



Ise City

広報

いせ

令和5年
(2023年)

10月1日号
No.355

特集

5年ぶり

待ちに待った本格開催!

伊勢まつり

ここ数年、開催規模の縮小や中止が続いていた「伊勢まつり」を、5年ぶりに本格開催します。
 東京ディズニーリゾート® 40周年スペシャルパレードもやってきます。 ← 観覧ルールは6ページ



5年ぶり
待ちに待った本格開催!

伊勢まつり

市民交流課内・伊勢まつり実行委員会事務局 (☎ 21-5549 FAX) 21-5522)

地域最大級のおまつり

「伊勢まつり」は、期間中に12~15万人が訪れる伊勢志摩地域最大級のおまつりで、子どもから大人までみんなが楽しめる内容になっています。

今年は2日間で延べ約180団体が参加し、飲食・展示・体験などのブース出店や、パレード・踊り・太鼓などの演目披露などでまつりを盛り上げます。

今月の特集では伊勢まつりと、それに携わる人・商店街の皆さんなどを紹介します。



ルーツを探る

「伊勢まつり」は、明治28年に始まった「伊勢おおまつり」がルーツにあります。

各地区の法要行事が増え過ぎたため、宇治山田町(伊勢市の前身)のまつりとして「伊勢おおまつり」が誕生し、地域の学校は休みか、半日休みになるほどの、市民全員で作り上げる盛大な市民まつりとなりました。

そして「伊勢まつり」へ

平成19年まで続けられてきた歴史ある「伊勢おおまつり」は、市町村合併に伴い、平成20年から市民が参加して楽しめるまつりに生まれ変わり、現在の「伊勢まつり」に至ります。



7日 9:40~21:00

8日 9:40~17:00

市のホームページ・伊勢まつりFacebook・instagramに伊勢まつりの情報を掲載していますのでご覧ください。また、当日は会場などで伊勢まつりのパンフレットを配布します。

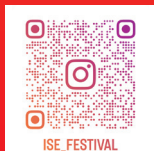
市民有志による実行委員会が企画・運営する伊勢まつりは、パレードやイベント広場でのパフォーマンスなど、さまざまな催しがあります。ぜひ、来て・見て・参加して楽しんでください。



伊勢市
ホームページ



伊勢まつり
フェイスブック
Facebook



伊勢まつり
インスタグラム
instagram

伊勢まつり

検索 🔍

会長インタビュー

今年^{にぎ}は5年ぶりの本格開催。多くの人で賑わうことを期待しています！

伊勢まつり実行委員会

伊勢まつりを企画運営する実行委員会は、主に市内で活動する約70団体で構成し、伊勢まつりの根幹を担っています。現在、5年ぶりの本格開催に向けて、訪れる皆さんが楽しいだけでなく安全に過ごせるまつりにするために準備をしています。

誰もが楽しめる伊勢まつりを目指して

私は、県外で大学時代を過ごし、伊勢に戻ってきました。そして久々に伊勢まつりに触れて、地元伊勢の良さに改めて気付きました。伊勢まつりは地元の心意気を感じられる場であり、帰郷する人にとっても懐かしい



伊勢まつり
実行委員会
会長 東さん

存在です。これからも、誰もが参加しやすく、楽しめるまつりを目指していきます。

時代に即したみんなに愛される伊勢まつりへ

今後は、人口減少や資金などの課題がより一層大きくなっていきます。しかし、誰もが参加し続けたいと思えるまつりであれば、次世代に継承されたいと考えています。そのために地元の皆さんとともに知恵を出し合い、古き良きものを生かしながらも、若い人たちからの新しい意見を取り入れ、より愛されるまつりへと進化させていきたいと思っています。

伊勢市駅前商店街

人と人が触れ合える賑わいの場をつくりたい

これからの伊勢まつり

デジタルのコミュニケーションは便利ですが、人と人が対面で触れ合うことで、生まれてくるものもあると思います。伊勢まつりは文化であり、人と人がつくる賑わいの場だと感じています。

私の伊勢まつり

子どもの頃は、鼓笛隊パレードや木遣りで参加したことを覚えています。また、家業を継ぐために県外から伊勢市に戻ってきてからは、伊勢まつりを盛り上げるために地元の人たちと一緒に出店したことも思い出にあります。



地元^{にぎ}わい抽選会

商品券や活伊勢海老などの景品があります。



配布期間

9月11日(月)～10月8日(日)

抽選日時

10月8日(日)
11:00～15:00

ところ

伊勢市駅前商店街内広場



ガラガラという音や、
当たりを知らせる
ベルの音！
昔ながらの商店街の
雰囲気を楽しんでいっ
てください。

伊勢市駅前商店街
振興組合
専務理事 大西さん

伊勢市駅前商店街として

伊勢まつりの賑わい創出の一助として、「地元^{にぎ}わい抽選会」を実施します。この抽選会は、商店街の対象店舗でお買い物をされた方に抽選券を配り、1枚で1回ガラガラ抽選ができます。

しんみち商店街



- ①しんみち各店超特価セール
- ②しんみちテント市
- ③しんみち屋台村
- ④伊勢名店会テント市

商店街のお店に加え、伊勢の夜祭でつながりのあるお店や、市内にある有志のお店が参加します。

とき 10月7日(土)・8日(日)

ところ

- ① しんみち商店街
- ②・③・④
しんみち駐車場特設会場
[8日(日)はアーケード内にて開催]

家族みんなで楽しめる場をつくりたい!

これからの伊勢まつり!

伊勢まつりは、伊勢に秋の訪れを知らせるまつりです。伊勢を離れて生活する人も、伊勢に戻ってまつりに参加したいと思えるように、協力して盛り上げていきます!!

普段のお店では買えないものもあるかも知れません。ぜひお越しください。



私たちの伊勢まつり!

昔は商店街の青年会が練り屋台を実施していました。練り屋台とは、屋根付きの大きな台車に、商店街の店主や子どもたちが歌舞伎などの衣装をして、商店街の中を練り歩くものです。屋台は5台あり、先頭には三味線を弾く人たちが乗るのが定番でした。

しんみち商店街として!

伊勢まつり当日は、家族で楽しんでもらいたいという気持ちを大事にして、「しんみち各店超特価セール」や「しんみちテント市・しんみち屋台村・伊勢名店会テント市」を実施します。

伊勢銀座新道商店街振興組合
理事長 河村さん(中)
副理事長 山本さん(左)
専務理事 野村さん(右)

高柳商店街



いただきフェス

今年の「いただきフェス」は、約40店舗が参加し、有名店も多数参加します。

とき 10月7日(土)~9日(祝)
10:00~21:30
[9日(祝)は18:00まで]

ところ 高柳商店街

伊勢高柳商店街振興組合
代表理事 奥田さん

地域全体で盛り上がるまつりにしたい!

これからの伊勢まつり!

伝統を守りながらも、新しいことにチャレンジできるのが伊勢まつりです。さまざまな人が関わって、会場だけでなく、地域全体で盛り上がっていくことを期待します。

全国の美味しい物は
高柳商店街で
楽しんでもらえたら
うれしいです。



私たちの伊勢まつり!

小学生だったころ、当時は「おおまつり」でしたが、学校が休みで多くの人がまつりに参加していたことを覚えています。たくさんの屋台があり、楽しみで仕方がなかったです。中学生や高校生のころには、他校の友達との交流もあり、今思うと出会いの場でもありました。

高柳商店街として!

伊勢まつりと一緒に高柳商店街も盛り上げようと、全国のご当地グルメが楽しめるイベント「いただきフェス」を実施します。

いただきフェス実行委員会
宮田さん

おか びき
陸奥
かわ びき
川奥
とむに開催!

は つ ほ び き

初穂曳

伊勢神宮奉仕会事務局 (☎ 25-5154 (FAX) 63-5339)

世界に誇れる伊勢の民俗行事・初穂曳。お米の^{みの}稔りに感謝を込め、新穀を神宮へ奉納します。稲穂を奉曳車・初穂舟に載せ、10月15日(日)には外宮、10月16日(月)には内宮へそれぞれ奉曳・奉納します。

詳しくは



外宮領 陸奥

とき

10月15日(日)
10:00~12:30ごろ

奉曳経路

高柳商店街(今社付近) ~ 南宮町交差点 ~ 県道伊勢南島線 ~ 外宮

内宮領 川奥

とき

10月16日(月)
10:00~14:30ごろ

奉曳経路

五十鈴川浦田橋付近 ~ 宇治橋 ~ 内宮 ※交通規制はありません。



当日は初穂曳経路
および周辺道路の混
雑が予想されます。
ご迷惑をおかけい
たしますが、皆さまの
ご理解とご協力をお
願ひいたします。



交通規制にご理解・
ご協力をお願いいたします。

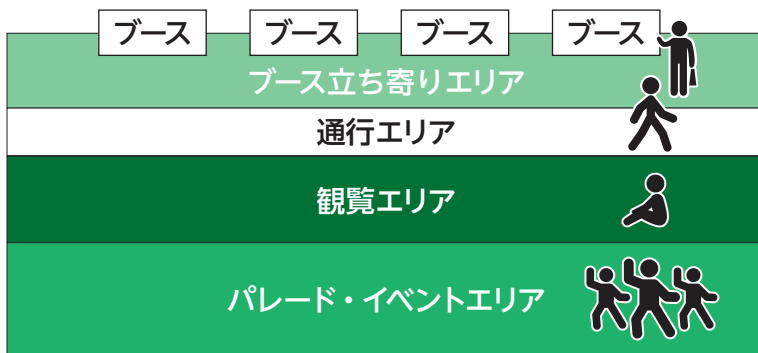
東京ディズニーリゾート® 40周年 スペシャルパレード

観覧時のお願い

とき 10月8日(日) 16:30～17:00〔伊勢市駅付近→宮町交差点付近〕

当日13時以降に **パレード・イベントエリア** **観覧エリア** **通行エリア** **ブース立ち寄りエリア** の区分けを開始します。エリア開設後は、観覧の皆さんは必ず観覧エリアに入ってください。

《 エリア開設のイメージ 》



観覧エリア内のルール

- 移動の際は通行エリアを利用しましょう。観覧エリア内の移動は控えましょう。
- 観覧エリアを出入りする人がいる時は、道を空けてあげましょう。
- 敷物・いす・日傘などについては、周囲の観覧の迷惑にならない範囲で使いましょう。
- 熱中症予防のため、定期的な水分補給を心がけましょう。

パレードが終わったら



＝ みんなで楽しく観覧できるよう、ご協力をお願いします!! ＝

伊勢まつり交通規制図 10月7日(土)・8日(日)

7(土)	9:00~22:00	8(日)	9:00~19:00
	9:00~18:30		

規制内容や時間は、交通の状況により変更することがあります。

【伊勢まつり実行委員会・伊勢警察署】

※時間は予定であり予告なく変更する場合があります



パレード&イベント情報は市のホームページから確認できます!!



第3回 男女共同参画川柳

受賞作品決定!!

市民交流課内・NPO 男女共同参画れいぼう伊勢 (☎ 21-5513 FAX 21-5522)

市では、毎年8月17日を「パートナーの日」としています。パートナーの日をテーマとした川柳の募集を行ったところ、87人から220句の応募がありました。

選考の結果、下記の作品を受賞作に決定し、8月5日に開催したパートナーの日啓発講演会において表彰式を行いました。受賞作や表彰式の様子は、市のホームページにも掲載しています。



- 【最優秀賞】** パートナー 無理と思いつ 五十年 (森本 ゆり子)
- 【優秀賞】** つき合いは この世までよと 妻は言う (浜辺 恒男)
ありがとう サラリと言えたら 夫婦円満(榮倉 隆幸)
嫁さんの ミス責めるより 笑っとこ (堤 隼人)
- 【佳作】** 昼下がりに ストロー二本 ソーダ水 (須永 知佐)
妻飲み会 レシピアプリに 助けられて (ねこくん)
おい二人 目覚めた方が 寝息聞く (奥田 よし)
「おい」「お前」名前あります 私にも (林 ひろみ)
医者・薬 俺の大事な パートナー (早川 千恵)

【敬称略】



表彰式の様子

パパとママの教室

健康課 (☎27-2435 FAX)21-0683)

とき 10月22日(日)

①9:15~10:20・②10:45~11:50

ところ ママ☆ほっとテラス(ミライセ内健康福祉ステーション・6階)

対象 市内在住の初妊婦とパートナー

内容 沐浴体験、妊婦模擬体験、保健師・助産師の話など

定員 ①②各4組程度(先着順)

持ち物 バスタオル(沐浴体験で人形を拭きます)

申し込み 右の二次元コードからオンライン申請、または電話で健康課へ

※毎月第4日曜日に開催します。都合がつかない場合は個別での対応も可能ですので、健康課へ連絡してください。



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。



離乳食教室

健康課 (☎27-2435 FAX)21-0683)

とき 10月20日(金)、13:30~14:30

ところ ハートプラザみその

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、試食

定員 15人(先着順)

持ち物 筆記用具

申し込み 10月2日(月)・8:30~19日(木)・12:00に、右の二次元コードからオンライン申請、または電話で健康課へ



産後ママの教室

健康課 (☎27-2435 FAX)21-0683)

とき 11月1日(水)、10:00~11:00

ところ ママ☆ほっとテラス(ミライセ内健康福祉ステーション・6階)

対象 おおむね1~4カ月の乳児とその母親

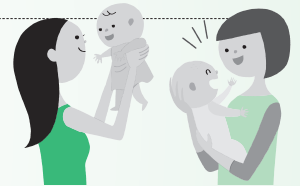
内容 赤ちゃんとのふれあい遊び、外出時のポイント、お母さんのストレッチ

定員 5組程度(先着順)

持ち物 赤ちゃんの下に敷くバスタオルなどの敷物、抱っこ紐と説明書(使い方を確認したい人)

申し込み 10月2日(月)から、電話で健康課へ

※毎月第1水曜日に開催します。都合がつかない場合は個別での対応も可能ですので、健康課へ連絡してください。



子どもに関する相談窓口

(※)祝日・振替休日・年末年始は除きます。

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)	毎月第2~4水曜日(※)	①10:00~11:00 ②11:00~12:00	健康課 中央保健センター (ミライセ内健康福祉ステーション・5階) (☎27-2435 FAX)21-0683)	
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) [妊産婦・乳幼児期の保健(身体計測・栄養相談など)] ●持ち物:母子健康手帳、バスタオル(2歳未満の乳幼児がいる場合)	10月 3日(火)	9:30~11:00		
	10月10日(火)	9:30~11:00 13:00~14:30		
	10月17日(火)			
	10月24日(火)			
受け付けは10月2日(月)から ママ☆こころの相談室 ※要予約 [対象:妊婦と乳幼児の保護者(精神科・心療内科を受診中または、カウンセリングを受けている人を除く)]	10月24日(火)	① 9:30~10:15 ②10:30~11:15 (各回1人ずつ)		
子育て支援(乳幼児期の子育て全般)	月曜日を除く	9:00~17:00		駅前子育て支援センター キッズ☆もっとテラス (MiraiSE内健康福祉ステーション・6階) (☎63-5488)
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(市役所東館・2階) 子育て応援課 (☎21-5713 FAX)21-5555)
子どもの発達 ※要予約	月~金曜日(※)	8:30~17:15		こども発達支援室 (MiraiSE内健康福祉ステーション・5階) (☎63-5444 FAX)21-0683)

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

入館者数 約32万1千人(令和4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
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
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

あかちゃんえほんのじかん

時 10月26日(木)、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
※保健師によるワンポイントアドバイスもあります。

バリアフリー映画上映会

時 10月8日(日)、14時～16時9分(終了予定)(開場は13時30分) 所 2階・視聴覚室
内 セリフの合間に視覚的情報を補う音声ガイドや日本語字幕をつけ、視覚や聴覚に障がいのある人が鑑賞できるようにしてあるバリアフリー映画を上映します
作品 「武士の家計簿」
出演…堺雅人、仲間由紀恵、松坂慶子 ほか ※敬称略
定 40人(当日先着順)
協力 住友商事
※どなたでもご来場いただけます。
詳しくは、同館のポスター・チラシをご覧ください。

Fun! Fun! Halloween!

時 10月22日(日)、14時～ 所 2階・視聴覚室
対 3歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴)
内 ALTによる、ハロウィンにちなんだ英語絵本を中心とした読み聞かせや、工作を行います(小学校低学年向け)
定 20人(先着順) 申 10月7日(出)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ



楽しい朗読会

とき	朗読団体名
10月1日(日)	朗読の秋桜会
10月15日(日)	朗読めばえ
10月29日(日)	伊勢朗読会
11月26日(日)	朗読シーンボイス

※時間はいずれも14時～15時(開場は13時30分)です。
所 2階・視聴覚室
内 三重県内に伝わる民話の朗読をします
定 50人(当日先着順)

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

9月25日(月)～10月6日(金)は特別整理期間などのため休館

おはなし会

①赤ちゃんおはなし会
時 10月12日(木)、11時～ 定 10組(先着順)
申 10月7日(出)・9時から、直接または電話で同館へ
②たんぼおはなし会 時 10月14日(土)、15時～
③ピッポの会・紙芝居 時 10月15日(日)、11時～
定 各20人程度(②③とも先着順・当日会議室で受け付け)
※場所は、①～③とも2階・会議室です。

図書館おはなし会&工作

時 10月28日(土)、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「おかし」を作ります
定 20人程度(先着順・当日会議室で受け付け)

上映会

時 10月21日(土)、15時～ 所 2階・視聴覚室
内 「トムとジェリー 星空の音楽会」(アニメ・60分、親子向け) 定 20人程度(先着順・当日視聴覚室で受け付け)

秋の読書週間関連行事 本を読んで冒険の旅に出よう!

時 10月14日(出)～11月9日(休) 所 1階・カウンター前
内 秋の読書週間にあわせて、「戦士」「賢者」「魔法使い」の3つの「冒険」をテーマに本を紹介します

ハロウィン2023! トリックオアトリート!!



時 10月28日(土)・29日(日)
内 今年も小俣図書館がハロウィン色に染まります。小俣図書館カウンターで「トリックオアトリート」と言ってくれた人には、特製しおりをプレゼントします。さらに、仮装をして来てくれた人は、くじ引きができます。ぜひ来てね!

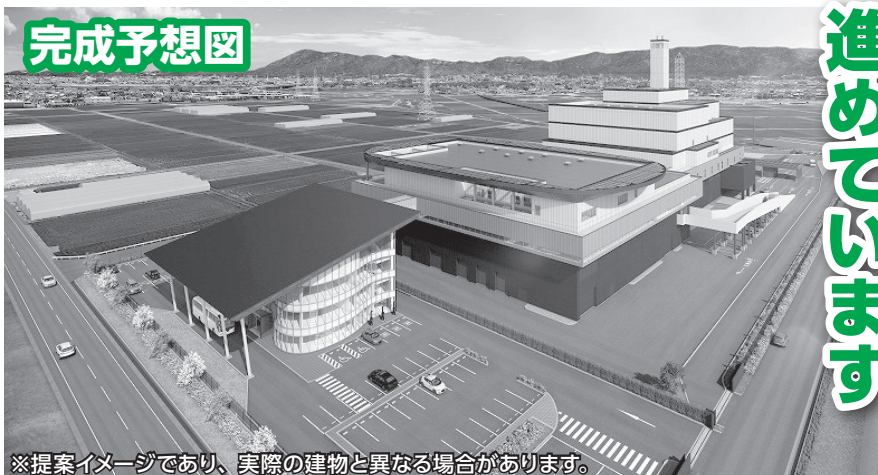
ハロウィン2023! 英語えほんおはなし会



時 10月29日(日)、15時～ 所 2階・会議室
対 小学生以下の子どもとその保護者
内 ALTによる英語を楽しむおはなし会です。簡単な英語絵本を、英語と日本語で読み聞かせします。
定 20人程度(先着順)
申 10月9日(祝)・9時から、直接または電話で同館へ

新しいごみ処理施設の整備を進めています

完成予想図



※提案イメージであり、実際の建物と異なる場合があります。

伊勢広域環境組合
 (☎ 37-1218 (FAX) 37-1740)

伊勢市・明和町・玉城町・度会町で構成する伊勢広域環境組合では、管理・運営しているごみ処理施設の老朽化が進んでいくことから、将来にわたり安全かつ安定的なごみ処理体制を継続させるため、新しいごみ処理施設の整備を進めています。

今回、新施設の建設と約20年間の運営を担う事業者との契約を締結したためお知らせします。新施設の建設は、現施設の東隣の土地で令和6年の春ごろに着工し、令和9年10月からの運営開始を目指しています。

建設事業者

JFEエンジ・りんかい日産・山口・中広特定建設工事共同企業体
 (代表企業:JFEエンジニアリング株式会社 名古屋支店)

運営事業者

エコサービスいせ株式会社
 (代表する構成員:JFEエンジニアリング株式会社 名古屋支店)

事業費

476億8,720万円
 [設計・建設費…287億4,520万円、運営・維持管理費(令和9年10月1日~令和30年3月31日分)…189億4,200万円]

伊勢神宮奉納社会人野球

ジャバ

入場無料

第71回 JABA伊勢・松阪大会

全国トップレベルの社会人野球チームが伊勢・松阪に集い、優勝を目指して熱い戦いを繰り広げます。

例年、プロ野球ドラフト指名の有力候補選手も出場する、スカウトも注目の大会です。

スポーツ課(☎22-7895 (FAX) 23-8641)

とき 10月11日(水)から5日間(雨天順延)

ところ 伊勢会場…**ダイムスタジアム伊勢**
 (倉田山公園野球場)

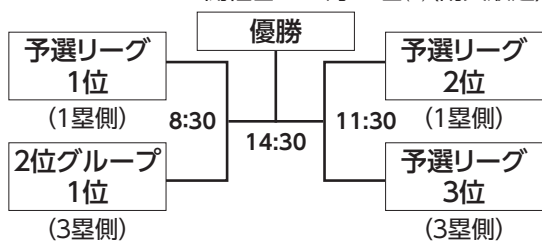
松阪会場…**ドリームオーシャンスタジアム**
 (県営松阪野球場/松阪市立野町1370)
 [松阪会場は10月12日(休)から3日間(雨天順延)]

予選リーグ(伊勢・松阪会場)

	伊勢会場	松阪会場
第一試合	8:30~	9:30~
第二試合	11:30~	12:30~
第三試合	14:30~	-

決勝トーナメント(伊勢会場)

開催日: 10月15日(日)(雨天順延)



※出場チームは決定次第、市のホームページでお知らせします。



←公益財団法人日本野球連盟のホームページ



10月1日(日)
▼
31日(火)

抽選で豪華賞品が当たる!

2023「すぐ食べるなら つれてって!」キャンペーン

ごみ減量課内・減らそに!いせの食品ロス協議会事務局(☎37-1443 FAX 37-0189)

10月は「食品ロス削減月間」

このキャンペーンは、すぐ食べるなら消費期限・賞味期限に近いものから購入し、食べきることで、食品ロスを減らすことを目的としています。皆さんも楽しみながら、食品ロスの削減に取り組んでみませんか。

実施店舗 市内のぎゅーとら全店舗、生鮮市場ベリー全店舗、マックスバリュラパーク店、スーパーマーケットバローミタス伊勢店

応募方法 期間中に、見切り品に貼られている割り引き・値引きシールを応募用紙に15枚貼り、実施店舗の応募箱へ

※応募用紙・応募箱は実施店舗にあります。また、応募用紙は、10月1日(日)から市のホームページにも掲載します。

..... 期間中に
割り引き・値引きシール
を集めて
応募してください
.....

令和5年度に新たに住民税非課税世帯等となった皆さんへ

臨時特別給付金室(市役所東館・2階)(☎63-6756 FAX 21-5555)

「物価高騰生活支援給付金」の申請(提出)期限が迫っています

「令和5年度伊勢市物価高騰生活支援給付金」の申請(提出)期限は、**10月31日(火)**です。次の①または②の支給要件に該当し、まだ受給していない世帯の人は、早めに手続きをしてください。

支給要件

- ① 令和5年度に、新たに住民税非課税となった世帯
- ② 予期せず家計が急変し、世帯全員が住民税非課税相当以下となった世帯

※①②とも、すでに物価高騰生活支援給付金(1世帯3万円)を受給した世帯は対象外です。また、審査の結果、支給要件に該当しない場合があります。

必要な手続き

- ① 7月に市から送付した「支給要件確認書」または「生活支援給付金申請書(請求書)」の提出
- ② 市のホームページに掲載、または臨時特別給付金室に備え付けの「生活支援給付金(家計急変世帯分)申請書(請求書)」および関係書類の提出

※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もれや添付忘れなどの不備があると、給付金の受給遅れや、支給できなくなる場合がありますので、注意してください。

令和4年度から住民税非課税世帯であり、令和4年度に実施された「電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金」を受給した世帯は、原則申請手続きは不要です。対象世帯には5月に市から支給通知を送付し、すでに同給付金を支給しています。



広告



伊勢校



馬瀬校



明野校

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

伊勢校(辻久留本部)
伊勢市辻久留1-9-14

TEL(0596) **27・0236** (代)

詳しくは**ホームページ**をご覧ください。

エーススクール

検索



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。

チャリティ「ガオガオ・マルシェ」

神都ライオンズクラブ(☎28-8590 FAX 25-0326)

時 10月14日(出)、10:00~15:00 所 外宮前バス停広場

市内の生活困窮家庭における子どもたちを支援するチャリ
ティイベントです。外宮バス停前広場にて飲食・物販など
30店以上の出店があり、楽しくにぎやかな空
間になります。ぜひ皆
さんでお出掛けくださ
い!(雨天中止・小雨
決行)



伊勢学サロン月間 in 旧御師丸岡邸 身近な昔の暮らしを知るワークショップ

NPO法人旧御師丸岡宗大夫邸保存再生会議
(☎27-0455 FAX 23-6645)

時 10月1日(日)・8日(日)・15日(日)・22日(日)、10:00~15:00

所 旧御師丸岡宗大夫邸(宮町1丁目9-7) 内 御師の建物に
おいて、昔の暮らしの様子を示す身近なもの(遊び・はか
り・古貨幣・書画など)を展示解説とともに体験し、学びま
す。また御師邸の保存再生生活用についての理解を進めるた
めに建物見学も並行して行います。

展示内容 1日…昔の遊び&遊び道具、8日…江戸時代の貨
幣 古銭、紙幣(山田羽書)[13:30~15:00に講演あり]、15
日…いろいろな計量道具、22日…御師関係書画

教育講演会&ワークショップ 7カ国語で話そう

一般財団法人言語交流研究所 ヒッポファミリークラブ
(☎0120-557-761)

時 講演会…10月15日(日)・22日(日)、14:00~15:30

11月12日(日)、14:00~16:00

ワークショップ…10月29日(日)・11月3日(祝)、14:00~15:30

所 県営サンアリーナ(11月12日はオンライン)

内 10月の講演会…同クラブ研究員による、多言語の国をモ
デルに自然な言語環境をつくりながら世界中の人々と国際
交流をしている活動について

11月の講演会…言語脳科学者である酒井邦嘉さん(東京大
学大学院教授)による、脳に備わっている自然な言葉習得の
力について

ワークショップ…ゲームなどを通じて楽しく世界の言葉に
触れて自分で使う体験を、子どもも大人も一緒になって楽
しみます

定 各日40人(先着順)

申 各開催日の前日・17:00までに、電話で同クラブへ

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 11月13日(月)~15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) 対 満18歳以上の人

内 つり上荷重1トン以上5トン未満の移動式クレーン運転
業務に必要な講習です

定 30人(先着順) 料 24,000円 申 事前に同支部へ

小津安二郎生誕120年記念講演・上映会

小津安二郎監督生誕120年記念事業実行委員会
(☎090-9932-1258(安田さん)、090-7029-3891(中西
さん)、090-5749-1125(梅田さん) FAX 36-5186)

時 11月19日(日)、12:30~16:00(開場は12:00)

所 ハートプラザみその

内 (第1部) 講演「小津作品が世界で評価され続ける理由」

講師:伊藤弘了さん(熊本大学大学院人文社会科学部准教授)

(第2部) 上映会「晩春」(監督…小津安二郎、出演…原節子、笠
智衆 ほか) ※敬称略

定 300人(先着順) 申 9月25日(月)~10月31日

(火)に、右の二次元コードからオンライン申請、
または電話(受け付けは10:00~16:00)で同
委員会へ



第五回みたす寄席

伊勢・船江温泉みたすの湯(☎29-4126)

時 10月6日(金)、18:30~ 所 伊勢・船江温泉みたすの湯(船
江1丁目471-3)

内 初めて落語を見る人でも大爆笑をモツ
トーに活躍する「鈴々舎馬^{れいれいしゃま}るこ」と、今年11月に二つ目に昇
進する大注目の若手落語家「鈴々舎美^{れいれいしゃみ}馬」が出演

定 35人(先着順) 料 3,000円

申 10月5日(休)までに、みたすの湯ホームページから予約、
または直接・電話・Eメール(☐mitasuyose@mts-ise.com)
で氏名・フリガナ・電話番号・Eメールアドレス・希望枚数・
椅子席希望の有無を、みたすの湯へ

※空きがあれば当日受け付けも行います。

第74回 神宮奉納秋のばら展

伊勢ばら会・山本さん

(☎090-8739-4554 FAX 0599-85-2268)

秋のバラは、色彩が鮮やかで濃い芳香が特徴です。会員
が丹精込めて育てた大輪のバラをぜひご覧ください。栽培
の相談も受け付けます。

また、皇女・著名人に捧^{こさ}げるバラが咲き誇る神宮ばら園
もご覧ください。

時 10月28日(土)・29日(日)、9:00~
16:00

所 神宮会館・西4階ロビー(宇治中之
切町152)



令和6年度 園児募集

中島こども園

HPで



◆ 保育園部 (2号・3号認定)

《受付》10月2日~19日 《場所》中島こども園

施設見学もどうぞ《お問合せ》☎ 28-2438

広告

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。

水墨画・墨彩画 3会合同作品展

ぼくゆう しんぼく ゆうぼく
墨遊会、心墨会、友墨会

(☎090-7609-8378(友墨会・横地さん))

時 10月4日(水)～7日(土)、9:30～16:30

所 いせトピア・ふれあい広場

内 水墨画3会の、28人が56点を展示。墨の濃淡潤濁を利用して仕上げた、会員の個性豊かな作品。墨色の世界をお楽しみください

艦船模型展示会

空と海のサークル 波濤の会(☎・FAX 25-5711)

船と飛行機の、模型作品の展示会です。

時 10月7日(土)、9:00～19:00・8日(日)、9:00～15:30

所 サンライフ伊勢(☎28-1266)

全国一斉フォークダンスの日

日本フォークダンス連盟三重県支部レクダンス部・藤本さん
(☎090-3968-6376 FAX 27-1363)

時 10月29日(日)、12:00～16:00

所 三重電子スマイルアリーナ小俣(小俣総合体育館)

内 オクラホマ・ミクサーなど懐かしいフォークダンスや民謡レクダンスの発表と体験交流会です。輪になってみんなで踊りましょう 定 130人(先着順) 料 500円 申 不要

無料調停手続き相談会

伊勢調停協会・佐藤さん(☎28-3832 FAX 65-7078)

時 10月7日(土)、10:00～15:00 所 いせトピア・文化交流室 内 調停の利用方法を広く知っていただくための相談会です。調停委員が手続きを解説します。紛争を直接解決するものではありません 定 先着順に受け付け 申 不要

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

12月1日号 → 10月13日(金)

12月15日号 → 10月31日(火)

2023 ISE COLLECTION 伊勢市芸術祭 ～さまざまな舞台芸能に出逢える～

第66回 伊勢市民芸術祭



邦楽

吟詠剣詩舞

器楽



能楽

洋舞①

洋舞②



邦舞

合唱

舞台芸能

伊勢市文化協会(☎・FAX)22-1640

文化政策課(☎22-7885 FAX) 21-0424)

舞台芸術の祭典「伊勢市民芸術祭」を開催します。

市民芸術祭は、芸術分野の振興を図るため、舞台芸術の発表の場や、伊勢の舞台芸術を身近に鑑賞していただく場となっています。ぜひお越しください。

スケジュール 開演時間は目安です。(開場は開演30分前)

とき	部門	ところ
10月1日(日) 13:30～15:45	邦楽 (民謡・大正琴・尺八・箏曲など)	
10月15日(日) 10:00～15:40	能楽	いせトピア
10月22日(日) 13:00～15:00	吟詠剣詩舞	
11月5日(日) 9:30～13:10 14:00～16:30	器楽(オカリナ・吹奏楽など) 合唱	シンフォニアテクノロジー 響ホール伊勢 (観光文化会館)
11月12日(日) 13:00～15:35	洋舞②(レクダンスなど) 舞台芸能(マジックなど)	いせトピア
11月19日(日) 12:30～16:00	洋舞① (バレエ・フラダンスなど)	シンフォニアテクノロジー 響ホール伊勢 (観光文化会館)
11月23日(祝) 11:00～15:30	邦舞(日舞・民謡)	

広告

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

お墨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://fujiiwaraya-ise.jp

伊勢の畳屋

検索

Halloween marche

ハロウィンマルシェ

大人も子供も
本気の仮装で楽しもう

公序良俗に反する服装は
お断りいたします



飲食ブース
キッチンカー
物販・雑貨ブース
ワークショップ
フォトスポット(無料)
クイズラリー(無料)



in 大仏山
中央広場 モニュメント

10/29(日)

10:00～16:00

楽しいイベントもあるよ

主催 pilina

代表 吉村 電話0596-22-1853
携帯090-8955-0375

イベント情報は
Instagramから
ご覧ください



Instagram



教えて相談員さん!!



伊勢市消費生活センター (☎21-5717 FAX 22-5014) 伊勢市消費生活センター

勧誘・契約が増える秋台風シーズンは特に注意!!

「火災保険を使って自己負担なく住宅修理ができる」と勧誘されても、
すぐに契約しないようにしましょう!

問題となるケース

訪問事業者が、点検や診断・見積もりなどをしたうえで「保険金の範囲で修理ができる。申請の手伝いもする」などと言って勧誘するケースがあります。その際は、次のようなトラブルに注意しましょう。

① 高額な手数料の説明が不十分

支払われた保険金の3~5割の手数料(コンサルティング料、申請サポート料、違約金など)を事業者を支払うと定められている場合があります。

② 保険会社をだますような手口の保険金請求

火災保険は、経年劣化による住宅の損傷は対象外であるにもかかわらず、「自然災害で壊れたことにすればいい」と、うその理由で請求をさせることがあります。

③ 見積もりがずさんで保険金が支払われない

保険会社に「見積もりが信用性にかける」と判定され、保険金が支払われないケースがあります。

アドバイス💡

- 「保険金を使って自己負担なく住宅修理ができる」と勧誘されても、すぐに契約しないようにしましょう。
- 保険の請求は自分で行うことができ、手数料はかかりません。加入先の保険会社や保険代理店に相談しましょう。
- うその理由で保険金を請求することは、絶対にやめましょう。
- 事業者が突然訪問しての契約や、電話勧誘で契約をした場合は、クーリングオフができる場合があります。

不安に思った場合やトラブルになった場合は、早めに消費生活センターに相談を!

令和5年度

いせトピア名作映画鑑賞会

事前申し込み
不要

いせトピア (☎ 21-0900 FAX 21-0909)

10月23日(月) 12:30開場

① 13:00~15:03 (123分)

「浮雲」

1955年(東宝)
監督: 成瀬巳喜男
出演: 森雅之、高峰秀子、
岡田茉莉子 ほか



② 15:13~16:34 (81分)

「眠狂四郎殺法帖」

1963年(大映)
監督: 田中徳三
出演: 市川雷蔵、中村玉緒、
若山富三郎 ほか



※敬称略

10月24日(火) 12:30開場

① 13:00~14:40 (100分)

「嵐を呼ぶ男」

1957年(日活)
監督: 井上梅次
出演: 石原裕次郎、北原三枝、
芦川いづみ、金子信雄 ほか



② 14:50~16:21 (91分)

「網走番外地」

1965年(東宝)
監督: 石井輝男
出演: 高倉健、丹波哲郎、
田中邦衛、嵐寛寿郎 ほか



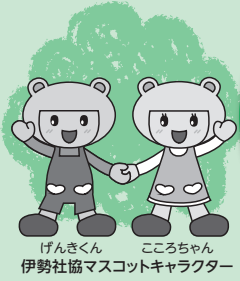
※敬称略

ところ いせトピア・多目的ホール

入場料 1日につき500円

※入場料は全額、災害義援金とします。

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



社協はげんきなこころ応援します

Vol.55

げんここ

地域福祉通信

地域福祉情報をお伝えするコーナーです

<https://ise-shakyo.jp>

伊勢社協 検索

伊勢市 福祉総合支援センターよりそい ☎21-5712 FAX63-5420

生活サポートセンターあゆみ(八日市場町13-1)	☎63-5224 FAX 27-2412
[福祉健康センター・1階]	☎63-5334 FAX 27-2415
地域福祉係	
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・げんここ一む(小木町曾祢538)	
[イオンタウン伊勢ラパーク・1階]	☎63-6370 FAX 65-6121



赤い羽根共同募金 10月1日から全国一斉に始まります。

共同募金は、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな地域福祉の課題解決に取り組む民間団体を応援する「じぶんの町を良くするしくみ。」として取り組んでいます。

募金の
つかいみち

令和4年度実績 **16,944,323円**

詳しくは
赤い羽根データ
ベース「はねっと」
ホームページを
ご覧ください

80%

・伊勢市の福祉

福祉団体、ふれあい・いきいきサロン、
高齢者ふれあい会食サービス、
子ども食堂などへの活動助成 など

20%

**・県内の
広域的な活動
・災害等準備金**

災害ボランティア
センターへの支援

赤い羽根共同募金シンボルキャラクター 愛ちゃん、希望くん

地域見守り活動事業

ご協力いただいた
皆さまへ
「ありがとう」
を伝えたい



小俣町 第一部自治区

地域の安全・安心・絆を深めるために、大切な助成金を使わせていただいています。子どもたちの登下校時の見守りやあいさつをすることにより、情操教育や信頼関係を深めます。また、自治区一帯で実施している夜間安全パトロールは、安全に対する意志表示となり、放火などの犯罪を予防することが期待されます。

10月1日に伊勢市福祉健康センターが伊勢市社会福祉協議会に譲渡されます



- ・気軽につながり、心を育む場
- ・誰もが安心して相談できる場
- ・寄り添い、ほっと一息つける場

をコンセプトに「多彩な交流が生まれ、気軽に立ち寄れる共生型施設」を目指します。
そのために改装工事を行いますので、その間、市民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひします。

みんな笑顔 伊勢の元気人

健康づくり通信

申し込み・問い合わせ (8時30分～17時15分)
健康課(中央保健センター) (☎27-2435) (FAX 21-0683)

福祉健康センター(八日市場町)から健康福祉ステーション・5階(Miraise)へ移転しました

参加費などの記載のないものは無料

11日は健康の日

申し込み 二次元コード

健康づくり通信内の申し込みは、全て下記の二次元コードから申し込みができます。



★がついている事業は、伊勢市健康マイレージ対象です

★ヘルスマイト料理講習会

とき・ところ・定員・申込期限 下表のとおり
対象 市内在住の人
テーマ おいしく減塩料理
参加費 350円(当日持参)
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、米1/2カップ
申し込み 9月25日(月)・8時30分から、右の二次元コードよりオンライン申請、または電話・ファクスで健康課へ
※10月から会場を変更していただきますので、注意してください。

ヘルスマイト料理講習会

とき	ところ	定員 (先着順)	申込期限
10月13日(金)	ハートプラザみその	20人	10月6日(金)
10月18日(水)	小俣保健センター	20人	10月12日(木)
10月19日(木)		20人	

※いずれも時間は、9:30～13:00です。

★みんなdeいせし健康体操

とき 10月2日(月)・23日(月)・30日(月)、9時～9時30分
ところ 中央保健センター(Miraise内健康福祉ステーション・5階)

対象 市内在住の人
内容 いせし健康体操普及推進員とともに、動画を見ながら体操
持ち物 運動のできる服装、飲み物
申し込み 不要

★ヘルスアドバイザーとウォーキング大会

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 10月20日(金)、13時30分～15時30分(受け付けは13時)

集合場所 ハートプラザみその

対象 市内在住の人

内容 「宮川河川敷コース(4.0km)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、運動のできる服装・靴

★乳がん集団検診(10月・12月分)の追加募集

申し込み 10月2日(月)から、上の二次元コードよりオンライン申請、または電話・ファクスで健康課へ
※雨天時は中止とします。(判断に迷う場合は12時30分に決定)

乳がん集団検診(10月・12月分)について、定員数に満たなかった日程を受け付けします。便利なインターネット予約をぜひ利用してください。電話での予約も可能です。日程など詳しくは「広報いせ」8月1日号・16ページをご覧ください。

対象 市内に住所を有する30歳以上の人
※受診できるのは、1年度につき1回のみです。

検診内容 乳がん検診(マンモグラフィ)

料金 1600円(70歳以上の人は無料)

持ち物 バスタオル、衣服を入れる袋、健康手帳(持っている人)、乳がん無料クーポン券(持っている人)

予約方法

・インターネット予約
市のホームページで必要事項を入力

伊勢市集団検診 検索



電話予約

電話で健康課へ(月)金曜日(祝日・年末年始を除く)

※ペースメーカーやシリコンが入っている人、妊娠中・妊娠の可能性がある人、母乳が少しでも出ている人は受診を避けてください。

※令和6年1月以降の集団検診は「広報いせ」11月1日号でお知らせします。

「伊勢市ホームページ」・「広報いせ」に 広告を掲載しませんか?

自治体広報ならではの **メリット** →

- 地域密着型の情報発信
- 地域での知名度向上
- 自治体発信の高い信頼度

興味のある方はお気軽に **伊勢市役所広報広聴課(☎0596-21-5515)** までご相談ください!

※政治活動または宗教活動に係るものと認められるもの、公序良俗に反するものなど、掲載をお断りする内容のものもございます。詳しくは右の二次元コードから広告募集要項をご確認ください。

広告事業 伊勢市 検索

65歳以上の人へ
【10月1日から開始】
高齢者インフルエンザ
予防接種

高齢者がインフルエンザにかかると、肺炎などを併発し、重症化することがあります。市では、予防接種法に基づき、65歳以上の人を対象にインフルエンザ予防接種を行います。接種を希望する人は、実施医療機関へ直接申し込んでください。

実施期間 10月1日(日)～令和6年1月31日(火)

実施場所 実施医療機関

※かかりつけ医へ相談してください。かかりつけ医が無い場合は、健康課へ確認してください。

対象 接種当日に市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- ① 65歳以上の人
- ② 60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器または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

料金 1300円

持ち物 健康保険証、健康手帳(対象②の人は身体障害者手帳)

※接種は1年度につき1回です。

※接種前に、医療機関にある説明書をよく読み、理解した上で、接種を受ける本人の意思で受けてください。

※病気で治療中の人やアレルギーのある人など、心配なことがある人は、医師とよく相談してください。

※対象者で生活保護を受給している人は、予約時に病院窓口で申し出てください。

※子どもなど対象以外の方は、全額自費になります。

接種・料金など詳しくは、かかりつけ医へ相談してください。

接種・料金など詳しくは、かかりつけ医へ相談してください。



10月は臓器移植普及
推進月間

臓器移植は、広く社会の理解・支援があつて成り立つ医療です。一人一人が臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示しておくことが大切です。運転免許証・健康保

険証・マイナンバーカードなどの意思表示欄で意思表示が可能です。ぜひ自分の意思を記入しておきましょう。

問い合わせ先 公益財団法人三重県角膜・腎臓バンク協会
(☎059-1224-2333
月～金曜日、8時30分～17時15分)

高齢者用肺炎球菌
定期予防接種

令和5年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人で、今までに高齢者用肺炎球菌予防接種の助成を受けた記録が市にない人へ、3月に接種券を郵送しています。初めて接種する人は、接種券を使用できません。接種期間は令和6年3月31日(日)までです。詳しくは「広報いせ」4月1日号・31ページ、または市のホームページをご覧ください。

※2回目の接種からは助成制度はありません。接種・料金など詳しくは、かかりつけ医へ相談してください。

※新型コロナウイルスワクチン接種後、13日以上の間隔をあけてください。

主な相談など

とき	ところ
①成人健康相談・成人栄養相談(電話・面談) ※面談のみ要予約	
月～金曜日 (祝日・振替休日・年末年始を除く)	8:30～17:00 中央保健センター (Miralse内 健康福祉ステーション・5階)
②エイズ、梅毒、B型・C型肝炎検査(完全予約制)	
10月10日(火)	9:00～11:00 伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)
10月24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
	月～土曜日	19:30～22:00	
内科・小児科	日曜日・祝日	10:00～12:00	内科医1人体制
		13:00～17:00	
		19:30～22:00	
歯科	日曜日・祝日	10:00～12:00	-
		13:00～17:00	

※新型コロナウイルス感染症を疑う症状がある人は、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。
※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。

■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 月～土曜日、19:30～翌日8:00
日曜日・祝日・年末年始(12/30～1/3)、8:00～翌日8:00(24時間)
電話番号 ☎#8000、☎059-232-9955

お答えします!

健康に関する素朴な疑問

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 睡眠不足だと、どのような健康障害が起きますか？



回答 最悪の場合、命に関わります。



伊勢総合病院
内科・総合診療科副部長
谷崎 隆太郎 医師



「24時間、働けますか？」

私が子どもの頃、スーツ姿のギラギラしたサラリーマン男性が某栄養ドリンクを飲みながらアップテンポな音楽に乗せて上記セリフを放つという、とても猛々しいテレビCMが流れていました。当時の日本は今以上の男性優位社会で、全ての時間を仕事に捧げることを「よし」とした滅私奉公マインドのモーレツ社員・企業戦士と呼ばれる(いずれも死語)、マッチョな男性像がもてはやされていた時代です。



眠れない当直の明け方に無性にカップ麺が食べたくなります)。そして、血糖値を下げるホルモンである、インスリンの働きが悪くなって血糖値が上昇したり、常に緊張状態のため交感神経という神経が過敏になり高血圧になったりします。さらに、睡眠不足で精神状態は不安定になり、うつ病や不安障害、アルコール依存や薬物依存の発症率が高くなると言われています。

糖尿病や高血圧は心筋梗塞や脳梗塞など命に関わる病気の原因になりますし、うつ病が悪化することで死に至ることもあります。アルコール依存や薬物依存もさまざまな死亡リスクを伴います。つまり、睡眠不足が続くことで、長期的には命に関わる事態を招くのです。



睡眠不足による、さまざまなリスク

ところで、24時間働くということは眠らないということですが、実はこれは大変危険な状態であることが分かっています。

人は睡眠により心と体の疲れを取るのです。睡眠不足になると常に疲れた状態が続き、あらゆるパフォーマンスが低下します。また、睡眠中に記憶が定着するため、眠らないと記憶力が低下します。さらに、睡眠はホルモンバランスを整えるのにも重要で、眠れないとそのバランスが崩れ、肌荒れや体重増加の原因になります。体重増加は、睡眠不足により、食欲を低下させるレプチンというホルモンが減り、食欲を増進させるグレリンが増加することにより、食べ過ぎてしまうためです(私たちも、



よく眠るための工夫を!

というわけで、くれぐれも24時間働くのはやめておきましょう。そして、睡眠不足を甘く見ずに、よく眠るための工夫を凝らしましょう!

次回の健康なんでも相談室では、
効果的な睡眠の取り方を紹介します!!

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



市内のウォーキングコースを紹介66

伊勢の
まちを
楽しく

ウォーキング

健康課 (☎27-2435 FAX 21-0683)



ウォーキングは、「いつでも」「誰でも」「どこでも」気軽にできる健康法です。市内の名所や公園などを楽しみながら歩いてみませんか。

今一色・高城 コース ウォーキングマップ No.79



コース検証：皇學館大学教育学部教育学科

このコースのエネルギー消費量 体重1Kg当たり**1.54Kcal**
 例えば、体重60Kgの人の場合 $1.54Kcal \times 60Kg = 92.4Kcal$
 おにぎり約0.55個を消費したことになります。
※おにぎり1個(100g・具なし)=168Kcalで換算

ウォーキングで気を付けるポイント!!

- 体力やその日の体調、天候に合わせ、無理なく行いましょう。
- 食事の直後や空腹時は避け、動きやすい服装と運動靴で歩きましょう。
- 必ず運動前は準備運動を、運動後は整理運動を行いましょう。
- 適切に休憩をとり、水分補給をしましょう。
- 交通安全を心掛けましょう。
- 治療中の病気のある人は、可否や注意点などを主治医に確認しましょう。

プラス! 夜間にウォーキングをするときは

- 蛍光色や明るい色の服で反射バンド・タスキなどを着用しましょう。
- 懐中電灯をつけて、歩き慣れた道や街灯のある道、人通りのある道を選びましょう。できれば昼間に下見をし、危険箇所を確認しておきましょう。
- 可能な限り2人以上で歩き、携帯電話や防犯ブザーを取り出しやすいところに持っておきましょう。

ウォーキングルート情報

運動レベル	楽である 😊	特徴
距離	約3.0Km	「漁港を眺めながらの堤防沿い」「街中」最後は「高城浜を望む水辺の眺望」と風景のコントラストが楽しめます。コース中盤には、小高い丘に祭られた高城神社があります。堤防沿いから高城神社までの区間は、道幅が狭く、車の往来に注意が必要です。
時間	約40分	
歩数	約6,300歩	
平均心拍数	約88拍/分	

スキマ時間に健康体操を!
ケーブルテレビ行政情報番組 (毎日10時・15時・20時~) 放送中
 スキマ時間に「いせし健康体操」をしてみませんか?



市のホームページで動画配信中
 いせし健康体操 検索 🔍



他のコースは、市のホームページに掲載しています。
 伊勢のまちを楽しくウォーキング 検索 🔍

広告



水廻りのトラブル
「安心修理」
お見積無料

株式会社 AS110 **AS設備工業**
<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**



日頃の感謝を込めて 「広報いせ」のお客様限定【特別割引】

基本料金が **半額** ¥6000 → **¥3000** で!!

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。

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。

令和5年度
受講生募集

楽しく分かる スマホ教室

受講無料!

デジタル政策課 (☎ 21-5569 FAX 21-0424)

スマートフォンの使い方講座を開催します。スマートフォンの購入を検討している人や基本操作を学びたい人を対象とした入門コースから、もっとスマートフォンを活用したい人を対象とした応用コースまで、さまざまなコースがあります。ぜひ応募してください!



とき・内容 右表のとおり

ところ いせトピア・3階 会議室2

講師 スマホインストラクター

対象 市内在住の人

【問い合わせ】コネクシオ株式会社 (☎0120-104-137)
受付時間...10:00~17:00(月~金曜日(祝日・振替休日・年末年始を除く))

基本レベル:スマートフォンを持っていて、基本的な使い方を知りたい人向け

応用レベル:スマートフォンを持っていて、もっと使いこなしたい人・もっと活用したい人向け

定員 各講座8人

申し込み 10月10日火(郵送の場合は消印有効)までに、往復はがき(下図参考)で、または予約サイトからオンライン申請

【予約サイト】

<https://forms.office.com/r/2J9Xb7Y06d>



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 〒516-0007 往信 伊勢市小木町 579-4 コネクシオ株式会社 「伊勢市スマホ教室 応募」係	何も記入しないで ください。	63 〒□□□-□□□□ 返信 住所 氏名様	①第1希望【第〇回】 ②第2希望【第〇回】 ③第3希望【第〇回】 ④氏名(ふりがな) ⑤連絡がつかやすい 電話番号 ⑥使用機種・通信会社 (分かる範囲で) ⑦使用年数

※①~③には右表から参加を希望する開催回を記入してください

- ・申し込み多数の場合は抽選となります。
- ・受講の可否は、10月20日(金)ごろ、返信用はがき、またはEメールでお知らせします。
- ・本事業は、コネクシオ株式会社から委託を受けて運営しています。本事業の運営にあたって収集した情報は本事業以外には使用しません。
- ・コネクシオ株式会社(☎0120-104-137)から連絡をさせていただく場合がありますのでご了承ください。

伊勢警察署だより

伊勢警察署 (☎・FAX 20-0110)

ミーポくん



特殊詐欺に注意!!

【Web・スマホを利用した特殊詐欺が増加!!】

次のような内容のメールがスマホなどへ送られてきます。

- ・コンテンツ利用料について確認事項があります。連絡がない場合、法的手続きに移行します。
- ・[日本国税庁SMS]重要なお知らせ 必ずお読みください。
- ・[利用停止予告]未払い料金お支払いのお願い。
- ・本日中にご連絡ください。連絡先は・・・

【特殊詐欺に遭わないために】

- ・絶対にサイトへアクセスしない(メールを開けない)。
- ・絶対に指示された電話番号へ電話をしない。
- ・身に覚えのない請求は無視して、警察へ相談する。

他にも自宅のパソコンに「パソコンがウイルスに感染した」という偽の警告画面を表示し、連絡してきた人に架空のウイルス除去費用を請求する手口もあります。このような場合も、絶対に1人で判断して行動せず、伊勢警察署(☎20-0110)へ相談してください。

YouTube、SNS、など、さまざまなターゲットにアプローチ!

動画広告はじめましょう!

サービスの魅力を効果的に伝えられる「動画広告」で
御社の売上アップのお手伝い!

動画なら、「音」と「動き」のあるストーリーで商品・サービスの魅力を伝えるので
印象に残りやすく、ブランドの認知度アップや購買意欲の向上に効果的です。

CHIMAKI TEL 0596-26-0101
伊勢市宮後2-9-41 ちまき印刷 検索

弁護士法人 心

相談料0円 (相続・遺言・交通事故被害・後遺障害
労災・障害年金・過払い金・借金
以外は初回30分程度)

夜間・土日祝相談可 (要予約)

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

平日9時~21時・土日祝9時~18時受付
(21時~18時は遅く、大塚団体の休業や臨時
休業もございます。詳細はHPをご覧ください)

0120-272-782
詳細は→ <https://www.kokoro.law>

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>

松坂屋名古屋店・近鉄四日市駅・名古屋駅・岐阜駅

広告

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料

- 募集 
- 講座 
- 催し物 
- お知らせ 

募集

自衛官を募集

自衛隊三重地方協力本部
伊勢地域事務所
(☎2313880)

左表のとおり、自衛官を募集します。
※応募資格、試験期日など詳しくは、同事務所に問い合わせてください。

募集種目	応募資格	受付期間
①自衛官候補生	18歳以上33歳未満の人	年間を通して受け付け
②陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦 中卒(見込み含む)で、17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる男性	10月1日(日)~12月1日(金)
	一般 中卒(見込み含む)で、17歳未満の男性	10月1日(日)~令和6年1月5日(金)

もったいないフェア2023 フリーマーケット 出店者を募集

伊勢リサイクルプラザ
(☎・FAX 3812800)

とき 11月18日(土)、9時30分~12時30分
ところ 伊勢リサイクルプラザ(西豊浜町653)

対象 営利を目的としない伊勢市・明和町・玉城町・度会町在住の人
募集数 20区画(1家族につき1区画)

出店料 無料
申し込み 10月19日(木)当日消印有効までに、往復はがきに必要な事項(下図参考)を記入し、同プラザへ
※応募多数の場合は、10月26日(木)、14時から同プラザで公開抽選を行います。
※記載内容に不備がある場合は、受け付けできない場合があります。

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 〒515-0505 伊勢市西豊浜町653 伊勢広域環境組合リサイクルプラザ 宛	何も記入しないでください。	63 〒000-0000 住所 氏名様	フリーマーケット 出店希望 ①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤主な出品物(例:子供服・雑貨)

伊勢の森トレイルランニングレース ボランティアスタッフ募集

県営サンアリーナ
(☎2217700 FAX 2217710)

12月17日(日)に「伊勢の森トレイルランニングレース」を4年ぶりに開催します。開催に伴い、当日の大会運営をサポートしていただける一般ボランティアスタッフを募集します。大会と一緒に盛り上げませんか。
募集人数 30人程度
申し込み 11月12日(日)までに、大会ホームページに掲載している申込書に必要な事項を記入し、Eメール(☐isetra@yahoo.co.jp)でサンアリーナへ

講座

保育士復職・就職支援セミナー

保育課
(☎215714 FAX 215555)

保育士資格があり保育現場を離れている人や、保育士資格の取得を目指している人などへの復職・就職を支援するセミナーを開催します。
とき 10月12日(木)、9時30分~11時30分
ところ ふたみ保育園(二見町光の街90717)

対象 保育士資格を有し、現在保育園(所)で勤務していない人、または保育士資格の取得を目指している人
内容 保育士の仕事内容の説明、現役保育士との懇談、保育園見学
定員 15人程度(先着順)
申し込み 10月6日(金)までに、左の二次元コードからオンライン申請、または氏名・電話番号・住所・保育士資格の有無・保育士経験年数の有無・託児希望の有無を、電話・ファクス・Eメール(☐no.ku@city.ise.mie.jp)と同課へ

モノづくり工芸講座 水引細工講座

産業支援センター
(☎6315677 FAX 2218851)

伝統工芸である水引の、基本的な結び方を習得し、女性に人気のアクセサリーや小物を作りながら起業について学びます。
とき 11月1日~12月6日までの毎週水曜日、13時30分~15時30分(全6回)
ところ 産業支援センター(朝熊町43833-469)

対象 工芸を生かした起業・新規事業に関心があり、6回の講座全てに参加できる人
講師 立野 麻貴さん(水引作家)
定員 6人(申し込み多数の場合は抽選)
料金 5000円(材料費を含む)

申し込み 10月25日(木)までに電話で同センターへ
※希望者を対象に、毎講座後に同センターの創業コーディネートによる起業・創業個別相談会を実施します。



※託児は無料です。

★ 催し物

世界の料理教室

オール・イングリッシュ
トリニダード・トバゴ編

市民交流課内・

伊勢市国際交流協会

(☎21-5549 FAX21-5522)

外国人の先生から、外国の料理を学びながら作る教室です。会話やレシピは全て英語のみで実施します。

とき 10月28日(土)、10時～13時

ところ ハートプラザみその・栄養指導室

対象 中学生以上の人

講師 モハメド・サファイヤさん(市内在住、トリニダード・トバゴ出身)

定員 20人(先着順)

料金 1500円(同協会会員は1000円)

持ち物 エプロン、三角巾、布巾、タオル、持ち帰り用容器、筆記用具

申し込み 10月2日(月)～20日(金)、左の二次元コードからオンライン申請、または電話・

Eメール(☐kouryu@city.ise.mie.jp)で氏名・住所・電話番号を同協会へ



川と海のクリーン大作戦

監理課

(☎21-5582 FAX21-5585)

川や海にごみを捨てると、水辺の環境を悪くするだけでなく、そこに生息する動植物にも悪い影響を及ぼします。川や海の環境を守るため、清掃活動にぜひ参加してください。

とき 10月22日(日)、8時～9時(荒天の場合は中止)

集合場所 宮川親水公園(南都自動車学校東)

かぞくで救命講習

消防署救急係

(☎25-1262 FAX26-1925)

就学前の子どもに対する、心肺蘇生法を含む応急手当を学ぶ講習です。

とき 11月5日(日)、①9時～11時・②13時～15時

ところ 防災センター・4階防災多目的ホール(倉田山公園内)

対象 就学前の子どもがいる家族、出産を控えている家族など

内容

【講義】応急処置の重要性、子どもに多いケガ・病気、119番通報要領など

【実習】心肺蘇生法、AEDの使い方、その他応急手当(異物除去・止血ほか)など

定員 ①②各30人程度

申し込み 10月1日(日)～14日(土)に、下の二次元コードからオンライン申請



ハロウィンイベント

仮装して児童館に集合!

小俣児童館

(☎24-8412)

とき 10月21日(土)、①9時30分～②10時～③10時30分(受け付けは各回開始10分前まで)(雨天決行)

ところ 小俣児童館および周辺

集合場所 小俣小学校・体育館

対象 市内の小学生以下の子ども(就学前の子どもは保護者同伴)

内容 ウォークラリー形式で同館の近隣を歩いて回ります

定員 各回100人程度

参加費 300円

持ち物 もらったお菓子を入る袋、飲み物

申し込み 10月2日(月)～10日(火)(日曜日・祝日を除く)・10時～18時に、電話で同館へ

倭姫宮ご鎮座100周年記念

劇団伊勢創立60周年記念公演

倭姫〜二千年の紡ぎ

シンフォニアテクノロジー響

ホール伊勢

(☎28-5105 FAX28-5106)

劇団伊勢のオリジナルシナリオで、謎の多い倭姫の人物像に迫ります。

とき ①12月16日(土)、19時～②17日(日)、14時～

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

内容 約二千年前、天照大御神の永遠のご鎮座地を求め、一生涯をかけ巡行の旅をした伝説の斎王「倭姫」。神の御杖代として、人として生きた倭姫と、各巡行地で倭姫の心に触れた人々を描く物語

定員 ①②各1200人

料金 一般：1300円(前売り1000円)・友の会会員：1000円(前売り800円)・高校生以下：700円(前売り500円)

申し込み 10月9日(祝)友の会会員は7日(土)、10時から、直接または電話で同館へ

広告

幼保連携型認定こども園

めいりんこども園

お問い合わせ ☎28-4094

最新の情報は、めいりんこども園ホームページをご覧ください

令和6年4月入園をお考えの方へ

2・3号認定 申請書受付期間

10月2日(月)～10月19日(木)

【ここにこ園舎：明倫小学校おとなり】

詳しくはホームページをご覧ください

散水調査などを行い、雨漏りの原因を徹底解明(無料)し、お見積りします!

止まらない雨漏りは無い

雨漏り修理専門 5,000件の調査実績 10年間無料メンテ

FM三重で毎週水曜放送! 雨漏り18時12分

情熱リノベーション

0120-246-194

8:00～20:00(365日対応)

【本社】津市久居野村町515-3

伊勢の雨漏りお任せ!

代表 小河

伊勢文化サークル協会文化祭

		とき	ところ
小俣支部	作品発表会	10月21日(土)、9:00~17:00 22日(日)、9:00~15:00	小俣農村環境改善センター、 小俣図書館
	芸能発表会	11月12日(日)、9:00~16:00	小俣農村環境改善センター
二見支部	作品発表会	10月28日(土)、9:30~17:00 29日(日)、9:30~15:00	二見生涯学習センター
	芸能発表会	11月4日(土)、12:00~15:00	二見老人福祉センター
	囲碁大会	11月10日(金)、10:00~16:30	二見公民館
御園支部	作品発表会	11月11日(土)、11:00~17:00 12日(日)、9:00~15:00	ハートプラザみその
	芸能発表会	10月22日(日)、12:00~16:00	ハートプラザみその

伊勢文化サークル協会文化祭
 市内で活動しているサークルが、日頃の練習の成果を発表します。作品・芸能・囲碁大会に分かれて開催します。
とき・ところ 左表のとおり

フリーマーケット(出店募集)
とき 11月12日(日)、10時~15時
ところ 三重交通Gスポーツの杜伊勢・陸上競技場前駐車

※参加の可否は、後日Eメールでお知らせします。
 ※1日保険に加入します。



申し込み 10月1日(日)~14日(出に、左の二次元コードからオンライン申請
定員 30人(先着順)
持ち物 運動のできる服装・靴、飲み物、タオル

対象 小学4~6年生
内容 現役の陸上選手による、走りの基礎のレクチャー(楽しむことに重点を置いた内容)

小学生 陸上教室
とき 11月12日(日)、10時~11時30分
ところ 三重交通Gスポーツの杜伊勢・メイン陸上競技場(雨天の場合は、雨天練習場)

三重交通Gスポーツの杜伊勢 第16回感謝フェスティバル
三重交通Gスポーツの杜伊勢 (県営総合競技場)
とき 11月12日(日)、10時~11時30分

募集数 20区画(先着順)
出店料 1区画(2.5m x 5m) 1000円(1人1区画)
申し込み 10月1日(日)・9時から、電話で同競技場へ

ウォーキングin 宮リバー度会パーク
県営サンアリーナ
とき 11月12日(日)、10時~15時

※参加の可否は、後日Eメールでお知らせします。
 ※1日保険に加入します。

申し込み 10月1日(日)~14日(出に、左の二次元コードからオンライン申請
定員 30人(先着順)
持ち物 専用ポール(持っている人)、動きやすい服装・靴、飲み物、タオル

対象 小学4~6年生
内容 現役の陸上選手による、走りの基礎のレクチャー(楽しむことに重点を置いた内容)

小学生 陸上教室
とき 11月12日(日)、10時~11時30分
ところ 三重交通Gスポーツの杜伊勢・メイン陸上競技場(雨天の場合は、雨天練習場)

三重交通Gスポーツの杜伊勢 第16回感謝フェスティバル
三重交通Gスポーツの杜伊勢 (県営総合競技場)
とき 11月12日(日)、10時~11時30分

募集数 20区画(先着順)
出店料 1区画(2.5m x 5m) 1000円(1人1区画)
申し込み 10月1日(日)・9時から、電話で同競技場へ

ウォーキングin 宮リバー度会パーク
県営サンアリーナ
とき 11月12日(日)、10時~15時

※参加の可否は、後日Eメールでお知らせします。
 ※1日保険に加入します。

申し込み 10月1日(日)~14日(出に、左の二次元コードからオンライン申請
定員 30人(先着順)
持ち物 専用ポール(持っている人)、動きやすい服装・靴、飲み物、タオル

対象 小学4~6年生
内容 現役の陸上選手による、走りの基礎のレクチャー(楽しむことに重点を置いた内容)

小学生 陸上教室
とき 11月12日(日)、10時~11時30分
ところ 三重交通Gスポーツの杜伊勢・メイン陸上競技場(雨天の場合は、雨天練習場)

三重交通Gスポーツの杜伊勢 第16回感謝フェスティバル
三重交通Gスポーツの杜伊勢 (県営総合競技場)
とき 11月12日(日)、10時~11時30分

募集数 20区画(先着順)
出店料 1区画(2.5m x 5m) 1000円(1人1区画)
申し込み 10月1日(日)・9時から、電話で同競技場へ

広告

~幼保連携型認定こども園~
マリアこども園 園児募集
2024年度 施設見学・個別説明会実施中!!

- 1号認定 受付中
- 2、3号認定 申し込み期間 10/2(月)~10/19(木)

お気軽にお問い合わせ下さい。
TEL 0596-25-7490

焼肉 けんちゃん
 ODORIBA
ランチがお得!! コーヒーサービス中

若どりランチ.....693円
 Aセット.....990円
 ハラミ・若鳥
 焼き野菜・ミニサラダ・ライス(小)・スープ

Bセット.....1,540円
 ハラミ・若鳥・ホルモン
 焼き野菜・ミニサラダ・ライス(小)・スープ

Cセット.....1,870円
 カルビ・若鳥・ハラミ
 焼き野菜・ミニサラダ・ライス(小)・スープ

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

就職氷河期世代のための 合同企業説明会

おしごと広場みえ内・

マイチャレ三重

(☎059-222-3309

FAX 059-222-3301)

就職氷河期世代を対象に、
合同企業説明会を開催します。
とき 10月14日(土)、13時～16時

ところ 伊勢商工会議所・4階 中ホール(岩淵1丁目7-17)

対象 おおむね37～52歳で求職中の人

申し込み 電話でマイチャレ

三重へ(土・日曜日・祝日を除く9時～18時)

高校生異文化交流体験

市民交流課

(☎21-5549 FAX 21-5522)

日本語教室で勉強している外国人学習者の皆さんと、やさしい日本語でコミュニケーションを楽しむ交流会を開催します。外国の人に伝わるように日本語のやさしい表現やフレーズを考えながら、紹介ゲームや推理ゲームを通じた異文化交流を楽しみましょう。

とき 10月29日(日)、12時30分～14時

ところ 市役所東館・4階4-2会議室

対象 市内在住または市内に通学している高校生

定員 10人(先着順)

申し込み 10月2日(月)～20日(金)に、下の二次元

コードからオンライン申請



家族介護者交流事業

伊勢市社会福祉協議会

(☎20-8610 FAX 20-8617)

介護の体験談を話し合い、交流を深めてみませんか。介護相談にも応じます。

とき 12月20日(水)、9時45分～15時45分

集合場所 ハートプラザみその(集合場所からバスで津市へ移動)

対象 介護保険法に基づく要介護1～5と認定された人

在宅で介護している家族で、市内に住所を有する人

内容 介護に関する相談・情報交換、昼食会、参加者同士の交流、ワンコインコンサート(ウクレレ演奏の鑑賞)

定員 25人(申し込み多数の場合は抽選)

申し込み 10月31日(火)までに、申請書を直接またはファクスで同協議会本所・各支所へ

※申請書は、同協議会本所・各支所、市介護保険課にありませぬ。また、同協議会のホームページに掲載してあります。

※開催1カ月前ごろに、参加決定書を送付します。



お知らせ

10月は里親月間

1泊から「里親」はじめてみませんか?

福祉総合支援センターより

(☎21-5716 FAX 63-5420)

さまざまな事情で、自分の家庭で生活できない子どもたちを家族の一員として迎え入れ、家庭的な温かい雰囲気と愛情の中で養育にあたる人を「里親」といいます。

市では、親と暮らせない子どもたちが、健全な成長と明るい未来を持って生活できるように、里親制度の普及啓発に取り組んでいます。

里親に関心はあるが「長期での迎え入れは難しい」あるいは「短期間だったら家族の理解が得られそう」という人もいると思います。市では、保護者の急な入院や、育児疲れで休息が必要な場合などに、数日間子どもを預かる「子育て支援ショートステイ」の里親委託を始めました。短期間での預かりを通して、里親制度への理解を深めていただく機会になります。

あなたを待っている子どもたちがいます。子どもたちのために、できることを考えてみませんか。

※費用の支給があります。

※事前に県の里親登録が必要です。詳しくは南勢志摩児童相談所(☎27-5143)へ問い合わせてください。

はかりの検査を受けましょう

三重県計量検定所

(☎059-223-5071

FAX 059-223-5073)

取引や証明用に使用するばかりは、2年に1度検査が必要で、令和5年は検査の年です。次のとおり定期検査を実施しますので、受検してください。

とき・ところ ①10月23日(月)、10時30分～14時…二見総合支所、②10月24日(火)、10時30分～14時…小俣老人福祉会館・集会室(小俣町本町3)(小俣合同会館内)、③10月25日(水)、26日(木)、10時～15時…御園総合支所前駐車場車庫

※①～③の日程で受検できなかった場合、三重県計量検定所(津市桜橋3丁目44-6-34)へはかりを持参し、検査を受ける必要があります。

※令和3年度とは検査場所が異なるところがありますので注意してください。

検査対象のはかり 商店・露店などの商品売買用、病院・薬局などの調剤用、病院・学校・福祉施設などの体重測定用(健康診断用)、生産者の生産物販売・出荷用、工場・事業所などの材料購入・製品販売用、農協・漁協などの物資集荷・出荷用、運送・宅配業などの貨物運賃算出用

※検査手数料は、はかりの種類や能力によって異なります。検査当日に現金で支払ってください。

介護職員初任者研修 などの受講料を助成

介護保険課

(☎21-55660 FAX20-85555)
高齡・障がい福祉課
(☎21-55558 FAX20-85555)

介護に従事する人材の確保と介護職員の資質の向上を図るため、介護職員初任者研修などの受講にかかる費用を助成します。障害福祉サービスの居宅介護等事業所に就労している人も対象です。

助成対象経費 「介護職員初任者研修」「生活援助従事者研修」「居宅介護職員初任者研修等」の受講料および教材費(税抜き)の額)

助成額 上限5万円

対象 次の①～⑥の、全ての要件を満たす人

①介護職員初任者研修、生活援助従事者研修または居宅介護職員初任者研修等を修了している

②研修修了日から1年以内の申請である

③市内の介護事業所等に介護職員として継続して3カ月以上勤務しており、かつ申請時に就労が継続している

④介護事業所などに直接雇用されている

⑤助成対象経費の支払いが済んでいる

⑥助成対象経費に対し、他に補助金などの交付を受けていない

助成人数 10人程度

申請 交付申請書と添付書類(就労証明書・受講経費の領収書など(原本)・研修機関が発行する修了証明書(写し))を、

介護事業所などに勤めている人は介護保険課へ、障害福祉サービスの居宅介護等事業所に勤めている人は高齡・障がい福祉課へ

※受講経費の領収書などは、宛名が申請者本人で、研修事業者の名称・研修名・受講者の氏名・領収額・領収額の内訳(受講料・テキスト代など)・領収日・領収印が全て記載・押印されている必要があります。

耕作放棄地解消事業 補助金

農林水産課

(☎21-5645 FAX21-5651)

耕作放棄地は放置すれば雑草が生い茂り、野生動物のすみかとなり住宅地に出没したり、害獣・害虫発生による近隣農地に悪影響を及ぼした

り、住環境や農業現場でさまざまな問題を引き起こす恐れがあります。市では地域農業の発展と、環境や景観などの維持を図ることを目的に、耕作放棄地を解消する取り組みに対して同補助金による支援を行っています。

対象農地 農用地区域内の農地かつ市農業委員会が毎年行う調査で遊休農地と判定された農地

対象者 市内に住所を有する農業者・集落組織・農業法人(当該農地の所有者、対象農地を耕作放棄地の状態にした者などを除く)で耕作放棄地解消事業を行った年度から5年間以上農地の利用が見込まれる人

補助対象経費 農地の再生作業(障害物の除去・深耕・整地、これらの作業を併せて行う土壌改良など)に要する経費(機械経費、労務・資材費など)

※今年度における経費で令和6年3月31日(日)までの完了が必要でです。

補助金額 補助対象経費の1/2以内(上限は1a当たり1万円)

※対象事業を行う前に必ず申請書を提出してください。
※取り組み内容により、補助金を交付できない場合があります。

りますので、詳しくは同課へ問い合わせてください。

10月1日～7日は公証週間 大切な契約や遺言は 公証役場で

伊勢公証役場
(☎28-6506 FAX28-6508)

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

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

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



広告

弁護士法人

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44名、税理士2名、司法書士1名、社労士2名在籍

伊勢駅前事務所 (三重弁護士会所属)

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

アクセス良好な法律事務所! 伊勢市駅から徒歩3分

☎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

〒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://www.aichisogo.or.jp/office/ise/> 土日のご相談は名古屋丸の内本部事務所に承ります→052-212-5275 まで

10月1日は
「浄化槽の日」

家庭の生活排水について考えてみませんか

環境課(☎21-5541 FAX) 21-5522)

台所・洗濯・風呂など、私たちの家庭から出る生活排水は、未処理のまま放流すると、川や海・身近な水路などを汚す大きな原因となります。

市では、し尿や生活排水をきれいにする合併処理浄化槽の設置を推進するため、設置した人にその費用の補助を行っています。

補助金額

1. 下水道事業予定処理区域外に設置する場合

● 単独処理浄化槽またはくみ取りから合併処理浄化槽へ転換する場合

	5人槽	7人槽	10～50人槽
設置に対する補助金額	33万2千円	41万4千円	54万8千円
既存単独処理浄化槽の撤去に対する補助金額	上限9万円		
配管工事に対する補助金額	建て替えあり…上限6万円 建て替えなし(くみ取りからの転換)…上限6万円 建て替えなし(単独処理浄化槽からの転換)…上限30万円		

● 新築家屋に設置する場合または合併処理浄化槽を更新する場合

	5人槽	7人槽	10～50人槽
補助金額	16万8千円	20万7千円	27万6千円

2. 下水道事業予定処理区域内に設置する場合

	5人槽	7人槽	10人槽
補助金額	11万円	13万8千円	18万2千円

※補助を受けるには、法律や市の補助金の交付要綱に基づいた手続きが必要です。事前に同課へ問い合わせるか、市のホームページを確認してください。
※予算に限りがありますので、早めの手続きをお願いします。



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(☎21-5515 FAX) 22-9699)

特集番組

市の重要課題や市政などに関する情報を、お伝えします。

10/1～31 文明開化と伊勢のまち(文字解説付き)

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。(月2回(1日・16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～

※市議会放送・特別番組放送時を除く。

市議会放送

市議会9月定例会本会議および決算特別委員会を、会議があった日の翌日の14時と19時から放送します。

※議会終了日の翌々日から再放送(放送時間:20時～)をします。詳しくは、議会事務局(☎21-5630 FAX) 21-5631)へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

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) 050-3156-7279)

【生中継】伊勢まつり(35分番組)

10月7日・夜の部の模様を生中継で放送します!!

放送日時 10月7日(出)、20時25分～21時(予定)

【特別番組】伊勢まつり(2時間番組)

10月7日・8日の模様を特別番組で放送します!

放送日時 10月14日(出)・15日(日)、12時・21時～(予定)

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・7時・8時・10時・11時・12時・16時・18時・19時・20時・22時・23時～(ほか)

※ダイジェストは翌週の月～日曜日・14時に放送します。

カコトピ(15分番組)(1日・8日・16日・24日に更新)

懐かしい伊勢志摩地域のトピックスを再放送します。

放送時間 14時30分・23時32分～

お木曳の記憶～平成18年 第一年次お木曳行事～(15分番組)

神宮式年遷宮で使う御用材を外宮・内宮へ運ぶ行事「お木曳」。前回の遷宮に合わせ、平成18年に行われた第一年次お木曳行事、全奉曳団の模様を1回ずつ再放送します。

10/1～ 常磐西世古奉曳団 10/8～ 宮町奉曳団

10/16～ 浦口町奉曳団 10/24～ 神久社奉曳団

放送時間 8時30分・14時44分・23時46分～

企画番組

10/1～ 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)

10/8～ 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① (ほか)

10/16～ ぐるぐるグルメ・皇學館大学大学生テレビ局 (ほか)

10/24～ 紡ぐ～美し国の技～・森の発表会・ランドスケープ② (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。

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

0120-28-3001

FreeDial

引越 宅急便 緊急荷物 ☆一個の荷物から集配致します。

TSUTA TRANSPORT (有) つた運輸

伊勢市小俣町宮前704の3 TEL(0596)28-3000(代)

広告

10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

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
〔9日は祝日のため10日火に行きます〕
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、
広報広聴課へ電話または来所
※16日実施分の申し込みは、10日火から
受け付けます。

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 10月19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 10月2日(月)の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 10月18日(水)、13:00～
所 広報広聴課(☎21-5515)
定 4人(先着順)
申 10月12日(木)・17:00までに、広報広聴
課へ電話

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 10月10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
広聴課へ電話または来所

公証 遺言・契約証明

時 10月5日(木)、13:30～
所 広報広聴課(☎21-5515)
定 2人(先着順)
申 10月4日(水)16:00までに、広報広聴課へ電話

時 月～金曜日、9:00～17:00
所 伊勢公証役場〔岩淵2丁目5-1 三銀日
生ビル・5階〕(☎28-6506)
※相談を希望する場合は、事前に電話で
公証役場へ問い合わせてください。

※電話での問い合わせが難しい人は、広報広聴課〔市役所本館・2階〕(FAX)22-9699 ✉ise-koho@city.ise.mie.jp)へ問い合わせてください。

行政

国・特殊法人などへの意見・要望など

時 10月10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 10月17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 10月24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 10月12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
課へ電話または来所

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 津地方法務局伊勢支局(☎28-6158)

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

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、11:00～16:00
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)

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)

生活に困っている人

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)

働きづらさを抱えた人

さまざまな理由で、働きづらさを抱えた人の
相談・支援など
時 月・火・木・金曜日、10:00～16:00
所 いせ就労チャレンジ☆カフェ
〔本町5-3浦田ビル・2階〕(☎65-6114)

福祉の総合相談

日常生活での困りごと・ヤングケアラーなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
※月曜日のみ、19:00まで
所 福祉総合支援センターよりそい
ミライセ
〔MiraiSE内健康福祉ステーション・7階〕
(☎21-5583)

高齢者

介護や福祉の相談など

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)

障がい者・障がい児

日常生活やサービスの利用相談など

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
「アルク」(☎24-3009、FAX)27-0570)

家庭児童・女性 児童虐待・DVなど

時 月～金曜日、8:30～17:15
※月曜日のみ、19:00まで
所 福祉総合支援センターよりそい
〔MiraiSE内健康福祉ステーション・7階〕
(☎21-5709)

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)

ひきこもり

時 月～金曜日、8:30～17:15
所 伊勢市ひきこもり地域支援センターつむぎ
〔福祉健康センター・1階〕(☎63-5670)

出張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 10月19日(木)、13:30～15:30
所 沼木コミュニティセンター(沼木支所内)
問 社会福祉協議会中部支所(☎63-5334)

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。

新型コロナワクチン 接種に関するお知らせ

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)

令和5年度の秋開始接種について

9月20日から「令和5年秋開始接種」を実施しています。
対象者には、8月下旬に通知文書を送付しています。内容を確認していただき、希望する人は接種を検討してください。通知文書が届いていない人で、接種を希望する人は同係(☎21-5578)へ連絡してください。

接種日程：9月20日(水)～11月14日(火) 接種場所：個別接種実施診療所

※使用ワクチン・予約方法については「広報いせ」9月1日号裏表紙または市のホームページを確認するか、伊勢市相談・予約センター(☎0800-200-0115(通話料無料))へ問い合わせてください。

- ※接種日程は9月1日時点の日程です。ワクチンが追加供給され次第、日程を延長します。
- ※接種日時は診療所により異なりますので、ワクチン予約サイトで確認してください。
- ※予約した人には、新しい接種券を送付します。接種の際は必ず赤枠破線付きの予診票を持参してください。
- ※ワクチン接種については感染状況などによって国の方針が変わる可能性があります。詳しい内容は、市のホームページを確認してください。



芸協らくご・伊勢おかげ寄席

文化政策課
(☎22-7885 FAX21-0424)

落語の演目に多い「お伊勢参り」の縁の地で、公益社団法人落語芸術協会による寄席公演を行います。古くから伝わる伝統芸能をお楽しみください。

とき 11月16日(水)・17日(木)、18:30～(開場は17:30)

ところ ハートプラザみその

出演 春風亭昇太さん(落語) (16日のみ)、桂宮治さん(落語) (17日のみ)

おせつときょうたさん(漫才)、昔昔亭A太郎さん(落語)

桂小すみさん(音曲) ほか

定員 300人(就学前の子どもは入場できません)

料金 3,000円(前売り券は2,700円) [全席指定]

2日間通し券は5,000円(イープラス前売りのみで販売)

※一度に4枚まで購入できます。

※前売り券が完売した場合、当日券の販売はありません。



チケット販売 10月8日(日)から、シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢窓口、またはイープラス(イープラスWebサイトもしくはファミリーマートのマルチコピー機を利用)で購入 ※別途イープラス手数料が必要となります。

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
Webでも相談できます。方法など詳しくは、市のホームページを確認してください。

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

※本サービスは、民間業者に委託して運営しています。

人の動き (8月末)	総人口	120,781人 (-158人)
	世帯数	56,226世帯 (-7世帯)
性別	男性	57,293人 (-87人)
	女性	63,488人 (-71人)

広報いせ 第355号

発行日/令和5年10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

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。



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・雑紙と同様に分別してください。



見やすいデザインのための文字を使用しています。

「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。

本紙以外からも伊勢市の情報を配信中!
登録はコチラから!



Facebook



X (Twitter)



LINE



Youtube

