



なばり

2015年(平成27年) 6月28日発行

主な内容

- ③……市長への手紙、創業支援・求職者セミナーの案内
- ⑦……子育てすくすく情報、かがやき催物
- ⑧……熱中症やデング熱の対処法、二次救急実施病院

発行/名張市企画財政部広報対話室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎0595-63-7402 ✉pr@city.nabari.mie.jp 〻http://www.city.nabari.lg.jp

保存版!

市内の避難場所はこれで
確認! 家族で情報共有を

「防災マップ」を配布します

今回作成した防災マップは、自宅地域以外の情報を知っていただくため、市内全域の市指定避難所や土砂災害危険箇所などの情報を掲載しています。

通勤、通学先や、普段よく行く場所などの最寄りの避難所がどこなのか、いざというときに備えて確認してください。

主な掲載内容

全50カ所の市指定避難所の場所と、土砂災害警戒区域などの危険箇所

他にも、災害時緊急連絡先(消防署、市立病院、応急診療所など)や、南海トラフ地震の想定情報(想定される最大震度など)、地震が発生したとき取るべき行動、土砂災害の注意と身を守る方法などの情報も掲載しています。



配布方法と時期

6月下旬ごろより、地域づくり組織の協力をいただきながら順次配布

7月末ごろになってもまだお手元に届かないようであれば、問い合わせ先へご連絡ください。

※防災マップは市ホームページでもご覧になれます。 **名張市 防災マップ** で **検索**



地震、台風、土砂災害、全国でさまざまな大災害が多発しています。もし大災害が起きたとき、正しく避難できますか?
今回新たに作成した防災マップは市内全域

の避難所などを掲載しています。家族や地域の皆さんと話し合い、いざというときに備えてください。

☎危機管理室 63・7271

災害が起こったその時!

あなたの避難場所は?

名張市の面積 129.77 平方キロメートル

保存版

名張市防災マップ

わが家の防災メモ

● わが家の避難場所 (指定された場所)

● 家族の集合場所 (指定された場所を記入してください)

● 緊急時の連絡先 (指定された場所を記入してください)

● 非常時の準備 (指定された場所を記入してください)

機関名	電話番号	連絡先	電話番号
名張市消防	0595-63-2111	名張市上下水道部	0595-63-4114
名張市警察	0595-63-2110	名張市保健所	0595-63-5911
名張市消防署	0595-63-2115	名張市児童館	0595-62-0110
名張市消防署	0595-63-0999	中部電力	0120-985-315
名張市立病院	0595-61-1100	名張市上下水道部	0595-63-4114
名張市応急診療所	0595-63-3913	名張市役所	0595-65-2311

名張市防災マップとは?

指定避難場所や防災関係機関及び市指定災害危険箇所を掲載した市内全域のマップです。ご自宅や通勤・通学先、普段よく行くところの最寄りの避難場所の位置や安全な避難経路を確認してください。土砂災害の危険箇所や地震の被害想定区域等、災害時の注意や身を守る方法などの情報も掲載されています。いざという時に役に立ち、行動できるように災害や地域内で防災意識を高めてください。

名張市 危機管理室 発行

近年多発!

台風や地震、さまざまな災害がきっかけで発生します。

土砂災害にご注意ください。

市内にもいくつか土砂災害警戒区域に指定されている地域があります。最近では、集中豪雨などにより大規模な土砂災害が多発しています。くれぐれもご注意ください。

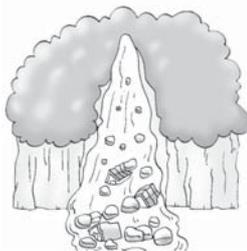
こんな前ぶれに気づいたらすぐ避難!



がけ崩れ

急傾斜地崩落危険箇所

- ▼がけにひび割れができる
- ▼小石がバラバラと落ちてくる
- ▼がけから水が湧き出る
- ▼湧き水が止まる
- ▼湧き水が濁る
- ▼地鳴りがする



土石流

土石流危険渓流

- ▼山鳴りがする
- ▼急に川の水が濁り、流木が混ざり始める
- ▼腐った土の匂いがする
- ▼雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- ▼立木がさける音や石がぶつかり合う音が聞こえる



地すべり

地すべり危険箇所

- ▼地面がひび割れたり陥没したりする
- ▼がけや斜面から水が噴き出す
- ▼井戸や沢の水が濁る
- ▼地鳴り・山鳴りがする
- ▼樹木が傾く
- ▼亀裂や段差が発生する

市民6300人が登録! 防災・防犯情報をメールでお届けします。

防災ほっとメールをご登録ください。

防災情報



受信メール
2015/8/25
避難勧告
台風○号の接近により、○○地区に避難勧告を発令しました。

地震や風水害などにより、市が災害対策本部を設置した際、避難情報や災害情報を携帯電話などに電子メールでお知らせします。

イメージ

登録方法

●携帯電話各社のメニュー項目から...

docomo(iモード)

メニューリスト

▼

東海メニュー

▼

タウン情報/行政

▼

公共サービス

▼

防災ほっとメール

au (ezweb)

メニューリスト

▼

生活情報

▼

住宅・暮らし

▼

セキュリティ

▼

防災ほっとメール

SoftBank(Y!mobile)

メニューリスト

▼

地域メニュー

▼

東海

▼

行政

▼

防災ほっとメール

各社とも「防災ほっとメール」のページに接続後、「東海」⇒「名張市」を選択し、「緊急メール(登録/解除/閲覧)」の項目から登録ができます。

●携帯電話やパソコンで<http://www.anshin-bousai.net/nabari/>に

接続するか、右のQRコードを読み込んで登録できます。



登録不要

緊急地震速報、避難情報などを配信

緊急速報メール

(au、ソフトバンク)

エリアメール (ドコモ)



気象庁からの「緊急地震速報」や、市が発令する「避難勧告」「避難指示」などの災害避難情報をau、ソフトバンクの「緊急速報メール」、ドコモの「エリアメール」を活用して配信します(名張市内など配信区域内にいる場合のみ、携帯電話が自動的にメールを受信します)。

受信時は、画面表示、バイブレーション、専用の着信音でお知らせします(マナーモードなどに設定している場合も着信音が鳴ります)。

◎「防災ほっとメール」と異なり、事前登録は不要です。ただし、対応機種でなければ受信できません。詳しくは、各携帯電話会社へお問い合わせください。

受信メール
2015/8/25
災害避難情報
避難勧告発令
地震発生に伴い、名張市では避難勧告を発令しました。

イメージ

防犯情報



受信メール
2015/8/25
不審者情報
名張市○○地区で、不審な人物(○歳代男性)が、小学生に対して、声をかけるという事案が発生しました。

車上ねらいや、振り込め詐欺など名張警察署管内で多発傾向にある犯罪の情報や、不審者情報、行方不明者情報などを、携帯電話などに電子メールでお知らせします。

イメージ

今年度、耐震化工事で使用できない避難所のお知らせ

- ▼名張西高等学校 体育館・武道場
平成27年7月下旬～12月中旬
- ▼名張高等学校 体育館
平成27年7月下旬～8月下旬
- ▼名張高等学校 武道場
平成27年9月上旬～11月下旬

- ▼比奈知小学校 体育館、美旗小学校 体育館
平成27年7月18日～8月末まで
- ▼北中学校 体育館、桔梗が丘南小学校 体育館
平成27年7月18日～平成28年2月末まで
- ※ 工事の進捗状況によって、期間が変動することがありますのでご注意ください。



※ 災害発生時には、別の避難場所を開設します。地域の皆さんには「防災ほっとメール」、「FMなばり」、「広報車によるアナウンス」などでお知らせします。

今年の市総合防災訓練は、

11月8日

を予定しています。ぜひ、ご参加ください。



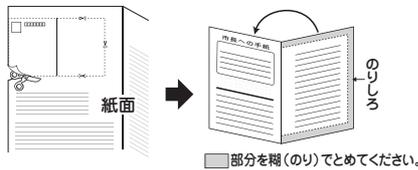
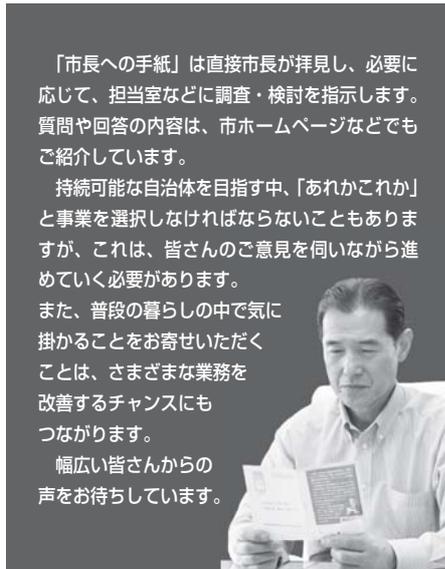
差出有効期間
平成28年6月
30日

518-0490

名張市鴻之台1番町1番地
名張市長 亀井 利克 行



〈なばり〉



市政に対する考えや思いをお寄せください

問 広報対話室 ☎ 63・7402

市長への手紙



**在宅介護をされている人へ
みんなの介護教室を開催**

◆電動車いすで楽々安全移動
日時 7月11日(土) 午後2時～
場所 憩いの里鴻之台ケアホーム(鴻之台1)
定員 15人程度
☎ 憩いの里 鴻之台ケアホーム ☎ 48-6735

◆在宅で暮らし続ける心のケア交流会
日時 7月18日(土) 午後1時30分～
場所 デイサービス とんぼ池(安部田)
定員 12人程度
☎ デイサービス とんぼ池 ☎ 63-8208

◎各講座とも参加無
料。申込方法など
については、各問い合
わせ先へ



**「平成27年度三重県下水道排水
設備工事責任技術者試験」を開催**

日時 11月25日(金) 午後1時～
場所 三重県総合文化センター(津市)
申込 7月1日(金)から8月24日(金)までに、申込
書を下記ホームページよりダウンロード、もしくは
郵送を依頼して取り寄せ、必要事項を記入の上持参か、郵便(〒515-0104三重県松阪市高
須町3922)で問い合わせ先へ(当日消印可)

☎ (公財) 三重県下水道公社 総務課
☎ 0598-53-2331
☎ http://www.mie-kousha.or.jp/

**「自然農法セミナー」
参加者募集**

日時 7月18日(土) 午後1時30分～3時30分
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
内容 秋冬野菜の栽培と特徴
参加費 300円
※事前申込不要
講師 板坂 康行さん(MOA
自然農法文化事業団普及員)
☎ 食と健康を考える会(中嶋)
☎ 64-6332



**平成27年度第2学期(10月)入学
放送大学の学生を募集**

放送大学は、自宅で学べる通信制の大学で
す。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然
科学など幅広い分野を学べます。

募集する学生の種類(教養学部)
▼全科履修生 ▼選科履修生 ▼科目履修生
入学資格 大学卒業を目的とする全科履修生
は18歳以上で、高等学校卒業、またはこれ
と同等以上。ほか、15歳以上であれば可
※入学試験はありません。
大学院についてはお問
い合わせください。

募集期限 8月31日(日)
募集要項の請求先
○放送大学HP
http://www.ouj.ac.jp



☎ 放送大学三重学習センター
(三重県総合文化センター内)
☎ 059-233-1170(月曜休館)

**働く人を応援します!「創業支援・
経営、求職者のセミナー」を開催**

◆経営向上計画セミナー
※事業者(従業員でも可)が対象
経営課題の解決・計画実行をバックアップします!
日時 7月8日・15日・22日・29日、8月5日
午後2時～5時 ※全5回全て水曜日

◆ビジネスマナーとおもてなし力UP講座
人間関係を変えるおもてなしをアドバイス!
日時 7月17日・24日・31日、8月7日
午後1時～5時 ※全4回全て金曜日

◇ ◇ ◇ ◇
場所 産業振興センターアスピア(南町)
申込 申込方法や、参加対象者などについては
電話やメールなどで問い合わせ先へ
◎各講座とも定員40人、参加無料

☎ 名張市雇用創造協議会 ☎ 63-2143
FAX 64-8100 ☎ seminar@nabari-koyou.jp

**就職面接会を開催!
参加企業を募集します**

市内で就職を希望している求職者と企業の
出会い・面接の場として就職説明会を開催し
ます。ご参加いただく企業を募集します。

日時 8月18日(火) 午後1時30分～4時
場所 産業振興センターアスピア(南町)
募集企業 市内の事業所
◎参加無料。申込方法など詳しくは、問い合
わせ先へ

☎ 名張市雇用創造協議会 ☎ 63-2143
☎ http://www.nabari-koyou.jp/

読者の声
広報メールサポーターから...

5・2号掲載「家族が詐欺から狙われる日」について ▼うちにも詐欺のハガキが届いたことがあります。他人事ではないなど実感しました。
▼詐欺事件の被害総額には驚いた。これだけ注意の呼び掛けがあるにも関わらず被害にあってしまうということは、手口が本当に巧妙なんだと思う。

お寄せください 市長への手紙

右の用紙を切り抜いて、住所・氏名・性別・年齢・電話番号(メールアドレス)、ご意見・ご提言の件名、具体的な内容を記入して、送付してください。

市長の まちかどトーク 随時受付中

市内在住・在勤・在学の10人以上のグループ・団体などを対象に、市長と市政について語り合う「市長のまちかどトーク」も随時受付中。開催希望日の1ヵ月前までに広報対話室(☎63-7402)へお申し込みください。

市長への手紙

〒
ご住所 _____

お名前 _____

性別 男・女 _____ 年齢 歳 _____

電話番号 () _____

メールアドレス _____

この手紙を(公開して良い・公開されたくない)
この手紙に対する返事(必要・不要)
《ご意見・ご提言》

(件名) _____

(具体的な内容) _____

のりしろ

のりしろ

のりしろ



55歳以上の求職者が対象 総務労務事務講習のご案内

日時 8月19日(木)～27日(木)の期間の平日(全7回) 午前9時～午後4時
場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)
対象 55歳以上の求職者
定員 20人
申込 7月21日(木)までにシルバー人材センター 備え付けの申込用紙をご記入し、同窓口へ
☎ 名張市シルバー人材センター ☎ 63-6800



農業用プラスチックの リサイクル回収(有料)を実施

日時 7月4日(土) 午前9時～午後3時
場所 カントリーエレベーター(上小波田)
対象 ハウス用被覆ビニール、畦シート、肥料の空袋、育苗箱など
処理費用 1kgあたり75円(消費税込み)
◎農業用プラスチックを家庭ごみとして出すことや、野焼き処理することはできません。
☎ JA伊賀南部資材課 ☎ 0120-370-931



パスポート申請・受取りは 市役所で!

市内に住民登録のある人のパスポートの申請・受取りは、名張市役所で行います。

受付時間・窓口

▼午前9時～午後4時30分

※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

▼市役所1階総合窓口センター

申請に必要なもの

▼一般旅券発給申請書 1通

必ず申請者本人が記入しなければならない箇所があります。申請内容により用紙が異なります。

▼戸籍抄本または謄本(記載内容が最新で、6ヵ月以内に発行されたもの) 1通

有効期間内に切り替える場合で、氏名・本籍地の都道府県名に変更がない人は省略できます。

▼写真(タテ45mm×ヨコ35mm、6ヵ月以内に撮影したもの) 1枚

ボックスでの自動写真やデジタルカメラの写真は、規格を満たさないことが多いのでご注意ください。

▼本人確認書類(運転免許証、写真付き住基カードなど。ただし、健康保険証や年金手帳は確認書類が2点必要)

原本で有効なものに限ります(コピー不可)。

▼前回取得したパスポート

有効なパスポートをお持ちの場合は申請時に必ず提出してください。期限切れパスポートを保管している場合はお持ちください。

◎パスポートの受取りは、申請受付日から休業日を除いて8日目以降です。手数料や受取方法など詳しくは、問い合わせ先へ

☎ 総合窓口センター ☎ 63-7440



第58回名張市美術展覧会出品作品を募集

出品者資格 市内在住・在勤・在学で15歳以上の人(中学生は除く)

出品規定 自己の制作した未発表の作品。各部門とも1人1作品

出品手数料 1作品1,000円 ※平成9年4月2日生まれから平成12年4月1日生まれまでの学生(各種学校生を含む)は無料。搬入時に学生証などを提示ください。

作品搬入 9月26日(土)・27日(日) 午前10時～午後4時までに作品を総合福祉センターふれあい(丸之内)へ申込書、出品手数料とともに持参

公募部門・作品規定

【絵画】 日本画(水墨画を含む)、油彩画、水彩画、パステル画、アクリル画、版画などで額装(20号以上100号以下) ※ガラスやアクリル板を外して出品

【書道】 漢字、仮名、漢字仮名交じり文、篆刻、少字数、墨象で、体裁は軸装、裱張、額装、帖、巻子とします。屏風も可。軸作品は、すべて縦200cm以内。積文を添付 ※ 臨書作品も認めます。

【写真】 白黒、カラーとも四ツ切以上半切・A3ノビ以下で額装かパネル張。組写真(一枚張で半切以下)可。額サイズは長辺59cm以内 ※ 額のガラスやアクリル板を外して出品

【美術工芸】 彫刻、陶芸、工芸、その他立体造形 ※ 一人で移動可能なもの

開催期間 9月30日(木)～10月4日(日)

開催場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)

◎募集要項・出品申込書・積文用紙は、各地区公民館・市民センター、名張連絡所、市役所1階案内・3階文化生涯学習室で配布します。

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892

※展覧会ご入場の皆さまに投票いただく「みんなが選ぶNABARI賞」を今回から設けました。是非、皆さまのお声をお贈りください。(各部門1作品)



**総合型地域スポーツクラブ
設立希望団体説明会**

総合型地域スポーツクラブの設立を希望する団体を募集します。応募についての説明会を開催しますので、ご興味のある人はぜひご参加ください。

※総合型地域スポーツクラブとは?

子どもからお年寄りまで、さまざまな世代がいろいろな種目を選んで、気楽に楽しめる地域のスポーツクラブのことです。

地域の皆さんが、地域の実情に応じて創意工夫しながらスポーツクラブを運営して、スポーツ活動を幅広く促進できます。

日時 7月14日(木)午後7時～8時

場所 勤労者福祉会館(夏見)

☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100



**7月1日より受付開始
第十回特別弔慰金のお知らせ**

第十回特別弔慰金に関するお知らせを該当する戦没者のご遺族の皆さんへ、6月29日(木)に発送します。

受付期間 7月1日(木)～28日(木) 午前9時～午後5時 ※土、日、祝祭日は除く。

受付場所 市役所1階ロビー「特別弔慰金受付窓口」 ※7月29日以降は、市役所1階4番窓口にて受付します。

請求期限 平成30年4月2日まで

☎ 生活支援室 ☎ 63-7582



**「長距離ナイター記録会」
参加者募集**

日時 ①7月27日(月)、②8月10日(月)
午後7時～(受付) 午後7時20分～(競技説明) ※少雨決行

場所 近大高専グラウンド(春日丘7)

対象 市内在住・在勤・在学で小学5年生以上の市、または市内でスポーツ活動をしている人

参加費 各300円 ※当日徴収。傷害保険代含

申込 7月17日(金)までに、HOS名張アリーナ(総合体育館)にある申込用紙に必要事項を記入し、同窓口へ

※ファクス可(63-5449)

◎本大会は、「美し国三重市町対抗駅伝」名張市代表選手選考の対象レースの一つです。

☎ 市陸上競技協会(川合) ☎ 63-0782



**献血にご協力ください
「サマー献血キャンペーン」**

夏場は輸血用血液が不足しがちです。かけがえない命を救うため、ご協力をお願いします。

日時 7月8日(木)

午前の部 午前10時～正午
午後の部 午後1時30分～4時

場所 イオン名張店(元町)

献血内容 一般献血(400ml)

持ち物 本人確認書類(運転免許証や健康保険証など)

☎ 地域医療室 ☎ 63-3913



**「市民陸上競技大会兼マスターズ
陸上競技大会」参加者募集**

日時 8月22日(土) 午前8時15分～(受付) 午前9時～(開会式) ※雨天時23日(日)

場所 市民陸上競技場(夏見)

対象 市内在住・在勤・在学で小学3年生以上の人

参加費 小・中学生300円、高校生400円、一般・マスターズ600円

※当日徴収。傷害保険代含

出場制限 小学生は1人1種目。中学生・高校生・一般・マスターズは1人2種目。ただしリレーは除く

申込 8月9日(日)までに、HOS名張アリーナ(総合体育館)にある申込用紙に必要事項を記入し、同窓口へ ※ファクス可(63-5449)

◎本大会は、「美し国三重市町対抗駅伝」名張市代表選手選考の対象レースの一つです。

☎ 市陸上競技協会(川合) ☎ 63-0782



**耐震・バリアフリー改修などで、
固定資産税を減額**

①耐震改修で、翌年度分が2分の1減額

【工事完了後、3ヵ月以内に申請を】

要件 ▼昭和57年1月1日以前から存在する住宅

▼現行の耐震基準に適合するように改修された住宅

▼1戸あたりの耐震改修工費が50万円以上

▼平成27年12月31日までに改修工事が完了する住宅

②バリアフリー改修で、翌年度分が3分の1減額

【工事完了後、3ヵ月以内に申請を】

要件 ▼65歳以上の人、要介護認定・要支援認定を受けている人、障害のある人が居住

▼自己負担額が50万円以上

▼平成28年3月31日までに改修工事が完了する住宅

▼平成19年1月1日以前から存在する住宅(賃貸を除く)

③省エネ改修で、翌年度分が3分の1減額

【工事完了後、3ヵ月以内に申請を】

要件 ▼平成20年1月1日以前から存在する住宅(賃貸を除く)

▼窓の断熱改修工事(必須)と、これに併せて床の断熱改修工事、天井の断熱改修工事、壁の断熱改修工事を行った住宅

▼自己負担額が50万円以上

▼平成28年3月31日までに改修工事が完了する住宅

※上記①～③について該当家屋が併用住宅である場合、その他条件がありますので詳しくは、問い合わせ先へ

④認定長期優良住宅で新築の場合、翌年度から5年間は、2分の1減額

【新築工事の完了日から翌年の1月31日までに申請を】

要件 ▼長期優良住宅の普及の促進に関する法律の規定による認定を受けて、平成28年3月31日までに新築工事が完了する住宅

☎ 課税室 ☎ 63-7437



国民年金保険料の免除制度

本人、配偶者および世帯主それぞれの前年所得が一定基準を下回る場合、申請により保険料が全額または一部免除されます。

免除の対象となる所得の目安

世帯構成	全額免除	一部免除		
		4分の3免除 保険料:3,900円	半額免除 保険料:7,800円	4分の1免除 保険料:11,690円
3人扶養【夫婦・子2人】	162万円	230万円	282万円	335万円
1人扶養【夫婦のみ】	92万円	142万円	195万円	247万円
扶養なし【単身】	57万円	93万円	141万円	189万円

◎世帯の状況により異なりますので、あくまでも目安としてご参照ください。

◎申請時期により前々年の所得で審査を行う場合があります。

◎学生は「学生納付特例」の手続きをしてください。

●ただし、全額納付に比べ、将来の老齢基礎年金額が少なくなります

10年以内であれば、後から保険料を納められます(追納)。ただし、承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納すると、当時の保険料に加算額が上乗せ

されます。なお、一部免除後の保険料を支払わなかった場合、障害基礎年金や遺族基礎年金を受給できない場合があります。

●平成27年度(7月～平成28年6月分)の申請は、7月から市役所1階保険年金室で受付

平成26年度の免除承認通知(はがき)で継続申請が承認(期間延長承認など)されていれば、平成27年度の申請は不要です(8月中旬～10月頃に審査結果を送付)。

7月1日以降に申請が必要な人は、継続審査を希望しなかった人や一部免除が承認さ

れていた人、免除が却下された人です。

▼平成26年4月から、申請時点2年1ヵ月前までさかのぼって申請できるようになりました。

▼審査に必要なため、所得金額により税申告をお願いする場合があります。

年金相談

日時 7月14日(木)・28日(木) 午前10時～午後3時(受付は午後2時45分まで)

場所 産業振興センターアスパ(南町) ☎ 保険年金室 ☎ 63-7445

「早朝の公園」

最近、散歩にはまっています。
ちょっとした時間を見つけては、
近所を歩いています。

一番のお気に入りには、自宅近くの公園。この公園は大きな池を取り囲むように遊歩道が整備されていて、早朝の澄み切った空気がとろけわたっています。絶好の散歩コースとなっています。

皆さんもこの公園に魅力を感じるのでしよう。早朝にもかかわらず、たくさんの方と出会います。

友達同士でおしゃべりしながら散歩している人、音楽を聴きながらジョギングしている人など。それぞれが思い思いのスタイルで、朝のひと時を過ごしています。

初対面の人も多いのですが、そうした人との間にも、不思議なくらい自然に会話が生まれます。

ひまわり No. 423



～人権尊重をくらしのなかに～

ご意見は人権・男女共同参画推進室(☎63・7909)へ

その言葉に池に目をやると、水辺には白い小さな花がたくさん咲いています。普段、散歩でよく通っていた道ですが、こんなにきれいな花が咲いていることには気が付きませんでした。

「おはようございます」
「今日もいい天気ですね」
「そうですね、ずいぶん暖かくなりましたね」

「おはようございます」
「今日もいい天気ですね」
「そうですね、ずいぶん暖かくなりましたね」

何気ない会話ですが、お互いの顔を見て、言葉を交わすと、この素晴らしい空間と貴重な時間を共有しているのだと実感できて、とても温かい気持ちになります。あらためて、人と話をするのは大切なことだと思いました。

それまでは、どちらかというと、何事も考えずばっかりと歩くと、その人から教えてもらったように思いました。

新しい散歩の楽しみ方に出会ったようにも思いました。



「さわやかサッカー教室」受講者募集

日時 7月25日(土)・29日(水)、8月1日(土)・5日(月) 10日(月) 午前9時30分～11時30分
※全5回。小雨決行。予備日8月11日(水)
場所 メイハンスタジアム〔市民野球場〕(夏見)
講師 日本サッカー協会公認指導員
対象(定員) ▼幼児5・6歳男女(50人 ※親子で参加可) ▼小学1～3年生男女(50人) ▼小学4～6年生で初心者の男女(20人)
参加費 2,000円(全5回分。教室初日徴収)
申込 7月1日(火)から20日(水)までに、HOSアリーナ(総合体育館)にある申込書に記入し、同窓口へ

☎ 名張市サッカー協会(吉岡) ☎ 090-3851-4392



夏祭りで披露しよう「名張音頭」普及講習会

日時 7月5日(日)午後1時30分～3時30分
場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)
対象 市内在住・在勤の人 ◎参加無料
申込 前日までに、HOSアリーナ(総合体育館)や、各地区公民館にある申込用紙に必要事項を記入し、ファクスで問い合わせ先へ

☎ 名張音頭保存会(田中) ☎ 63-6200



はだしで走るコツをつかもう! 夏休み かけっこ道場

夏休みにかけてのコツを学びましょう!
日程 7月24日(金)・27日(月)、8月4日(火) 全3回
時間 ▼低学年コース(1～3年生) 午前10時～11時
▼高学年コース(4～6年生) 午前11時30分～午後零時30分
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
講師 徳地 和子さん
定員 各コース30人 ※先着順
参加費 1,500円(全3回分)
申込 6月30日(火)以降に、武道交流館いきいきにある申込書に必要事項を記入して、参加費を添えて同窓口へ

☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141



「第16回伊賀・税ウォッチング」参加者募集

日時 8月6日(水) 午前7時40分～午後6時30分
集合場所 名張市役所駐車場
内容 税金がどう使われているかなどを学び、県内公共施設を見学します。
【見学先】四日市海上保安部
対象 名張市・伊賀市在住の小学5・6年生
定員 40人 ※申込多数の場合は抽選
申込 7月1日(火)午後5時までに、電話などで問い合わせ先へ ◎参加無料。昼食付

☎ (一社)伊賀法人会事務局 ☎ 24-5774



自由に絵を描いてみよう! 夏休みわんぱく絵画

夏の思い出・好きなペットの絵など、好きな画材で好きなものを自由に描いてみましょう!
日時 7月27日(月)、8月3日(月) 午前10時～正午
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
講師 長船 侍夢さん
定員 各15人 ※先着順
参加費 1回500円
持ち物 描きたい題材・画材
申込 6月30日(火)以降に、武道交流館いきいきにある申込書に必要事項を記入して、参加費を添えて同窓口へ

☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141



子どもの就学について 教育相談会を開催

特別な支援が必要であると思われるお子様への就学などの相談会を開催します。
日時 7月28日(火)・29日(水) 午前9時10分～午後3時50分
場所 教育センター(百合が丘西5)
申込 7月3日(金)までに、現在通っている保育所(園)や幼稚園、小・中学校または問い合わせ先へ

☎ 学校教育室 ☎ 63-7882



「第16回つばさ手づくり市」を開催

日時 7月10日(金) 午前10時15分～正午
場所 伊賀つばさ学園(美旗町南西原)
内容 伊賀つばさ学園高等部生徒が作業学習で制作した作品の展示・販売(野菜、手芸作品、木工作品、リサイクル作品、陶芸作品など)

☎ 伊賀つばさ学園 ☎ 67-1108



7月11日～20日は夏の交通安全県民運動です!

- ◇シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
◇飲酒運転の根絶
◇自転車のライト点灯
◇子どもと高齢者の交通事故防止
◇自転車の二人乗りと並走の禁止

6月1日から改正道路交通法が施行されました。自転車運転中に危険行為を繰り返すと、自転車運転者講習を受けることになります。

自転車を運転している人が加害者となる事故も増えています。安全ルールを守りましょう。

☎ 都市計画室 ☎ 63-7749



子育て **すくすく** 情報

地域の広場

公民館・市民センターなどの施設を利用して、子どもが気軽に遊べる「地域の広場」が名張にはいくつもあります。

今号は、南富貴ヶ丘集会所で開催される「チャイルドサークルひまわり」の紹介と、参加する皆さんの声を聞きました。

☎ こども支援センターかがやき ☎ 67-0250

チャイルドサークル ひまわり

- 場所 南富貴ヶ丘集会所(富貴ヶ丘4)
- 開催日時 第1・3・4水曜日
午前10時~11時30分
- 対象 入園前の乳児と家族(市内在住)



ひまわりはアットホームな雰囲気です。お子さんも楽しんで、お気軽にご参加ください。

民生・児童委員 主任児童委員
名倉 豊さん 西村 洋子さん



ひまわりでは、働くお母さんの代わりにおじいちゃんや、おばあちゃんがご孫さんと参加しているのが印象的でした。

参加者の声



平野 真奈美さん
琳子ちゃん

私が今「ひまわり」の代表をしています。皆さんの参加お待ちしています。

他のお母さんとお話すると、子育ての色々な話も聞けるし、子どもも楽しく遊んでいます。



生間 麻美さん
敦翔くん

毎月孫といっしょにここに来て遊ぶのが、今の私の楽しみです。



中西 敏喜さん
里咲生ちゃん



こども支援センター かがやき 催物

開館時間 午前9時30分~午後5時

※日・月曜日、祝日は休館

▼はじめて広場 7月10日 金
午前10時30分~

▼親子で遊ぼう 7月4日 土

「かがやきコンサート
『二胡・niko一座』による演奏」/7月15日 水

「企画ママ・パパによる水遊びグッズを作ろう」(30日のみ先着50人)

◎いずれも参加無料。午前10時45分~11時30分

☎ こども支援センターかがやき
(桔梗が丘西3) ☎ 67-0250



九鬼 愛奈ちゃん
龍磨くん
裕翔くん
(西原町在住)

保健センター(朝日町)での 親子すくすく行事

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970

1歳6か月児健診

- 25年12月生
7月7日 水・8日 木
- 26年1月生
8月4日 水・5日 木

3歳6か月児健診

- 24年1月生
7月14日 水・28日 木
- 24年2月生
8月18日 水・25日 木

生後9か月~18か月の離乳食教室

7月1日 水 午後2時~3時30分 ※要予約

★ 幼児健康相談(同日 午前9時30分~11時受付)

助産師による母乳・育児相談

助産師による予約制の個別相談 ※要予約

7月10日 水・24日 水 午前10時~
7月3日 水・17日 水・31日 水 午後1時30分~

◎希望の人は、健康支援室(☎63-6970)

までお問い合わせください。

「子どもに起きやすい事故に対する救急対応について」

日時 7月13日 月 午前10時30分~正午

場所 こども支援センターかがやき

講師 富内 直美さん(日本赤十字社三重県支部)

内容 もしものときに役立つ救急法とその予防について

対象 市内在住の子育て中のお父さん、お母さん

定員 15人 ※先着順。

申込 7月9日 水(平日午前9時30分~午後5時)

までに、電話で問い合わせ

先へ

※託児が必要な場合は、同時に申し込みをお願いします。

☎ こども支援センターかがやき
(桔梗が丘西3) ☎ 67-0250



次号予告
夏のイベント特集
7月12日発行

伊賀地域二次救急実施病院

7月

岡 地域医療室
☎63-3913

実施時間帯

- ◆平日…午後5時～翌日午前8時45分
- ◆土・日曜日、祝日…午前8時45分～翌日午前8時45分
- ※ただし、岡波総合病院は、月曜日…午後5時～翌日午前9時/第2・4日曜日、祝日…午前9時～翌日午前8時45分
- ◆平日昼間午前8時45分～午後5時は、名張市立病院で二次救急を実施

日	月	火	水	木	金	土
			1 名/岡	2 名	3 上	4 名
5 名	6 岡	7 名	8 名/岡	9 名	10 上	11 上
12 岡	13 岡	14 上	15 名/岡	16 名	17 上	18 名
19 名	20 岡	21 名	22 名/岡	23 名	24 上	25 上
26 岡	27 岡	28 上	29 名/岡	30 名	31 上	

- ☆みえ子ども医療ダイヤル(☎#8000)…子どもの急病やケガの無料相談(毎日午後7時30分～翌日午前8時)
- ☆三重県救急医療情報センターコールセンター(☎64-1199)…24時間体制で受診可能な医療機関を紹介

◆救急車で搬送以外は必ず事前にご連絡ください。
名…名張市立病院(☎61-1100)
上…上野総合市民病院(☎24-1111)
岡…岡波総合病院(☎21-3135)

- ◎受け入れ対象は、重症患者です。実施日以外は救急受け入れを行いません。
- ◎重症患者が重なるときは、受け入れできない場合があります。
- ◎名張市立病院小児科では、24時間365日小児二次救急の対応をしています。受入対象は重症患者です。けがおよび交通事故などの外科系疾患は除きます。
- ◎かかりつけ医へ早めの受診を心掛けましょう。

夏に備えて 今から準備 熱中症やデング熱の対処法

梅雨が明けると本格的な夏がやってきます。今から、暑さに備えた体づくりや感染症などの正しい知識を身に付けておいてください。

岡 健康支援室 ☎63-6970

熱中症

昨年、全国の熱中症患者数は約28万人!

身体が暑さに順応していないこの時期から注意重症化すると亡くなるケースも

熱中症は めまいや立ちくらみ、頭痛や吐き気、さらに重症になると意識不明、まっすぐ歩けないといった症状が現れます。

屋外で活動しているときだけでなく室内で特に何もしていなくても熱中症は起こります。予防には、意識したこまめな水分補給と暑さを避けることを心掛けてください。

それでも熱中症になってしまったら、対処をしてください。

※意識がない場合や、水を飲ませようとしても、飲めないような状態のときは、すぐに救急車を呼んでください。

熱中症の対処法

冷たい水やスポーツドリンクなどを飲ませましょう。



首やわきに、氷のうや保冷剤をあてて体を冷やしましょう

外の場合は日陰、室内であればエアコンの効いた部屋などに移動させましょう。

デング熱

昨年、約70年ぶりに国内で発生

ウイルスに感染した蚊を媒介し感染拡大

デング熱は ウイルスによる急性の熱性感染症で、発熱、頭痛、筋肉痛などが主な症状です。

ウイルスに感染した蚊を媒介し感染が拡大しますが、人から人に感染することはありません。蚊に刺されないように注意しましょう。

■ 予防法

- ▼長袖のシャツを着たり、素足やサンダルを避けて肌の露出を控えましょう。
- ▼虫よけスプレーなどで皮膚を守りましょう。
- ▼網戸、防虫剤などを設置して侵入を防ぎましょう。

■ 蚊の発生防止

- ▼やぶや雑草は定期的に刈り取る。
- ▼不要な水たまりをなくす
- ▼撤去できない水たまりは定期的な清掃、換水、薬剤の使用で対応する。

MERS (マーズ) に注意!

韓国で中東呼吸器候群(MERS)が発生しています! 中東・韓国から帰国後2週間以内に、発熱・咳・呼吸困難などの症状が出た場合は、伊賀保健所(☎24-8045)へご連絡ください。

広告を募集中です

広告料 25,000円/回(結合枠50,000円) ※税込み

「広報なばり」に広告を掲載しませんか。毎号33,100部発行。市内の各世帯にお届けしています。広告掲載について詳しくは、広報対話室(☎63-7402)へお問い合わせください。



広告

広告

四季折々の旬の恵みを「一期一会」の態に盛り込み、京の風情と伝統を大切に、概念にとらわれない多彩な京料理でおもてなします。

京料理 割烹 **伊くま** **ANK**

京料理ランチ 会席膳 法事・仏事 寿司 鍋 お食い初め膳

ご予約のお問い合わせは

TEL 0595-62-3900 0595-62-3901

営業時間/◎11:00~14:30(L.O.13:30) @17:30~22:00(L.O.20:30)
定休日/月曜(祝日の場合は翌日休業) 20台
〒518-0441 三重県名張市夏見2699

