



なばり

2019年（令和元年）8月25日発行

主 内容

- 3……大規模災害協力員募集、年金通信
- 4～5……市立病院だより「きらり」
- 7……私立幼稚園、認定こども園募集
- 8……ひまわり

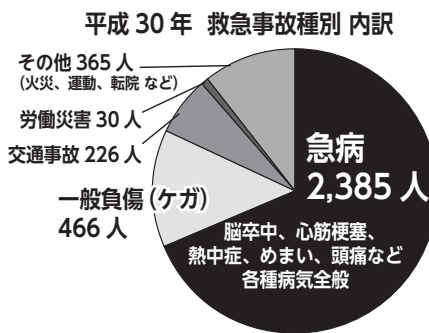
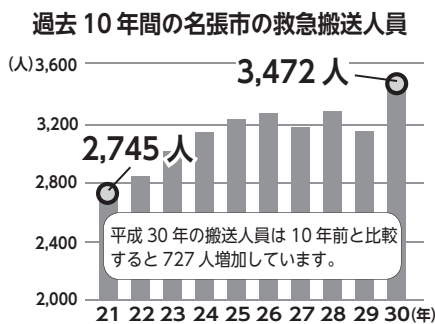
発行/名張市秘書広報室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎0595-63-7402 FAX 0595-64-2560 ✉pr@city.nabari.mie.jp



昨年、市内の救急搬送人員が過去最高を記録… 身近なケガや病気を未然に防ぐ 「予防救急」

近年、市内の救急搬送人員が増加傾向にあり、中でも65歳以上の高齢者の搬送人員が特に増えています。今号では、市の救急搬送の現状と、各家庭で少しの注意や心がけでケガや病気を未然に防ぐ「予防救急」の取り組みについて紹介します。

☎ 救急室 63・0997



突然のこんな症状のときは **すぐ119番!**

- ▼顔半分が動きにくい・しびれる
- ▼突然片方の腕や足に力が入らなくなる
- ▼冷や汗を伴うような強い吐き気
- ▼急な息切れ、呼吸困難 ▼けいれんが止まらない
- ▼突然の激しい胸痛や頭痛 など

慌てず落ち着いて、119番のポイント

① 通信員が火災か救急かを確認しますので、救急であることを伝えてください。

② 正確に住所や目印の建物を伝えてください。

③ 病人やけが人の数、症状、なぜそうなったかなどを、慌てず落ち着いて伝えてください。

◎救急車要請時に傷病者の容体が悪いと判断した場合、応急手当の指導を行うことがあります。

◎携帯電話から119番通報をするときはGPS機能をONにさせていただきようご協力をお願いします。

増加する救急搬送の中には防げたはずのケガも

平成30年の市内での救急搬送人員は3,472人で過去最高を記録しました。10年前と比較すると年間727人増えています。搬送された人の内2,280人が65歳以上の高齢者(全体の約65%)で今後、高齢化が進む中、さらに救急車の出勤頻度は高まるものと予想されます。

しかし、救急搬送した人の中には少し気を付けるだけで事故やケガを防げたケースもあります。高齢者の事故やケガなどの多くは家の中の段差でつまずいたり階段やベッドから落ちたりするなど、日常生活の中で発生しています。手すりや柵、滑り止めを設置するなど、ケガや事故を未然に防ぐ予防救急をぜひ、各家庭で取り組んでください。

そして、日頃から健康管理を心掛けることに加え、少しでも体の不調があれば早めに医療機関を受診しましょう。家から近い場所にある普段から何でも相談できるかかりつけ医をもつことも大切です。

普段と違うと思ったら **すぐ119番通報**を

日ごろから予防救急に取り組んでいても急病になってしまふことがあります。突然の激しい胸痛や頭痛、片方の腕や足に力が入らなくなる、けいれんが止まらないなど、場合によっては命に危険がせまり、重症になる場合があります。

突然襲ってくる身体の異変に気付いたときはすぐに119番通報をお願いします。また、高齢者は自覚症状が出にくい場合があります。家族の異変に気付いたときも、直ちに通報してください。



身近なケガや事故を未然に防ぐ「予防救急」

急病を防ぐ!

少しの注意と心掛けで防ぐことができる病気や事故があります



市内で実際に起きた事例



市内在住 70歳代男性

私は、夜寝ているときに吐き気とめまいに襲われました。異変に気が付いた家族が119番へ通報。もったいないと思いエアコンをつけずにいたのが災いしました。。

■ 夏場は熱中症対策を忘れずに!

● 熱中症の予防法

- ・外出時は日差しを避ける
- ・無理せず適度に休憩を!
- ・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!
- ・適度に扇風機やエアコンを使用する



■ 健診を受診しましょう!

自分の身体の状態を知ることが予防への一歩です。ぜひ受診しましょう。詳しくは、お問い合わせ先へ

平成29年度国保特定健診受診率 (県の受診率42.5%) **40.9%**

☎ 保険年金室 (国保担当) 63-7445
☎ (後期高齢担当) 63-7105

■ かかりつけ医をもちましょう!



体がだるい、体調が悪いと感じたときに相談できるかかりつけ医をもちましょう。

身近にすぐ相談できる存在がいることで、安心にもつながります。

事故・ケガを防ぐ!

家庭内に潜む事故の原因と主な対策



外出しようとしたときに玄関の段差で転んでしまい、119番通報しました。検査の結果、骨折して入院することに。もっと気を付けていたらと思うと後悔しています。。

市内で実際に起きた事例



市内在住 80歳代女性

発生件数1位「転倒」

主な発生場所 家の中の段差、玄関 など

- 対策方法
- ・段差を解消するスロープを設置
 - ・部屋は整理整頓し、床に物を置かない
 - ・暗い中を移動する時は電気をつける

発生件数3位「食事中の窒息・誤嚥」

主な発生原因となる食べ物 など お餅、肉類、菓の包装 など

- 対策方法
- ・食材は細かく切って調理する
 - ・食事中は水分をしっかりとする



発生件数2位「転落」

主な発生場所 階段、いす、脚立、ベッド など

- 対策方法
- ・階段に手すりや滑り止めを設置
 - ・不安定な足場に登っての作業は控える
 - ・ベッドに転落防止の柵をつける



その他の事故「入浴中の事故」

主な発生時期 冬場 など

- 対策方法
- ・飲酒後の入浴は避ける
 - ・風呂の温度は熱くしすぎない
 - ・浴室と脱衣所の気温差に注意



「家庭内で起きる子どもの事故」

階段からの転落や誤飲、風呂場などでの水の事故など、家庭内でのケガや事故は小さな子どもにも発生しています。

- 対策方法
- ・転落防止の柵を設置する
 - ・手の届くところにたばこや薬、電池などを置かない
 - ・お風呂やプールでは目を離さない



いざというときの処置

■ 救急医療情報キットを備えましょう

救急医療情報キットは、専用の容器に医療情報を記入した情報シートを入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておき、救急時に救急隊員などが迅速かつ的確な救命活動を行うために使用します。



救急医療情報キットの利用を希望する人はお問い合わせください。

すでに救急医療情報キットを持っている人は、かかりつけの病院や緊急連絡先が変わっていないか確認してください。

☎ 名張市社会福祉協議会 ☎ 63-1111

■ 「普通救命講習」受講者募集

日時 9月29日(日) 午前9時~正午

場所 防災センター(鴻之台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。参加無料

申込 8月26日(日)から9月8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、つつじ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



救急の日・救急医療週間講演会

日時 9月5日(木) 午後1時45分 ~ 4時15分 ◎参加無料。申込不要
場所 ads ホール (松崎町)



演題/講師 ▼「世界一受けたい授業」「金スマ」で話題沸騰の名医が教える、元気で長生きするための生活習慣/小林 弘幸さん (順天堂大学医学部教授)

▼脳卒中にならないために、自分で脈をとります! /藤井 英太郎 (市立病院長)

☎ 在宅医療支援センター (名賀医師会内) ☎ 48-7840

読者の声

広報メールサポーターから...

7・2号掲載「ホッケーに熱いエールを!」について ▼見たことがないスポーツなので、生で観戦できるのが今から楽しみです。▼今回のように名張で特にスポーツ実績が優秀であったり励んでいる人を特集したり取材したりした記事はすごく良いと思います。

地震などの大規模災害に備える「大規模災害協力員」を募集



地震や台風、集中豪雨など、いつ起こるともされない大規模災害に備え、消防団活動を支援する「大規模災害協力員」を募集します。

主な活動内容

災害情報の収集・報告、地域住民への伝達、避難誘導、安否確認、避難所運営の支援 など
対象 市職員・地域役員・自主防災隊員のOB、医療従事経験者、防災士、学生防災サークル、災害ボランティアなど、自主防災活動に役立つ経験がある人

登録人数 市内9つの分団ごとに10人程度
災害補償 公務災害補償および傷害保険で補償
◎制度や申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ
☎ 消防総務室 ☎ 63 - 5990

平成30年度「個人情報保護制度」運用状況を報告します

平成15年7月1日条例施行時以降の、市の個人情報の取扱事務届出件数…1,276件(平成31年3月末時点)
個人情報開示請求実績
▼市民部…4件 ▼福祉子ども部…7件
▼市立病院…10件 ▼教育委員会…1件
開示実績【開示率…100%】
(開示…16件、部分開示…6件)
※請求1件で複数の決定の場合があります。
☎ 市民相談室 ☎ 63 - 7416

小規模修繕等契約希望者を募集

小規模修繕等契約希望者とは、市が発注する小規模な修繕や工事において、小規模事業者を活用し、受注機会を拡大する制度です。
対象となる修繕等 1件の金額が30万円以下
登録できる事業者 次の全てに該当する事業者
①入札参加資格者名簿に登録のない事業者
②引き続き2年以上営業を行っている事業者
③市内に本社もしくは本店を有する法人または市内に住民登録を有する個人事業者
④市税の滞納が無い事業者
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
登録の有効期間 10月1日～令和3年9月30日
申込 8月26日頃から9月20日頃までに申請書(市ホームページから出力可)に必要な事項を記入し、必要書類を添付して市役所4階契約管財室へ提出。
※申込期間以降でも随時受付しています。
☎ 契約管財室 ☎ 63 - 7335

平成30年度「情報公開制度」運用状況を報告します

公文書公開請求実績【公開率…97.02%】
▼請求件数…181件
▼公開…76件、部分公開…87件、非公開…5件、文書不存在…34件
※請求1件で複数の決定の場合があります。伊賀南部環境衛生組合…公開請求1件 部分公開1件
◎審議会などの開催状況も公開
▼開催回数…262回(全部公開…50回、一部公開…6回、非公開…206回)
▼延べ傍聴人数…16人
☎ 市民相談室 ☎ 63 - 7416

「危険物取扱者試験(後期)」を実施

名張市会場での試験予定
種別 乙種第4類、丙種 開催日 11月17日(日)
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
願書配布場所 消防本部予防室、名張消防署、桔梗が丘分署、つつじが丘出張所
願書受付 (一財)消防試験研究センター三重県支部
▼電子申請 9月7日(日)～17日(金)
▼書面申請 9月10日(金)～20日(金)
その他県内他市で受験が可能な資格
＜甲種＞
▼11月16日(日)/津市 ▼11月17日(日)/伊勢市
＜乙種第4類＞
▼11月9日(日)/四日市市、津市、尾鷲市、熊野市
▼11月16日(日)/四日市市、鈴鹿市、津市、松阪市、伊賀市
▼11月17日(日)/桑名市、四日市市、鈴鹿市、伊勢市
＜乙種のうち第4類以外＞
▼11月16日(日)/津市 ▼11月17日(日)/伊勢市
＜丙種＞
▼11月9日(日)/四日市市、尾鷲市、熊野市
▼11月16日(日)/鈴鹿市、津市、松阪市、伊賀市
▼11月17日(日)/桑名市、伊勢市
※詳しくは、(一財)消防試験研究センター三重県支部(☎059-226-8930)へ
☎ 消防本部予防室 ☎ 63 - 1412

危険物取扱者試験乙種第4類受験者が対象 予備講習会 受講者募集

危険物取扱者試験乙種第4類の受験者を対象に予備講習会を開催します。
日時 10月10日(日)午前9時～午後5時
場所 防災センター(鴻之台1)
定員 70人 ※先着順
受講料 無料 ※ただしテキスト代4,000円が別途必要
申込 9月17日(日)から10月4日(土・日、祝日を除く)午前8時30分～午後5時15分までに、消防本部予防室へ直接お申し込みください。
☎ 消防本部 予防室 ☎ 63 - 1412

「甲種防火管理再講習」受講者募集

甲種防火管理者の資格をすでに取得されている人が対象となる講習です。
日時 10月2日(日)午後1時30分～4時40分
場所 防災センター(鴻之台1)
定員 50人 ※先着順
受講料 無料 ※ただしテキスト代1,500円が別途必要
申込 9月2日(日)から13日(土・日、祝日を除く)午前8時30分～午後5時15分までに、消防本部備え付けの申込書・受講票(市HPから出力可)に必要な事項を記入し、防火管理者の修了証(コピー可)をお持ちの上、同窓口へ
☎ 消防本部 予防室 ☎ 63 - 1412



「年金生活者支援給付金制度」が10月(12月支給)から始まります

年金生活者支援給付金とは、年金を含めても所得が低い人の生活を支援するため、年金に上乗せして支給される制度です。給付金を受け取るためには請求書の提出が必要です。9月以降に日本年金機構から支給要件を満たすとされる人へ案内が送られます。同封の年金生活者支援給付金請求書に記入して、期日までに郵送で提出してください。

■ 支給要件

老齢年金受給者の場合…
▼65歳以上 ▼世帯全員の市・県民税が非課税
▼前年の年金収入額とその他の所得金額の合計が879,300円以下
障害基礎年金・遺族基礎年金受給者の場合…
▼前年の所得金額が「4,621,000円+扶養親族の数×38万円」以下の人

■ 支給対象外の要件

▼日本国内に住所がない
▼年金が全額支給停止中
▼刑事施設等に拘禁されている



■ 支給額

給付金額は、各個人の年金の加入月数などによって異なります。計算方法など詳しくは、9月以降に届く案内でご確認ください。

◎該当すると思われる人で請求書が届かない場合など、お問い合わせは給付金専用ダイヤル(☎0570-05-4092)まで。電話の際は基礎年金番号が分かる物をお手元にご用意ください。



■ 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 9月10日(日)・24日(日)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

名張市立病院だより

きらり

No.43

発行/名張市立病院
〒518-0481
三重県名張市百合が丘西1-178
☎0595-61-1100(代表)
☎0595-64-7999
✉hp-somu@city.nabari.mie.jp
名張市立病院 検索



第7回

なばり

「地域を知る」 「患者さんの声を聴く」 隠サマーキャンプ

隠サマーキャンプとは、若手医師や医学生などに地域の皆さんとの交流を通じて、名張について知っていただきながら、地域医療について学ぶための取組です。今年は、7月12日から14日までの3日間に実施しました。

今年のサマーキャンプは全国から集まった医学生、研修医、県内医療機関の勤務医など15人が参加。地域医療や在宅医療に関する講演の他、チーム医療の現場での意思疎通やコミュニケーションのスキルや医療に関する情報を蓄積するウェブサービスの効率的な使い方などを学びました。

また、参加者の皆さんに名張のことや地域の課題などを知ってもらうため、4つのグループに分かれて市内の各地域の皆さんと交流しました。参加した医師や医学生の皆さんからは、「地域の取組や課題について理解が深まった。病院の中だけでは分からないことがあると感じた。」

「医師以外の多職種や地域の方々と交流できる素晴らしい企画だと思うので、今後も長く続けて欲しい。」
「都会でも地域(田舎)でも、病院の規模に関係なく医療は同じだということを感じた。」などの感想がありました。

サマーキャンプに参加した医師や医学生の皆さんには今後、名張の地域医療に何らかの形で携わっていただけることを願っています。



赤目四十八滝キャンプ場では運営者から施設の概要や運営に関する課題などの話を伺いました。



赤目地域で高齢者の日常生活の困りごとを助ける有償ボランティアに参加。高齢化による地域の課題を学んだ。



百合が丘市民センターでは、地域や医療への悩みなど皆さんの生の声を聞くため、将棋を指しながら意見交換。



看護師を目指す2人はなばりひやわんこども園を訪問。子どもと触れ合いながら話を伺いました。



総合診療科医師 行俊 浩平

7月から総合診療科に着任した行俊浩平です。三重大学卒業後、津生協病院、三重県立一志病院、三重大学病院などで勤務しておりました。

名張市での勤務は初めてで、少しずつ慣れていければと思います。子どもから大人まで、予防から疾患治療まで、皆様のニーズに合わせてお役に立てるように頑張っていきたいと思っています。お困りごとなどあれば気軽に相談ください。

新しい医師を紹介します



研修医 辻本 佳世

4月から初期研修医として勤務している辻本佳世です。出身は名張市で、平成31年3月に三重大学を卒業しました。生まれ育ったまちで、夢だった医師としてのスタートを切ることができ、とてもうれしく思っています。

研修が始まってまだ日は浅いですが、少しでも早く一人前の医師になって、名張市の医療に貢献できるよう、努力を重ねてまいります。よろしくお願ひします。



研修医 山口 高史

4月から初期研修医として勤務している山口高史です。出身は埼玉県で、今年3月に三重大学を卒業しました。

大学6年間で三重県で過ごす中で、三重県の住みやすさ、食べ物のおいしさ、そして人々の温かさ感動し、卒業後も三重県に残ることにしました。

名張市立病院での研修が始まり、非常に充実した研修生活を送っています。微力ながら名張市の医療に貢献できるよう日々精進していきます。

新しい研修医を紹介します

市立病院ナビ

当院の認定看護師を紹介します
「がん性疼痛看護」について



がん性疼痛看護 認定看護師
加藤 いづみ

がん患者さんやご家族のつらさを和らげ、
 穏やかな気持ちで過ごせるように支援します

日本では2人に1人が「がん」となるといわれており、その大半が強い痛みを経験します。これまで働いてきた中で、「痛みだけは取ってほしい」という患者さんからの切実な声を数多く聞いてきました。

身体と心のつらさを和らげ、穏やかな気持ちで生活できるように支援したいと思い、がん性疼痛看護認定看護師の資格を取得しました。患者さんそれぞれの痛みに合わせた薬剤の使用やケアを行うほか、気持ちの整理や困りごとを解決する糸口を見つけるお手伝いをしています。

今後はがん医療に関わる多職種と連携し、患者さんが望む場所で生活ができるような体制づくりに関わってまいります。

※認定看護師とは、特定の看護分野において熟練した看護技術と知識を有すると認められた看護師のことです。

名張市立病院で勤務する
「臨時管理栄養士」を募集します

業務内容 栄養指導、
 入院患者栄養管理、
 配膳確認、献立表作成

時給 1,470円

採用予定人数 1人

勤務時間 7.5時間/日×週5日間

(月8時間程度の残業あり)

勤務開始日 令和2年1月6日

必要な免許・資格 管理栄養士

応募 履歴書に、管理栄養士の資格証の写しを添えて直接または郵送(〒518-0481 百合が丘西1-178)で問い合わせ先へ
 ※応募後、面接日時などをご連絡します。

市立病院事務局 総務企画室 ☎ 61-1100



令和元年8月からの外来診療担当表

		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科 ・ 循環器内科	第1診	近藤	常岡	●真辺2・4週	常岡	我山		●我山		我山3・5週	
	第2診	●森脇		●小島		●廣田	岡本 紳也4週(※7)	藤井		●加藤	
	第3診	●篠原		●渡辺	笹本	竹田	ペースメーカー外来 1・3週	武内	渡辺	●竹田	
	第4診	●武内		●藤井	竹田	●笹本	ペースメーカー外来 1・3週	●真辺		近藤	
	第5診	加藤				●篠原	ペースメーカー外来 1・3週	近藤2・4週		岡本紳也2・3・4週(※8)	
専門外来	腎臓内科			鈴木				聖村(1・3・5週)			
	神経内科			高橋1・3・5週						新堂1・2・4週	
	糖尿病外来									堀田(※2)	
	泌尿器外来	杉野(※1)									
	呼吸器内科							田口(1・3・5週) 西井(2・4週)(※4)			
皮膚科										水谷	
外科	第1診	●山村				●福浦		●福浦		●甲嶋	
	第2診	甲嶋				竹内		山村		福浦	
専門外来	乳腺外科			中村		中村		中村			中村
脳外科	第1診	井田		井田		井田				白	
	第2診	●田中		●田中		●白				●井田	
整形外科	第1診	●園田		●上田		●上田		●森本		●園田	
	第2診	森本		園田		森本		園田		上田	
	第3診										
小児科	第1診	●須藤	須藤 (予約外来)	●小林	岡本一章 (予防接種)	●須藤	呂 (予防接種)	●岡本一章	岡本一章	●呂	呂 (予約外来)
	第2診	●岡本一章		●今井		●呂		●野村		●今井	今井 (予約外来)
	第3診			●野村			須藤 (予約外来・健診)				
専門外来	発達支援外来				小林(※3)			小林(※3)	小林(※3) (2・4週のみ)	小林(※3)	
眼科	第1診	●布目		●佐々木	佐々木	●佐々木	佐々木	●佐々木	佐々木	●生杉	生杉(予約のみ)
	在宅支援看護外来							(※5)			

●…初診外来 (※1)診察室は小児科3診 (※2)診察室は外科3診 (※3)診察室は救急小児科 (※4)診察室は脳外科1診 (※5)診察室は脳外科2診
 (※6)診察室は整形外科3診。8月1・5週、9月1・3週のみ内科5診 (※7)9月は1・3週 (※8)9月は2・4週

受付時間

<予約のない人> 受付時間 午前8時30分~11時30分

- 内科、循環器内科、内科系専門外来は、医師の紹介状をご持参ください。
- 各専門外来は、事前予約を必要とする完全予約制です。
- 小児科のみ木曜日午後1時30分~4時受付しています。

<予約のある人> 午前8時から予約終了時刻まで

保険証などは

保険証・受給者証などは、月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。



パソコンからは…

名張市立病院

検索

<http://nabari-city-hospital.jp/>

●この外来診療担当表は8月1日時点の情報です。場合により変更することがあります。ご了承ください。



写真は第1回目の最優秀賞作品。
テーマは「高3の夏の思い出」

第2回隠スタグラム フォトコンテスト

高校生たちが見た名張の魅力を写真に
募集テーマ「青春」「風景」「グルメ」「季節」
応募期間 9月1日(日)から10月15日(日)まで
参加資格 市内在住・在学の高校生・高専生
応募方法 ①~③のいずれかの方法で応募
①公式アカウントをフォローした上で「#
隠スタグラム」「#応募テーマ」のタグを
付けて自身のインスタグラムページに投稿
②公式アカウントにDMで応募
③名張市のメールアドレスへ作品を送付
賞品 グランプリや準グランプリなどに選
ばれた受賞者には、プリペイドカードや
名張の特産品などを贈呈します。
※応募など詳しくは、市HPをご覧ください。

☎ 地域活力創生室 ☎ 63-7782
✉ sousei@city.nabari.mie.jp

子どもからお年寄りまで楽しく運動！ 総合型地域スポーツクラブ

市内に4団体ある総合型地域スポーツクラブでは、子
どもから高齢者までそれぞれのレベル・志向に合わせて参加
することができます。現在メンバーを募集中！皆さんぜひ、
ご参加ください。 ☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100



■アクティブ名張スポーツクラブ ☎ 44-6556
種目 陸上、サッカー、女子サッカー、ソフトバレー、
サッカーエクササイズ(女性限定)
場所 メイハンフィールド(夏見)、市内の各小学
校体育館 など 対象 幼児~高齢者

講師
徳地 和子さん



市内保育所で
サッカーと陸上の
巡回教室も行い、子ど
もの健全育成にも力を
入れています。

■ラビドスポーツクラブ ☎ 51-7451
種目 サッカー、フットサル、ボールトレーニング
場所 八幡第2グラウンド、滝之原体育館、
桔梗が丘東小学校、名張小学校 など
対象 幼児~小学6年生

コーチ
窪田 雄太さん



サッカーの技術
だけでなく、努力
して得られる成功の喜
びが感じられるように
指導しています！

■百合が丘総合スポーツクラブ ☎ 64-6466
種目 ドッジボール、テニス、サッカー、バドミ
ントン、卓球、ダンススポーツ、ヒップホップ
場所 百合が丘小学校、百合が丘市民センター、
名張青峰高校 対象 幼児~高齢者

ドッジボ
ールコー
チ
小泉 憲治さん



百合スポでは、
いろんな種類の
教室を開催しています。
地域以外の人参加OK。
楽しく運動しましょう！

■ファミリア ☎ 090-6768-3070(北口)
種目 サッカー、3B体操
場所 真曲小学校、名張小学校、すずらん台小学校、
市内の各運動施設 など
対象 幼児~高齢者

代表
北口 貴啓さん



子どもたちの
数年先を見据えて、
今何を教えるのかを常に
考えています。興味のある
人は気軽にお問い合わせ
ください。

日程や料金などは各クラブで異なります。申込方法など詳しくは、各クラブへお問い合わせください。



名張でもロケが行われた作品です！ 映画「WOOD JOB」上映会

三浦 しをん原作のベストセラー小説「神去
なあなあ日常」を映画化した「WOOD JOB」
の上映会を開催します。
上映前には、撮影時に林業の実技指導をし
た津市美杉町在住の三浦 妃己郎さんを招いて、
撮影秘話などをお話しいただきます。
日時 9月19日(日) 午後1時30分~4時15分
※午後1時15分開場
場所 図書館(桜ヶ丘)
定員 70人 ※入場無料
申込 9月12日(日)から図書館にて整理券を配布
します(1人につき2枚まで配布)。
◎上映会当日の整理券配布はありません。
☎ 図書館 ☎ 63-3260



「世界の食の多様性を知る」 食の対応セミナー 参加者募集

ベジタリアンやヴィーガン(絶対菜食主義者)、
ムスリムなど、食事に配慮が必要な人たちが訪
れた時の対応方法について学びます。
■基礎編(名張会場)
日時 9月9日(日) 午後6時30分~8時30分
場所 産業振興センターアスピア(南町)
■実践編(宇陀会場)
日時 9月10日(月) 午後6時30分~8時30分
場所 農村環境改善センター農林会館(宇陀市)
対象 飲食店・宿泊施設・観光事業関係者 など
定員 各20人 ※先着順。参加無料
申込 9月6日(金)までに電話で申し込み先へ
☎ 東奈良名張ツーリズム・マーケティング
(市役所4階) ☎ 41-1057



「第62回名張市美術展覧会」 を開催

日時 9月25日(水)~29日(日)
午前9時~午後5時
※9月27日(金)は午後7時まで
最終日は午後4時30分まで
入場は各日程終了30分前まで
場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)
展示品 絵画、書道、写真、美術工芸
■審査会を公開します
日時 9月22日(日) 午前10時30分~
■講評会を開催(審査委員による講評)
日時 9月29日(日) 午後3時~
◎審査会・講評会 いずれも場所は総合福祉セ
ンターふれあい。入場無料。
☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892



体育施設や武道交流館いきいき などの指定管理者を募集します

対象 ▼体育施設(市民プール、市民テニスコート、
市民野球場、市民陸上競技場 など)
▼勤労者福祉会館 ▼武道交流館いきいき
要項配布 8月23日(金)から9月13日(金)まで(土・
日曜日を除く)、市役所3階市民スポーツ室で
配布(市ホームページからも出力可)
申請期間 9月17日(日)から9月24日(日)まで
◎申請方法など詳しくは、問い合わせ先へ
☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100



市民ソフトバレーボール大会 参加者募集

日時 9月22日(日) 午前9時~(開会式は8時50分)
場所 HOS名張アリーナ(夏見)
対象 チーム全員18歳以上で市内在住・在勤
者を1人以上含むチーム ※高校生は除く
参加料 1チーム2,500円(協会登録チームは1,000円)
申込期限 9月9日(日)
◎申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ
☎ 市ソフトバレーボール協会(柳野)
☎ 090-5864-9734



市民ソフトボール大会(男子) 参加者募集

日時 10月13日(日) 午前9時~
場所 つつじが丘公園グラウンド
対象 市内在住・在勤者(18歳以上)で編成
したチーム ※高校生は除く
参加料 1チーム2,000円(協会登録チームは1,000円)
申込期限 9月24日(日)
◎申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ
☎ 市ソフトボール協会(木村)
☎ 090-3992-2778

伊賀地域二次救急実施病院

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

◆救急車でのご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。

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**
 - 平成30年2月生
9月3日(日)・10日(日)
 - 平成30年3月生
10月1日(日)・8日(日)
- 3歳6か月児健診**
 - 平成28年3月生
9月18日(日)・25日(日)
 - 平成28年4月生
10月29日(日)・30日(日)
- 離乳食教室**
9月4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
9月13日(日)・27日(日) 午前10時～
9月6日(日)・20日(日) 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。



子育て講座 親子で楽しめる“しんちゃん”の絵本ライブ

日時 9月27日(金) 午前10時30分～11時30分
 場所 こども支援センターかがやき(桔梗が丘西3)
 定員 40組 ※先着順。参加無料
 申込 9月3日(日)から21日(日)までに、直接または電話で問い合わせ先へ

☎ こども支援センターかがやき ☎ 67-0250



高齢者等実態調査にご協力ください

日常的な見守りや災害時の支援など、緊急時に必要な情報や生活状況の調査のために、民生委員・児童委員が訪問します。
 対象 70歳以上の一人暮らし世帯、75歳以上のみの世帯、その他見守りが必要な人
 調査期間 9月1日(日)～10月31日(日)

☎ 医療福祉総務室 ☎ 63-7579



声のボランティア養成講習会 受講者募集

視覚に障害のある人や活字資料を利用することが困難な人などに、情報を声で伝えるボランティアの養成講習会を開催します。

日時 10月9日～令和2年3月25日までの隔週水曜日 全12回(1月1日は除く)
 午前9時30分～11時30分

場所 上野点字図書館(伊賀市上野寺町)
 内容 文字や写真などを聞き手に正しく伝えるための知識と技術の習得

対象 ▼講習の全日程に参加できる人
 ▼受講後も継続して活動できる人
 ▼自宅にパソコンがあり、基本的な操作ができる人

定員 10人程度 ※先着順。受講無料
 申込 9月2日(日)から13日(日)までに電話で問い合わせ先へ

☎ 上野点字図書館 ☎ 23-1141

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
いずれも参加無料。
- ▼はじめて広場
9月13日(金) 午前10時30分～「かがやき」を利用したことがない人は、気軽にご参加ください。
河坂 心彩ちゃん(美旗町池の台在住)
- ▼サタババ広場「体を使って遊ぼう」
9月7日(日) 午前10時45分～11時30分
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達の広場です。
- ▼親子で遊ぼう
9月14日(日) かがやきコンサート
伊賀シンフォニックアカデミーによる本格的な吹奏楽団の演奏をお楽しみください。
9月18日(水) 手づくり楽器で遊ぼう(当日先着30人)
◎いずれも午前10時45分～11時30分
- ▼避難訓練
9月20日(金) 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



来年度の私立幼稚園 認定こども園(幼稚園部分)の募集

来年度の私立幼稚園および認定こども園(幼稚園部分)の園児募集は、10月1日(日)から開始します。申込方法など詳しくは、各園にお問い合わせください。

- 私立幼稚園**
 - 桔梗が丘幼稚園(桔梗が丘1) ☎ 65-2396
3年保育(3歳児)80人
2年保育(4歳児)22人
1年保育(5歳児)若干名
 - 梅が丘幼稚園(梅が丘南2) ☎ 64-6077
3年保育(3歳児)30人
2年保育(4歳児)10人
1年保育(5歳児)若干名
 - つつじが丘幼稚園(つつじが丘北3) ☎ 68-3451
満3歳児 若干名
3年保育(3歳児)35人
2年保育(4歳児)若干名
1年保育(5歳児)若干名
 - 名張よさみ幼稚園(夏見) ☎ 64-2665
3年保育(3歳児)60人
2年保育(4歳児)若干名
1年保育(5歳児)若干名
 - 富貴の森こども園(富貴ヶ丘6) ☎ 42-8980
3年保育(3歳児)1人
2年保育(4歳児)1人
1年保育(5歳児)若干名
 - 認定こども園**
 - 蔵持こども園(蔵持町原出) ☎ 63-4590
3年保育(3歳児)3人
2年保育(4歳児)3人
1年保育(5歳児)3人
 - みはた虹の丘こども園(新田) ☎ 65-3065
3年保育(3歳児)5人
2年保育(4歳児)3人
1年保育(5歳児)若干名
- 蔵持こども園は平成30年9月から、つつじが丘幼稚園とみはた虹の丘こども園は平成31年4月から、教育と保育を一体的に行う認定こども園に移行しました。

「喜んでくれる…」

子どもが幼稚園に入り、10年ぶりに妻が仕事を始めました。子どもたちが幼稚園に行っている間の限られた時間ですが、いきいきと仕事をしています。

妻は以前から、仕事を通じての社会とのつながりも大切にしたいと話していました。私も、ぜひそうしてほしいと伝えていました。一方で、働き始めてからも、家事の分担は大きくは変わらず、大部分は妻のままです。

ひまわり No. 473



～人権尊重をくらしのなかに～ 意見は人権・男女共同参画推進室(☎63-7909)へ

私の中に、自分の方が長い時間働いているから仕事中心、妻は家事中心という意識が強かったように思います。これが洗濯物を干すのは妻自身の役割、という意識にもつながっているように感じます。このように考えていくと、自分が都合よく家事を行っていることもわかってきました。散歩ついでにゴミ出し、ストレス解消も兼ねた食材の買い物、得意な計算を生かした家計管理などです。

しかし、家事は好きなことばかりとはいきません。妻にとっても苦手なことや面倒なこと、たくさんあるはずですが、それでもいまだに仕事を理由にして逃げている自分に気づきました。

用事が終わって帰宅した妻は、「ありがとう。助かったわ」と喜んでくれました。しかし、お礼を言われてうれしかったのと同時に、「喜んでくれる」や「助かったわ」というのは、何かおかしいのではないかと感じ始めました。

「喜んでくれるかな」と考えること自体が、洗濯物を干すことを当たり前と考えたというところから、当たり前のことではないという意識が生まれてくるように感じます。

次号予告 「名張新能」

音訳・点訳ボランティアの皆さんの協力で、「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 関 随書福祉室 ☎63-7591 関 63-4629



『名もなき家事』という言葉があるように、家事は多様です。「だれがやる」「だれがやらなければならぬ」というものではなく、できる人ができるときに、できることからやっていくことが大切だと思います。私も妻と話しながら、お互い気持ちよく家事も仕事も行える関係を目指していきたいです。

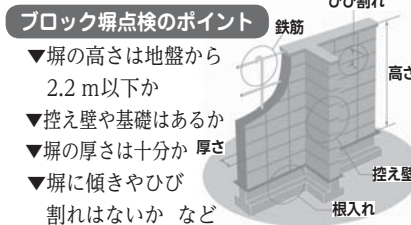
ブロック塀の安全点検をお願いします

8月30日～9月5日は建築物防災週間です。

近年、各地で地震が発生し、大きな被害が発生しています。耐震性の低い建物、背が高く控え壁のないブロック塀などは、地震の際に被害を拡大させることになりかねません。



各家庭でも安全点検を行い、基準に満たないブロック塀は撤去・補強するなど、減災に努めてください。



関 都市計画室 ☎63-7698

9月10日は「下水道の日」正しい利用をお願いします

●下水道に汚水を流す際はご注意ください

- ①トイレではトイレットペーパー以外の物は流さないでください。
②台所から残飯や油を流さないでください。
③宅地内の汚水マスは定期的に点検や清掃を。
④農業集落排水施設や戸別浄化槽を使用している人は定期的に分離マスの清掃をお願いします。

関 上下水道部 下水道維持室 ☎63-7102

●公共下水道への接続工事はお済みですか？

- ・水洗便所等改造資金・融資利率助成制度
公共下水道への接続工事のため融資を受ける人を対象に、利息に相当する額を市が負担します。
・水洗便所等改造資金・補助金制度
公共下水道への接続工事をする世帯で、高齢者だけの世帯などを対象に補助金を交付します。
◎補助金の要件など詳しくは、問い合わせ先へ

関 上下水道部 経営総務室 ☎63-4114

スマートフォン用無料アプリのお知らせ「停電情報お知らせサービス」

中部電力株式会社では、停電に関するお知らせの受信や問い合わせがスマートフォンから行うことができる便利なアプリを配信中です。

- アプリの機能
▼ご自宅などの停電・復旧情報をプッシュ通知
▼停電地域のMAP表示
▼チャットによる電気設備に関する問い合わせ
▼電柱・電線の被害状況の写真送信による提供

Download on the App Store and GET IT ON Google Play with QR codes and version information.

関 中部電力(株) ☎0120-985-232

広告

夢眠クリニック 名張市 東町
●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, Time, and Doctor.

介護老人保健施設ふくにし
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)
TEL0595-62-1555

近畿大学 近畿大学工業高等専門学校 市民公開講座
第3回 9/7(土) 13:30～15:00
「令和の御大礼 ～即位礼と大嘗祭～」
清水 潔 講師

広告を募集中です
「広報なばり」に広告を掲載しませんか。
毎月約33,900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、秘書広報室(☎63-7402)へお問い合わせください。