



# なばり

2019年（令和元年）6月25日発行

### 主な内容

- 1～2……ハザードマップ・避難を呼び掛ける5段階の警戒レベル
- 3～4……市長への手紙
- 5……熱中症対策
- 6……夏休み教室
- 7……二次救急実施病院
- 8……市民活動支援センター

発行/名張市秘書広報室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎0595-63-7402 FAX 0595-64-2560 ✉pr@city.nabari.mie.jp

## 市内11地域で更新！ 台風シーズン前に家庭で確認！

# 「ハザードマップ」

近年、局地的な大雨や土砂災害が全国で数多く発生しています。今号では、ハザードマップの見方を再確認するとともに、今年から運用が始まった災害危険度を5段階で示す警戒レベル情報について紹介。台風シーズン到来前に、各家庭で防災意識を高めましょう。

☎ 危機管理室 ☎ 63-7271



### ■ ハザードマップとは…

洪水や土砂災害が起きたとき、どこが危険かを予測した地図です。災害の恐れがある区域を掲載しているほか、▼災害情報の入手方法 ▼避難時の心得 ▼避難場所などの情報を掲載しています。

### ■ マップ活用のポイント

- ▼土砂災害危険箇所や洪水浸水想定区域などの範囲を確認しましょう。
- ▼最寄りの避難所と経路を確認しましょう。また、その経路に危険な箇所がないかも確認を。
- ▼マップの情報を家族で共有し、各家庭で災害に備えましょう。



「防災意識」を高めましょう。  
ハザードマップを活用して、

### 土砂災害に注意してください！

「土砂災害危険箇所」または「土砂災害警戒区域等」の情報をマップに掲載。いずれも、大雨の際に崩れる可能性があり、人家などに危険が生じる恐れがある場所です。

### ⚠ 災害時に開設する避難所について ⚠

マップに掲載している避難所は災害時に必ず開設するとは限りません。被害状況に応じて避難場所は異なります。災害時には市が発信する避難情報などに注意してください。



### ため池の浸水区域情報も掲載

今回更新したマップから、ため池ハザードマップ浸水区域の情報も掲載しています。

### 大雨の時は河川の氾濫に注意

「洪水浸水想定区域」は、想定し得る最大規模の雨が降ったときにどれだけ浸水するか水深を色別で表したものです。大雨のときなどは、災害情報に注意し、早めに避難しましょう。



2ページ「避難するタイミングを5段階で呼び掛けます」へ続く

ハザードマップを更新した11地域 名張、蔵持、川西・梅が丘、薦原、比奈知、つつじが丘・春日丘、錦生、赤目、箕曲、青蓮寺・百合が丘、国津（鴻之台・希央台、すずらん台、美旗、桔梗が丘は、土砂災害危険箇所などに変更がないため更新していません）

## 「自らの命は自らが守る」という意識が災害時には重要です

「緊急性が分からなかった」「突然のことで動けなかった」などの声もありました。災害時には自分や家族を守るためにも、正しい情報の入手とその後の適切な避難行動が重要です。「自らの命は自らが守る」という意識を持って、いざというときに備えてください。



平成29年台風第21号上陸時、宇陀川周辺道路の一部が冠水しました。

今年もこれから台風が多く発生する季節に入ります。ハザードマップを活用して、改めて風水害への対策について確認しましょう。近年、100年に一度と言われるような大雨による水害・土砂災害が全国で発生しています。名張市でも平成29年の台風第21号の影響により観測史上最大の降水量を記録。幸いにも、人命に関わる被害はありませんでしたが、河川流域の市内6224世帯に避難勧告を発令しました。



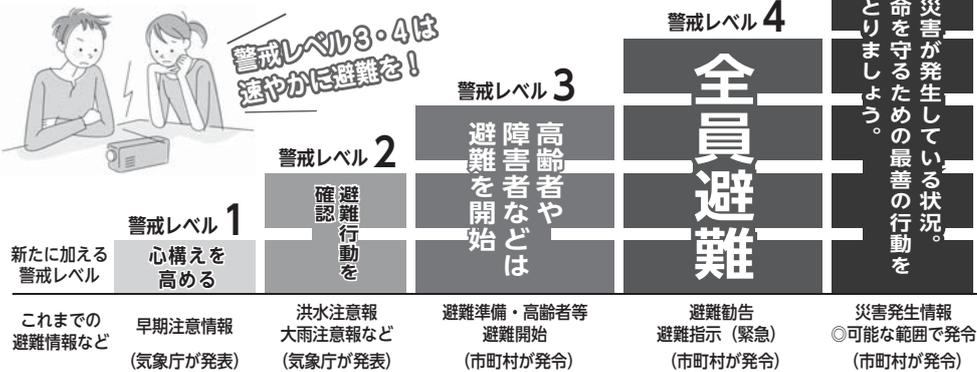
危機管理室 室長 谷本 佳司



# 避難するタイミングを 5段階で呼び掛けます

昨年発生した平成30年7月豪雨の被災地では、避難情報を認識していても避難しなかった人やできなかった人が多く被害に遭いました。これを受け、国は「避難勧告等に関するガイドライン」を改正。今年から全国の自治体では、水害・土砂災害に関する災害危険度を5段階で示すレベル別警戒情報を運用します。

これまでの避難情報に警戒レベルを加えて発信します(※)



## 警戒レベルなどの災害情報の入手方法を再確認!

警戒レベルによる避難情報の他、市内の被害状況や避難所情報など、災害関連の情報を入手する手段について確認しておきましょう。

- さまざまな手段で情報を発信します
  - ▶ FMなばり (83.5MHz) ▶ 防災ほっとメール
  - ▶ サイレン ▶ 緊急速報メール ▶ 広報車の巡回
  - ▶ 市ホームページ ▶ ケーブルテレビ など

▼ 防災ほっとメールに登録を!  
登録者には市から防災・防犯の情報を配信します。携帯電話やスマートフォンで右のQRコードを読み込んで登録できます。



▼ 市公式Facebook・Twitter  
災害時には市公式SNSで災害関連情報をお知らせします。ぜひ、フォローをお願いします。

※必ずしも警戒レベルの順番ごとに発令されるわけではありません。ケースに応じて、警戒レベル2や3から発令する場合があります。

## 名張市職員採用試験(看護師等) 受付開始!

### 市立病院や看護専門学校で働く看護師など3職種を募集

採用職種/採用予定人数	受験資格(下記のほかに法律などにより一定の要件があります)
看護師	若干名 昭和50年4月2日以降に生まれ、看護師免許を有し交替勤務が可能で、令和元年10月1日以降に出動できる人
作業療法士	1人 昭和50年4月2日以降に生まれ、看護師免許を有し交替勤務が可能で、令和2年3月31日までに看護師免許取得予定の人を含む)
看護教員	4人 次のいずれかに該当する人 1. 昭和44年4月2日以降に生まれ、5年以上の勤務経験がある保健師・助産師・看護師で、看護教員養成講習会を修了した人(令和2年3月31日までに看護教員養成講習会を修了見込みの人を含む) 2. 昭和44年4月2日以降に生まれ、看護専門学校・看護短期大学(3年課程)・看護系大学・看護系大学院卒業後、専門分野の教育内容のうちの一つの分野に3年以上従事した保健師・助産師・看護師で、大学で教育に関する科目を4単位以上履修した人 3. 昭和59年4月2日以降に生まれ、看護専門学校・看護短期大学(3年課程)、看護系大学卒業後、保健師・助産師・看護師として、それらの業務に5年以上従事した人(採用後看護教員養成講習会を受講できる人)

募集期間 6月25日(火)～7月12日(金) 試験日 8月3日(土)  
採用予定日 令和2年4月1日 ※今年度内採用の一部職種を除く  
※詳しくは、6月25日(火)から市立病院で配布する受験案内にてご確認ください(市立病院HPにも掲載)。

☎ 職員選考委員会事務局(市立病院総務企画室内) ☎ 61-1100(代表)

## 大切な命を守る「普通救命講習」受講者募集

◎受講無料

日時 7月27日(土) 午前9時～正午  
場所 防災センター(鴻台1)  
内容 心肺蘇生法、AEDの使い方、止血法、異物除去法など  
対象 市内在住・在勤の15歳以上の人  
定員 20人 ※先着順  
申込 6月27日(土)から7月7日(日)(午前9時～午後6時)までの間に名張消防署、桔梗が丘分署、つづしが丘出張所で直接お申し込みください。  
◎電話申込不可。詳しくは、問い合わせ先へ  
☎ 救急室 ☎ 63-0997



## 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22日(日) 午前10時30分～正午  
場所 こども支援センターかがやき  
対象 市内在住で子育て中の人  
定員 15人 ※先着順。参加無料  
申込 7月13日(土)までに、電話で問い合わせ先へ  
◎託児あり(託児希望の場合は、参加申込時に併せて申し込みください。先着20人)  
☎ こども支援センターかがやき(桔梗が丘西3) ☎ 67-0250

人口と世帯数  
6月1日現在 ( )は前月比

人口 78,550人(-40人) 男 37,985人(-13人) 女 40,565人(-27人) 世帯数 34,291世帯(+6世帯)



差出有効期間  
令和2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



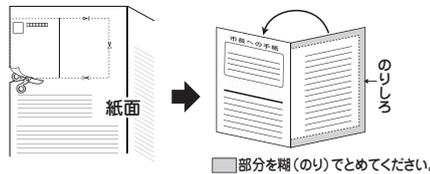
〈やまおり〉

「市長への手紙」は直接市長が拝見し、必要に応じて、担当室などに調査・検討を指示します。質問や回答の内容は、市ホームページなどでもご紹介しています。

持続可能な自治体を目指す中、「あれかこれか」と事業を選択しなければならないこともありますが、これは、皆様のご意見を伺いながら進めていく必要があります。

また、普段の暮らしの中で気に掛かることをお寄せいただくことは、さまざまな業務を改善するチャンスにもつながります。

幅広い皆さんからの声をお待ちしています。

市政に対する考えや思いをお寄せください 〇秘書広報室 ☎63・7402

# 市長への手紙



## パスポート申請・受け取りは市役所で!

市内に住民登録のある人のパスポートの申請・受け取りは、名張市役所で行うことができます。

### 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、個人番号カード、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。期限切れのパスポートを保管している場合はお持ちください。

◎パスポートの受け取りは、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

〇総合窓口センター ☎63-7440



## 三重県要約筆記者養成講座 受講者募集

要約筆記とは、聴覚障害者のために音声言語を文字で伝える通訳です。障害者の支援のため、興味のある人はぜひ、ご参加ください。

受講期間 令和元年8月～令和2年12月まで 毎月1～3回程度(全25回程度)

◎手書き、パソコンの2コースがあります。令和3年2月に修了試験を実施。

場所 三重県社会福祉会館(津市橋樑2)

対象 全日程の8割以上出席が可能で、県や市町からの派遣依頼に協力できる18歳以上の人員 各コース15人

受講料 無料(ただし、テキスト代3,600円やその他消耗品などが別途必要)

申込期限 7月20日(土)まで(必着)

◎8月10日(土)に面接を実施。講義の日程や受講内容、申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ

〇三重県聴覚障害者支援センター

☎059-223-3302 FAX 059-223-3301



## 介護者サロン「さくら喫茶」参加者募集

介護をしている皆さん、近くに介護について話せる相手はいますか? 茶話会や小物作りなどをしながら介護仲間と楽しい時間を過ごしましょう。

日時 毎月第3水曜日午後1時30分～3時30分

場所 福祉まちづくりセンター(イオン名張店3階)

対象 市内在住で介護をしている人や関心のある人

◎申込不要

〇福祉まちづくりセンター ☎62-7388



## 食のボランティア養成講座 「栄養教室」受講者募集

食生活を通じて健康づくりを支援するボランティア養成講座を開催。

受講後は食育を推進するボランティア活動に参加していただけます。

受講期間 8月から12月までの間、全9回(調理実習4回、講義5回)

※詳しい日程は市ホームページをご覧ください。

場所 名張市役所、保健センター(朝日町)など

対象 市内在住でボランティア活動に意欲がある18歳以上70歳以下の人 ※既受講者は除く

定員 16人 ※申込者多数の場合は抽選

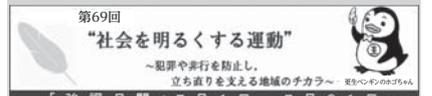
受講料 無料(ただし、4回の実習で使用する材料費2,500円が別途必要)

申込 7月12日(土)までに、はがき、または電子メール(health@city.nabari.mie.jp)に「栄養教室」、住所、氏名、年齢、電話番号、を記入の上、健康・子育て支援室(〒518-0492 鴻之台1-1)へ ※7月12日(土)必着

〇健康・子育て支援室 ☎63-6970

## 7月は「社会を明るくする運動」強化月間 更生保護「愛の資金」にご協力をお願いします

社会を明るくする運動は、犯罪や非行のない明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。今年も「愛の資金」にご協力をお願いします。



「強化月間」7月1日～7月31日 〇名張保護司会事務局 ☎63-7575

## 読者の声

広報メールサポーターから...

5・2号掲載「巧妙になる詐欺の手口」について ▼高齢者を狙う特殊詐欺の記事は、随時取り上げた方が良いでしょう。

▼こんなに気をつけていても減らない詐欺被害。名張でも発生しているとの事。70歳近い実家の父母にも気を付けるよう連絡したいと思いました。

**お寄せください  
市長への手紙**

右の用紙を切り抜いて、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。

- 返信を希望される場合は、住所・氏名を必ずご記入ください。
- 受付から2週間を目途に回答いたします。
- 匿名の場合は回答できません。いただいた意見は参考にさせていただきます。

**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ヵ月前までに秘書広報室(☎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

**悪質な「点検商法」や「訪問勧誘」にご注意を！**

■水道の職員になりすました訪問にご注意を！

市では次のようなことは行っていません

- ▼水道メーターを交換した際の料金徴収
- ▼水質・水圧検査や清掃・点検修理
- ▼浄水器の訪問販売やレンタル・あっせん

訪問した職員を不審に感じた場合は、身分証明書の提示を求めてください。市の上下水道部職員と業務委託先の上下水道部お客様センター従業員は、常に身分証明書を携行しています。



☎ 上下水道部経営総務室 ☎ 63-4114

**カタコト英語とジェスチャーで話せるおもてなしワークショップ参加者募集**

■名張市会場

日時 7月21日(日) 午後5時~7時

場所 森のレストランアーチ (青蓮寺2177)



■宇陀市会場

日時 7月20日(土)・28日(日) 午後3時~5時

場所 カエデの郷ひらら(宇陀市菟田野古市場135-2)

定員 各15人 ※先着順。参加無料

申込 各開催日2日前までにホームページ

または電話で問い合わせ先へ

☎ 東奈良名張ツーリズム・マーケティング (市役所4階) ☎ 41-1057

🌐 <https://enntourism.com/ja/> おもてなし

**名張ケンコー!マイレージが入浴補助券として使えます**

7月から、名張ケンコー!マイレージのポイントカードにスタンプを5つ集めると、市内の入浴施設の500円分入浴補助券として使えます。



入浴補助券利用可能施設 (50音順)

- ▼山水園
- ▼青蓮寺レークホテル
- ▼新町温泉
- ▼対泉閣
- ▼名張の湯



※各施設で入浴料金が異なります。差額は各施設でお支払いください。

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

**第77回 名張川納涼花火大会**

**7月27日(土) 午後7時50分~**  
※荒天時翌日順延

◆7月2日(火)から有料観覧席を発売します!

名張市観光協会(産業振興センターアスピア)などで発売 ※今年から車椅子席も発売します。

◆協賛箱を設置しています。ご協力ください!

名張市役所1階ロビー、名張市観光協会、名張商工会議所、各市民センター、イオン名張店に協賛箱を備え付けています。ご協力ください。(協賛箱は7月19日(金)まで設置)

名張川納涼花火大会まであと1ヵ月。今年も心に残る素晴らしい大会にするため、皆さんご協力をお願いします。

☎ 名張川納涼花火大会実行委員会事務局 (一社)名張市観光協会  
☎ 63-9148 <http://www.kankou-nabari.jp/>



年金  
通信

## 国民年金保険料の免除・猶予制度

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・猶予されます。

### ●令和元年度(7月～令和2年6月分)の申請は、7月1日(月)から市役所で受付

平成30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、令和元年度の申請は不要です。

申請が必要な人は、新たに免除を希望する人や前年度免除継続審査をしなかった人、一部免除が承認されていた人、免除が却下された人です。

#### 免除の対象となる所得の目安

世帯構成	全額免除	4分の3免除 保険料 4,100円	半額免除 保険料 8,210円	4分の1免除 保険料 12,310円	納付猶予 50歳未満
3人扶養[夫婦・子2人]	162万円	230万円	282万円	335万円	162万円
1人扶養[夫婦のみ]	92万円	142万円	195万円	247万円	92万円
扶養なし[単身]	57万円	93万円	141万円	189万円	57万円

※一部免除が承認された場合、表の保険料を納めないと未納になります。

◎世帯の状況により所得基準は異なります。左表は目安です。

◎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。

### ●免除が承認されれば、全額納付に比べて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ることができます(追納)。平成28年度以前の分は、当時の保険料に加算額が付きます。

☎ 保険年金室 ☎ 63-2148

年金  
相談

■産業振興センターアスピア(南町)での年金相談 ※定員は各回50人程度

日時 7月9日(火)、23日(火) 午前10時～午後2時45分

■津年金事務所での相談は要予約 ☎ 予約受付専用電話 ☎ 0570-05-4890 ☎ 03-6631-7521

税

## 耐震・バリアフリー改修などで 固定資産税(家屋)を減免

### ①耐震改修で、翌年度分が2分の1減額

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  
▼令和2年3月31日までに改修工事が完了する住宅  
※長期優良住宅の認定を受けて改修された場合は3分の2を減額

### ②バリアフリー改修で、翌年度分が3分の1減額

要件 ▼新築された日から10年以上経過した住宅(賃貸住宅を除く)  
▼改修後の住宅の床面積が50㎡以上280㎡以下  
▼65歳以上の人、要介護認定・要支援認定を受けている人、障害のある人のいずれかが居住  
▼自己負担額が50万円以上  
▼令和2年3月31日までに改修工事が完了する住宅

### ③省エネ改修で、翌年度分が3分の1減額

要件 ▼平成20年1月1日以前から存在する住宅(賃貸住宅を除く)  
▼改修後の住宅の床面積が50㎡以上280㎡以下  
▼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  
▼令和2年3月31日までに改修工事が完了する住宅  
※長期優良住宅の認定を受けて改修された場合は3分の2を減額

※上記①～③について、いずれも工事完了後、3ヵ月以内に申請をしてください。また、併用住宅である場合その条件があります。

### 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、令和2年3月31日までに新築工事が完了する住宅  
※上記①～④について、減免対象となる床面積の条件があります。

☎ 課税室 ☎ 63-7437

宝くじの収益金は地域の  
振興のために使われています

宝くじの収益金は地域の振興のために使われています

### ■サマージャンボ宝くじ7月2日発売

サマージャンボ宝くじ(市町村振興宝くじ)の収益金は、市町が行う防災対策や、道路、公園、文化施設、福祉施設の整備、地域医療の充実支援など、よりよいまちづくりのために使われます。



☎ 公益財団法人三重県市町村振興協会 ☎ 059-225-2138

消費税引き上げに伴う  
事業者向け軽減税率制度説明会

消費税引き上げに伴う事業者向け軽減税率制度説明会

10月から消費税および地方消費税の税率が10%に引き上げられるのと同時に実施される軽減税率制度についての説明会を開催。

事業者の皆さん向けに、日々の業務での対応や必要な準備についてお知らせします。

日時 ▼午前の部 7月4日(火)、8月5日(月)、9月5日(火) 午前10時～11時  
▼午後の部 7月5日(金)、8月6日(火)、9月6日(金) 午後2時～3時

場所 上野税務署(伊賀市緑ヶ丘本町)

内容 軽減税率の対象品目と経理方法について

定員 各20人 ※先着順

☎ 上野税務署 ☎ 21-0950(代表)

## 昨年は異例の猛暑により 7月の救急搬送が増加!

## 熱中症対策を忘れずに!

まだ暑さに慣れていないこの時期、熱中症対策を今からチェック。熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。正しい知識を持って、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

### 熱中症が起こりやすい環境

- ▼気温・湿度が高いとき
- ▼風がないとき
- ▼急に暑くなったとき
- ▼日差しや照り返しが強いとき

※屋外だけでなく、就寝中など室内で熱中症を発症することがあります。

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970 ☎ 救急室 ☎ 63-0997



### 予防法: 水分補給と暑さを避けること

- 適度に扇風機やエアコンを使用する。
- 無理せず適度に休憩を!
- 子どもを短時間でも車内などに放置しない。
- のどの渇きを感じなくてもこまめな水分・ミネラルの補給を!

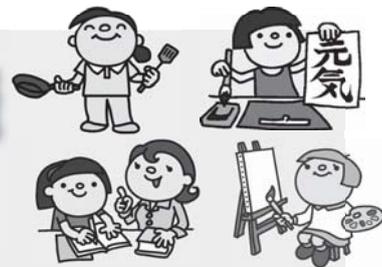
### 応急処置: 涼しい場所へ避難、体を冷やす、水分・塩分補給

- 風通しのよい日陰や、エアコンの効いた室内へ避難させる。
- 衣服を脱がせ、首や脇の下、股関節を氷などで冷やす。
- 意識がはっきりしているときは水分・塩分を与える。
- 自力で水が飲めない、意識がない場合は直ちに救急車を呼ぶ!





# 武道交流館いきいきで開催 夏休み教室 参加者募集!



## ■ 小学生夏休みかけっこ道場

日程 7月19日金・25日金・30日金(全3回)  
時間 いずれも▼低学年 午前10時~11時  
▼高学年 午前11時30分~午後0時30分  
定員 各30人 ※先着順  
参加費 1,500円(全3回)  
持ち物 運動のできる服装、飲み物、  
タオル2つ(汗拭き用とタオル体操用)

## ■ キッズ貯金箱作り教室

日時 7月22日 午前10時~正午  
対象/定員 小学生/16人 ※先着順  
参加費 1,000円  
◎持ち物や内容など詳しくは、問い合わせ先へ

## ■ 夏休みキッズイングリッシュ英会話

日程 7月26日金、8月1日金・8日金(全3回)  
時間 いずれも▼未就学児 午前9時30分  
~10時15分  
▼小学生 午前10時30分~11時15分  
定員 各クラス10人 ※先着順  
参加費 1,500円(全3回)

## ■ シーサー作り教室

日時 7月29日 午前9時~正午  
対象/定員 幼児~小学生/20人 ※先着順  
参加費 700円(材料費含む)  
持ち物 新聞紙2枚、粘土ヘラ、作品を持ち  
帰るための袋、もしくは空き箱

## ■ わんぱく絵画教室

日時 ▼7月29日 午後1時~3時  
▼8月5日 午前10時~正午  
対象/定員 幼児~小学生/各20人 ※先着順  
参加費 1回 500円 持ち物 描く題材、画材

## ■ 小学生読書感想文教室

日程 7月31日金・8月8日金(全2回)  
時間 ▼低学年 午前9時30分~10時30分  
▼高学年 午前11時~正午  
▼午後クラス(混合) 午後1時~2時  
定員 低学年/8人、高学年/10人、  
午後クラス/8人 ※先着順。  
参加費 1,000円(全2回)  
持ち物 読んだ本、原稿用紙、筆記用具 など

## ■ キャンドルスタンド教室

日時 8月5日 午後1時~4時  
対象/定員 幼児~小学生/20人 ※先着順  
参加費 700円(材料費含む)  
持ち物 新聞紙2枚、紙コップ、ストロー、  
作品を持ち帰るための袋、もしくは空き箱

## ■ 親子で楽しむ HIPHOP & ZUMBA

日時 8月5日 6日(全2回)  
いずれも午前9時~10時  
対象/定員 3歳以上の子どもとその保護者  
(子どものみの参加可)/30組 ※先着順  
参加費 子どものみ1人...1,000円(全2回)  
親子...1,500円(全2回) ※3歳以上の子  
ども1人追加ごとにプラス500円  
持ち物 飲み物、タオル、室内用上履き

## ■ いきいき書道体験教室

日時 8月7日 午前10時~正午  
対象/定員 小学生/12人 ※先着順  
参加費 500円 持ち物 習字道具、新聞紙

## ■ 親子で楽しむ藍染め体験教室

日時 8月19日 午前10時~11時30分  
対象/定員 親子(祖父母と孫も可)  
/20組 ※先着順  
参加費 1,000円/1組  
※子ども1人追加ごとにプラス500円  
持ち物 ビー玉、割り箸、輪ゴム  
◎汚れてもいい服装でお越しください。

## ■ 夏休み親子クッキング

日時 8月23日 午前10時~午後0時30分  
内容 ロールサンド、かぼちゃスープ、いちごムース  
対象/定員 年少~小学生の子どもとその保護者  
/10組 ※先着順  
参加費 1,300円/1組(材料費含む)  
※子ども1人追加ごとにプラス500円  
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、タオル

◎いずれの教室も6月26日 午前9時  
から受付開始。申込期限は各教室によ  
って異なります。詳しくは、問合せ先へ  
◎申込は、武道交流館いきいき備え付け  
の用紙に必要事項を記入し、参加費を  
添えて同窓口へ

☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141



## 「さわやかサッカー教室」 参加者募集

日時 7月24日 27日 31日 8月3日  
・7日 午前9時30分~11時(全5回)  
※小雨決行。予備日8月10日  
場所 メイハンフィールド(夏見)  
講師 名張市サッカー協会公認指導員  
対象/定員 ▼幼児5・6歳/50人 ※親子で参加可  
▼小学1~3年生/50人  
▼小学4~6年生の初心者/20人  
参加費 2,500円(全5回分。保険代含む)  
※初回に受付でお支払ください。  
申込 7月1日 14日 午後5時までに、  
HOS名張アリーナ備え  
付けの申込用紙などに  
必要事項を記し、同窓  
口へ。ファクス可(63-  
5449)



☎ 名張市サッカー協会(吉岡)  
☎ 090-3851-4392



## 「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18日 午前8時~(受付)  
午前9時~(開会式) ※荒天中止  
場所 メイハンフィールド(夏見)  
対象 年長児以上  
参加費 年長児・小学生500円、中学生700円、  
高校生・一般・マスターズ1,000円  
(傷害保険代含む)  
リレー1チーム1,000円 ※当日支払  
申込 6月25日 7月20日 午後5時までに、  
HOS名張アリーナ備え付けの申込用紙に  
必要事項を記入し、同窓口へ。ファクス可  
(63-5449)  
※中学・高校・クラブチームで申し込みの場合  
は、下記アドレスまでお問い合わせください。  
◎本大会は、「美し国三重市町対抗駅伝」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  
✉ nabarirk@yahoo.co.jp



## 第2回長距離ナイター記録会 兼 美し国三重市町対抗駅伝選考会

日時 8月25日 午後4時~(受付)  
午後5時~(競技開始) ※小雨決行  
場所 メイハンフィールド(夏見)  
対象 小学5年生以上。中学生以上は2019  
年度日本陸上競技連盟登録者に限る。  
参加費 小学生・中学生700円  
高校生以上1,000円(傷害保険代含む)  
※当日支払  
申込 7月1日 7月30日 午後5時までに、  
HOS名張アリーナ  
備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、  
同窓口へ。ファクス可(63-5449)  
※中学・高校・クラブチームで申し込みの場合は、  
下記アドレスまでお問い合わせください。  
◎本大会は、「美し国三重市町対抗駅伝」  
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  
✉ nabarirk@yahoo.co.jp

## 伊賀地域二次救急実施病院

7月

☎ 医療福祉総務室  
☎ 63-7579

### 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 岡	2 名	3 名/岡	4 名	5 上	6 名
7 名	8 岡	9 上	10 名/岡	11 名	12 上	13 上
14 岡	15 岡	16 名	17 名/岡	18 名	19 上	20 名
21 名	22 岡	23 上	24 名/岡	25 名	26 上	27 上
28 岡	29 岡	30 上	31 名/岡			

- ☆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(☎059-229-1199)…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。
- 名張市立病院小児救急医療センターでは、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学系疾患は除きます。
- かかりつけ医へ早めの受診を心掛けましょう。

◎救急車の適正利用をお願いします。



### ソーラーカーを使って親子で学ぶ 自然エネルギー教室 参加者募集

開催日 8月23日(金)  
 場所 近畿大学工業高等専門学校(春日丘7)  
 ▼ソーラーカーを見学しよう  
 時間 午前10時～11時30分  
 対象 小学1年生～中学3年生 ◎参加無料  
 ▼ソーラーカーを作ってみよう  
 時間 午後1時～3時30分  
 対象 小学4年生～中学3年生  
 参加費 2,000円(材料費含む。当日支払)  
 ◎いずれも定員は30組(応募者多数の場合は抽選)。保護者同伴必須。1つの部、または両方の部の参加可  
 申込 7月1日(日)から26日(金)までに市ホームページ申込フォームから、または申込用紙を出し、ファクスで問い合わせ先へ  
 ☎ 環境対策室 ☎ 63-7492 FAX 63-4677



### 認可外の事業所内保育施設の 設置届出はお済みですか？

7月から、病院や企業などの事業所内で従業員の子どもの保育する施設の設置者は、県に設置届出をする必要があります。  
 対象となる施設は市役所1階保育幼稚園室を通じて届出をしてください。既に届出済の施設については、改めての届出は不要です(届出の内容に変更がある場合は変更届出書の提出が必要)。  
 詳しくは、問い合わせ先へ  
 ☎ 保育幼稚園室 ☎ 63-7919



### 外国人の児童・生徒を支援する ボランティア指導員募集

活動期間 令和2年3月31日まで  
 活動内容 午前8時30分～午後5時までの間で1時間以上、授業中の学習支援や生活支援、配付文書の翻訳 など  
 ※日程や時間は学校と相談して決定します。  
 場所 市内の公立小中学校  
 報償費 1,000円(1日) ※別途交通費支給  
 申込 電話で問い合わせ先へ  
 ☎ 学校教育室 ☎ 63-7882



### 福祉・保育・看護の就職フェア 参加者募集

日時 7月21日(日) 午前10時30分～午後3時30分  
 内容 ▼就活応援セミナー(午前10時30分～正午)  
 ▼福祉・保育・看護の就職フェア(午後1時～3時30分)  
 場所 メッセウイングみえ(津市北河路町)  
 対象 福祉・保育・看護の職場に就職希望、または関心のある一般・学生  
 ※津新町駅から無料シャトルバス運行  
 ◎参加無料。申込不要。託児あり(託児希望の場合は、7月12日(金)までに申込必要)  
 ☎ 三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター ☎ 059-227-5160



### 再生可能エネルギーについての 映画上映会・講演会 参加者募集

日時 8月24日(土) 午後1時～4時  
 場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)  
 内容 ▼映画「おだやかな革命」の上映  
 ▼映画や再生可能エネルギーについての講演  
 講師 高橋 真樹さん(ノンフィクションライター)  
 定員 300人 ※先着順。参加無料  
 ◎参加には入場券が必要です。入場券は6月24日(日)から市役所4階環境対策室にて配布。無くなり次第終了します。詳しくは、問い合わせ先へ  
 ☎ 環境対策室 ☎ 63-7492



### 子ども支援センター かがやき 催物

開館時間 午前9時 かがやき大好き!  
 30分～午後5時  
 ※日・月曜日、祝日は休館  
 いずれも参加無料。  
 ▼はじめて広場  
 7月12日(金) 午前10時30分～  
 かがやきを利用したことがない人は気軽に参加ください。  
 ▼サタパバ広場  
 7月6日(土) 午前10時30分～11時30分  
 二胡niko一座による二胡のコンサート & 七夕飾りを作ろう  
 毎月第1土曜日に開催しているお父さんとおじいちゃんの広場とコラボで開催します。  
 ▼親子で遊ぼう  
 7月19日(金) 午前10時45分～11時30分  
 水遊びグッズ作りと水遊び ※先着35人  
 持ち物 着替え・タオル  
 ▼カブラで遊ぼう小学生大会  
 7月26日(金)、8月2日(土) 午後1時30分～3時  
 ☎ 子ども支援センターかがやき(桔梗が丘西3) ☎ 67-0250



### 保健センター(朝日町)での 親子すくすく行事

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

1歳6か月児健診	3歳6か月児健診
●平成29年12月生 7月2日(日)・9日(日)	●平成28年1月生 7月23日(日)・30日(日)
●平成30年1月生 8月6日(日)・7日(日)	●平成28年2月生 8月20日(日)・27日(日)

離乳食教室  
 7月10日(日) 午後2時～3時30分 ※要予約  
 ★乳幼児健康相談(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12日(金)・26日(金) 午前10時～  
 7月5日(金)・19日(金) 午後1時30分～  
 ◎希望の人は健康・子育て支援室(☎63-6970)までお問い合わせください。



### 「いきいきテニス教室」 参加者募集

日時 7月13日～9月28日までの土曜日  
 午後5時～6時30分(全10回)  
 場所 市民テニスコート(夏見)  
 参加費 中高生7,000円 一般8,000円  
 定員 各20人 ※先着順(初心者・初級者対象)  
 申込 6月25日(日)以降に、武道交流館いきいき備え付けの申込書に参加費を添えて同窓口へ  
 ☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141



【音訳・点訳ボランティアの皆さんのご協力で、「広報なばり」の音訳CD(専用再生機必要、点字広報を作成し、貸出をしています。ご希望の場合は、問い合わせ先へ 岡 随書福祉室 ☎63・7591 FAX 63・4629

「セルフレジ」

先日、実家の母とスーパーマーケットに行ったときのことです。私は自分の買い物済ませて母を待っていました。この日は週末。レジには長い列ができていて、母の姿はなかなか見つかりませんでした。

ふとセルフレジを見ると、係の人を呼ぼうとしてキョロキョロしている母の姿が…。(お母さん、困ってる。手伝わないと…) 私もセルフレジを利用したことがありません。自信もなかったのですが、慌てて母のところへ行きました。

ひまわり No. 471



～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

レジの画面を見ながら「現金で払う?」「カードのポイントを使う?」と聞いてレジを進めていくと、セルフレジにも列ができ始めました。

私はすっかり焦ってしまい、(お母さん、機械が苦手なのに、無理してセルフレジなんか使わなくてもいいのに…)と思いながら、なんとか支払いを済ませました。ほっとしている私に、

「今日は、レジがすごく混んでいたでしょう?セルフレジの方はすいていたの。分らなかったら係の人に聞けばいいと思って。始めのうちは教えてもらって、操作もできたんだけど…。もう一度聞こ

うと思つたら、別の人のところへ行ってしまったの。慣れない人がほかにもいたのかもしれないね。でも、初めてだったけど、なんとか支払いができてよかったわ」と、母。

これまでセルフレジを利用しなかった母が、どうして今回利用しようとしたのか?長い列のレジと一方で空いているセルフレジ。そこには使い方を説明してくれる係

の人がいる。これらのことが母の背中を押したのでしよう。周りの人の存在やその雰囲気、母の不安を小さくしてくれたのだと思います。

それに比べ、先ほどすっかり焦ってしまった自分。焦りの裏に、困っている母を受けとめる寛容さはありませんでした。つい母を急がせてしまい、そんな自分が恥ずかしくなりました。これからは、困っている人の思いをしっかり受け止められる人になりたいです。



次号予告 赤目四十八滝が聖火リレーのコースに

市民活動団体や地域づくりなどの活動を支援する 市民活動支援センター(なばセン)のお知らせ

岡 市民活動支援センター ☎63・5325



なばセンの人気講座! 「SDGsで学ぶ」参加者募集(全2回)



SDGsとは、2030年までに達成すべき17項目の国際社会共通の目標です。

世界が抱える課題と地域が抱える課題の根本はよく似ています。カードゲームを取り入れたワークショップでさまざまな問題について学びます。

■ Part1 カードゲーム de SDGs を学ぶ

日時 7月14日(日) 午後1時~4時

■ Part2 アイデア no ワークショップ

日時 9月7日(土) 午後1時~4時

場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)

定員 48人 ※先着順。参加無料

講師 米山 哲司さん

(NPO法人Mブリッジ代表理事)

◎申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ

組織を立ち上げようとする人を応援

あなたのやってみよう公益活動のはじめの一歩を応援します。組織立ち上げの準備金3,000円や告知・広報手段などを支援します。

あなたの広報活動を応援

皆さんに代わって、イベントなどのチラシを各公共施設にお届けします。



日々の活動を応援

市民活動支援センターは、市民活動団体やNPOまたは個人、地域づくり組織など、公益活動を行う市内の人をサポートします。印刷や貸会議室の他、団体の設立や助成金申請、サロンの講師紹介など、お気軽にご相談ください。

◎市民活動支援センターで行う各種制度の利用方法など詳しくは、問い合わせ先へ

市民活動支援センターは、名張駅近くの市民情報交流センターの中にあります。



市民活動支援センター

開館時間 午前9時~午後7時

休館日 毎週月曜日、年末年始

※月曜日が祝日の場合は翌平日を休館

場所 希央台5番町19番地

☎63・5325 FAX 63・5326

✉ j-kouryu@emachi-nabari.jp

広告

広告

名張市 東町

夢眠クリニック

●外来診療 患者様無料送迎 車椅子・ストレッチャーもOK

Table with columns for Day (曜日), Time (時間), and Department (診療科). Includes information for various medical services and a table of doctors.

がん検診(胃・大腸・前立腺・肺)受付中/特定健診7/1~受付開始

定期的ながん検診を受け、早期発見・早期治療をしましょう。お気軽にお問合せください。

夢眠医療と介護の相談窓口による無料相談実施中—産業界でお困りの方はご相談ください。お問い合わせは: 夢眠クリニック 0595-64-1717 / ぶくにし 0595-62-1555

介護老人保健施設ぶくにし

ちょっと長めのご利用で無理のない在宅介護を応援します (30日以上~60日以内の入所限定のお得なプラン)

※要介護認定有りの方に限ります。

ご家族様の長期出張・旅行/家の建て替え/急なご家族様の体調不良/田植え稲刈りシーズン/避寒・避暑等にご利用下さい。まずは TEL0595-62-1555 にてご相談下さい。

入居者様受付中

デイケア受付中(通所リハビリ)