Eメールで同センター

(☐shoukei@niesc.or.jp)へ※申込書は同センターのホームページに掲載しています。



**選挙管理委員会事務局が移転しました**

選挙管理委員会

(☎21-5635 FAX21-5636)

参議院議員通常選挙(令和4年夏予定)および三重県議会議員選挙(令和5年春予定)の執行に向けて、次のとおり同事務局が一時的に移転しました。

移転後 御園総合支所・2階

移転前 市役所東館・4階

※電話番号・ファクス番号は、変更ありません。



御園総合支所

**伊勢警察署だより**

伊勢警察署 (☎・FAX 20-0110)



**クロスボウ(ボウガン)が所持禁止(許可制)に!!**

銃砲刀剣類所持等取締法の一部を改正する法律が、令和4年3月15日に施行されました。クロスボウを持っている人は、令和4年9月14日(水)までに所持の許可または廃棄などの手続きをしなければ、不法所持となります。現在、伊勢警察署生活安全課ではクロスボウの無償回収を実施しています(月～金曜日(祝日を除く)・8:30～17:15)。

詳しくは、伊勢警察署生活安全課(☎・FAX 20-0110)へ相談してください。

里親が育てる。  
社会が支える。

こども家庭相談センター  
(☎21-5716 FAX21-5555)

里親制度を知っていただくためのさまざまな情報の発信をしています。



里親制度に関心をお持ちの人は、南勢志摩児童相談所(☎27-5143)へ問い合わせてください。



厚生労働省 里親制度概要

里親制度 伊勢市 検索

子どもの家庭養育推進官協議会

ライン **伊勢市公式 LINE を紹介します!**

情報発信・各種手続き

伊勢市 LINE 公式アカウント

暮らしに役立つ情報を随時配信。いつでもどこでも知りたい情報が調べられます。



LINE 相談

さまざまな相談がLINEでできます! お気軽に相談してください。

高齢・介護相談

高齢者・介護に関すること

障がい相談

障がいに関すること

その他福祉相談

生活困窮・ひきこもりなどに関すること

子ども家庭相談

子育てや親子関係に関すること

いせし手話サービス

聴覚に障がいのある人が対象(ビデオ通話)

# 4月の無料相談

時とき 所ところ 対対象 定定員 申申し込み 問問い合わせ先

予算額 2億9,687万7千円

(市主催分のみ[子育てのひろば]ページの相談を含む)、一部国・県からの補助金あり

## 法律

※担当弁護士が、既に相手方の相談を受けている場合は、相談を受けることはできません。

時 毎週月曜日、13:30～15:30

所 広報広聴課(☎21-5515)

対 市内に住所を有する人

定 8人(先着順)

申 相談日の1週間前の月曜日・8:30以降、広報広聴課へ来所または電話

## 消費生活・多重債務

消費者被害の相談・クレジット・消費者金融など

時 月～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00

所 伊勢市消費生活センター〔市役所東館・3階〕(☎21-5717)

### 【認定司法書士による多重債務相談】

時 4月21日(木)、9:30～11:30

所 伊勢市消費生活センター

定 4人(先着順)

申 4月1日(金)9:00以降、伊勢市消費生活センター(☎21-5717)へ電話

## 交通事故

時 4月20日(水)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

定 4人(先着順)

申 相談日当日の8:30～14:30に、広報広聴課へ来所または電話

時 火～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00

所 三重県くらし・交通安全課〔三重県庁・8階〕(☎059-224-2201)

## 空家

空家の相続・活用などに関する相談

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 住宅政策課(☎21-5597)

対 市内に空家を持っている人、市内の空家を活用したい人

申 住宅政策課で受け付け後、相談内容に応じて「空き家ネットワークみえ」の構成団体が対応。詳しくは市のホームページ(「空家等に関する相談 伊勢市」で検索)をご覧ください

## 登記

時 4月12日(火)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

定 6人(先着順)

申 相談日当日の8:30～15:00に、広報広聴課へ来所または電話

## 公証 遺言・契約証明

時 4月7日(木)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

申 相談日当日の8:30～14:00に、広報広聴課へ来所または電話

## 行政

国・特殊法人などへの意見・要望など

時 4月12日(火)、13:00～

所 二見生涯学習センター

申 相談日当日の13:00～15:00に、二見生涯学習センターへ来所

問 二見総合支所生活福祉課(☎42-1111)

時 4月19日(火)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

申 相談日当日の13:00～15:00に、広報広聴課へ来所

時 4月26日(火)、13:00～

所 小俣公民館

申 相談日当日の13:00～15:00に、小俣総合支所生活福祉課(☎22-7858)へ来所

## 人権

時 4月14日(木)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

申 相談日当日の8:30～15:00に、広報広聴課へ来所または電話

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 津地方法務局伊勢支局(☎28-6158)

## 家庭児童・女性 児童虐待・DVなど

時 月～金曜日、9:00～17:00

※女性相談のみ第2・4月曜日は19:00までです。

所 こども家庭相談センター〔市役所東館・2階〕(☎21-5709)

## 小中学生

子育ての悩みや不安、不登校・いじめ・友人関係・学習など

時 月～金曜日、8:30～17:00

所 スマイルいせ〔小俣総合支所・3階〕(☎22-7867)

### 【臨床心理士によるカウンセリング(要予約)】

時 月～金曜日、9:00～17:00

対 小中学生、保護者

## 青少年 非行問題など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 青少年相談センター〔小俣総合支所・2階〕(☎22-7894)

## 就職

働くことに悩みを抱える若者の相談など

時 月・火・木～土曜日、11:00～17:00

所 いせ市民活動センター北館(いせシティプラザ)

対 49歳までの人またはその保護者

問 いせ若者就業サポートステーション(☎63-6603)

## 障がい者・障がい児

福祉サービスの利用相談・日常生活の相談支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 障がい者中部地域相談支援センター

「カナナ」(☎21-1130、FAX 27-2412)

・障がい者東地域相談支援センター「リンク」(☎43-4400、FAX 43-4427)

・障がい者西地域相談支援センター「アルフ」(☎24-3009、FAX 27-0570)

## 高齢者

高齢者の介護や福祉の相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 東地域包括支援センター(☎44-1165)

五十鈴地域包括支援センター(☎20-5500)

北地域包括支援センター(☎65-5070)

中部地域包括支援センター(☎27-2424)

南地域包括支援センター(☎21-0080)

西地域包括支援センター(☎20-5055)

## 成年後見

障がい者・高齢者の権利についての相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 伊勢市成年後見サポートセンターきぼう

〔福祉健康センター・1階〕(☎21-1122、

FAX 27-2412)

## 生活に困っている人

生活困窮・ひきこもり・ごみ屋敷など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 伊勢市生活サポートセンターあゆみ

〔福祉健康センター・1階〕(☎63-5224)

## ふくしなんでも相談

日常生活での困りごと・心配ごとなど

時 ①～⑤月～金曜日、8:30～17:00・

⑥木曜日以外、10:00～19:00

所 ①本所ふくしなんでも相談所〔社会福祉協議会本所・ハートプラザみその内〕(☎20-8610)・

②中部支所ふくしなんでも相談所〔社会福祉協議会地域福祉課・福祉健康センター内〕(☎63-5334)・

③東部支所ふくしなんでも相談所〔社会福祉協議会東部支所・二見ふれあいプラザ内〕(☎43-5551)・

④西部支所ふくしなんでも相談所〔社会福祉協議会西部支所・小俣保健センター内〕(☎27-0509)・

⑤北部支所ふくしなんでも相談所〔社会福祉協議会北部支所・ハートプラザみその北側事務所棟〕(☎22-6617)・

⑥(げんこころーむふくしなんでも相談所〔イオンタウン伊勢ラパーク・2階〕(☎63-6370)

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

※電話での問い合わせが難しい人は、広報広聴課 (FAX 22-9699 ✉ ise-koho@city.ise.mie.jp) へ問い合わせてください。

# 新型コロナワクチン接種



新型コロナワクチン 伊勢市 検索 🔍

健康課(新型コロナワクチン接種専用) ☎21-5578または☎070-2248-7761・☎070-2248-7762 FAX21-5719

## ① 子どもへの新型コロナワクチン接種

5歳～11歳の子どもも、新型コロナワクチン接種を受けられるようになりました。

市では、伊勢地区医師会管内の1市4町(玉城町・度会町・大紀町・南伊勢町)合同で3月7日(月)から次のとおり接種を開始しています。国からの小児用ワクチンの供給に合わせて予約枠を用意していますので、接種日程などの情報については、市のホームページやLINEアカウント「伊勢市ワクチン接種予約」などで随時ご確認をお願いします。



**使用するワクチン** ファイザー社(5歳～11歳用)

**接種回数** 2回接種(1回目と2回目は3週間の間隔を空けます)

**接種の対象** 5歳～11歳の子ども ※子どものワクチン接種には、保護者の同意と立ち合いが必要です。

**接種場所(順不同)** 【個別】 神田小児科・さかとく小児科・篠塚小児科・永井こどもクリニック・花田小児科医院・ふじさとこどもクリニック・まつだこどもクリニック・やまなかこどもクリニック・徳田ファミリークリニック  
【集団】 伊勢赤十字病院

### 令和4年1月～3月で12歳に到達した子どもを対象とした接種

4月2日(土)・3日(日)[2回目接種：4月23日(土)・24日(日)]に、福祉健康センターで集団接種を行います。詳しくは、市のホームページまたは市のワクチン接種予約サイトで確認してください。

### ワクチン接種は強制ではありません

接種券に同封のお知らせなどを参考に、子どもと保護者の皆さんなどで十分相談していただき、検討してください。また、周りの人への接種の強制、接種していない人に対する差別的な対応はしないでください。

## ② 3回目接種に関するお知らせ

現在、集団接種および個別接種にて実施しておりますが、5月以降は特設会場や病院会場での集団接種の規模を大幅に縮小していく予定です。接種をお考えの皆さんは、早めの接種のご検討をお願いします。

## 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

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。

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 FAX21-0683

※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 1,197万9千円

人の動き (2月末)	総人口	122,981人 (-65人)
	世帯数	55,871世帯 (+22世帯)
		男性 58,292人 (-29人)
		女性 64,689人 (-36人)

## 広報いせ 第322号

発行日/令和4年4月1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)  
3,155万3千円(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 ※一部ページがないなどの落丁があった場合、広報広聴課へご連絡ください。

URL https://www.city.ise.mie.jp 伊勢市役所 検索 🔍

視覚障がいのある人で、「声の広報いせ」「点字広報いせ」を希望する人は、高齢・障がい福祉課(☎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。

「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。



# 伊勢市



植物油インキで印刷しています。

※この広報紙は、再生紙を使用しています。

※この広報紙を廃棄する際は、雑誌・雑み類として分別してください。



見やすいデザインの文字を使用しています。