



なばり

2016年(平成28年) 5月10日号

主な内容

- 2・3……がん検診委託医療機関一覧表、集団がん検診日程表
- 4……東山墓園墓所使用者募集
- 5……軽自動車税のお知らせ
- 6……子育て情報
- 7……施設ガイド
- 8……6月の相談

発行/名張市秘書広報室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎ 0595-63-7402 ✉ pr@city.nabari.mie.jp 🌐 http://www.city.nabari.lg.jp

乳がん検診の疑問にお答えします!

40歳を過ぎたら がん検診

「乳がん」は女性の12人に1人の割合で発症するとされています。乳がんは、自分自身で発見することもでき、がんの中では早期発見により完治できる可能性も高いと言われています。今号では、市立病院の乳腺外科の中村医師に、乳がん検診についてお話を伺いました。

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

Q マンモグラフィ検査で挟まれるのが嫌です。他の検査はありますか？
A 超音波（エコー）検査もありますが、この検査だけではどれくらい乳がんを発見できるか

Q 乳がん検診で全ての乳がんを発見できますか？
A 「この検査を行えば絶対見落とさない」という検査はありません。マンモグラフィの検査でも数%の確率で見落としが起きます。

Q 乳がん検診は、毎年受けた方がいいのですか？
A 乳がんの多くは非常にゆっくりとしたスピードで成長を受けていれば、救命できる段階で発見される可能性が高いです。定期的に継続してがん検診を受けるようにしてください。

Q 乳がん検診で全ての乳がんを発見できますか？
A 全ての検診で言えますが、「この検査を行えば絶対見落とさない」という検査はありません。マンモグラフィの検査でも数%の確率で見落としが起きます。

Q 乳がん検診は、毎年受けた方がいいのですか？
A 乳がんの多くは非常にゆっくりとしたスピードで成長を受けていれば、救命できる段階で発見される可能性が高いです。定期的に継続してがん検診を受けるようにしてください。

Q 科学的根拠がありません。ただし、放射線被爆を避けなければならぬ人やマンモグラフィ検査だけでは分かりにくい若い人などにとっては、超音波検査は有用です。医療機関では4000円の自己負担で超音波検査のみコースを設けています。また、集団検診では超音波検査を、自己負担1000円で受けられます。



**患者数が年々増加
女性のがんで最も多いのが「乳がん」**
市立病院 乳腺外科医長 中村卓 医師

Q 若い人はがん検診を受けなくてもいいのですか？
A 日本人が乳がんになりやすいのは40歳以降と言われています。40歳以上の人は確実に検診を受けていただくよう市は補助金を出しています。

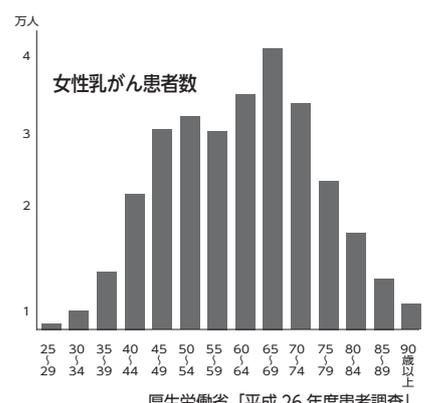
Q 検診には健康保険が使えるのですか？
A 健康保険は、病気やその疑いがある人に対して用います。検診では健康保険は使えません。乳房の変化やしこりなどの症状がある場合は、検診ではなく乳腺外科を受診してください。

Q 検診が混んでいきます。どうにかありませんか？
A ピンクリボン運動が行われる10月以降が特に混み合います。例年、6月から8月ごろまではすいています。早めの検診をお勧めします。

Q 検診が混んでいきます。どうにかありませんか？
A ピンクリボン運動が行われる10月以降が特に混み合います。例年、6月から8月ごろまではすいています。早めの検診をお勧めします。

Q 検診が混んでいきます。どうにかありませんか？
A ピンクリボン運動が行われる10月以降が特に混み合います。例年、6月から8月ごろまではすいています。早めの検診をお勧めします。

Q 検診が混んでいきます。どうにかありませんか？
A ピンクリボン運動が行われる10月以降が特に混み合います。例年、6月から8月ごろまではすいています。早めの検診をお勧めします。



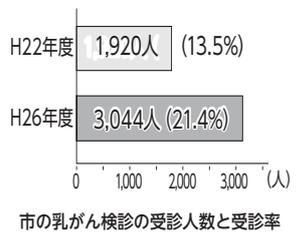
がんで亡くなる人をなくしたい！検診の質を高める取組み



市立病院の乳腺外来のスタッフ

市内で乳がん検診を受けられるのは、寺田病院と市立病院、そして市役所などを会場として実施する集団検診です。検診に関わる乳腺外科の医師、検査技師、看護師、保健師などのメンバーで連絡協議会を作り、乳がん検診の質を高める検討もしています。

乳がん検診の受診率 現状ではまだ21.4%



市の乳がん検診の受診率は21.4%(平成26年度)で、平成22年度比で7.9%増えました。しかし先進国の受診率は約80%。比較するとまだ低い水準です。市では、ばりばり現役プロジェクトの1つとしてがん検診受診率の向上を目指し、地域と協働して検診を呼び掛けるなどの取組みを進めます。

2・3ページ がん検診の日程

医療機関でのがん検診

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63・6970

実施期間 6月1日(水)～11月30日(水)

(大腸がん検診は11月28日(月)終了、乳がん検診は、平成29年2月28日(火)の予約枠まで実施となります。)

混み合う時期を避け早い時期に受けるようにしましょう。

検診項目	医療機関でのがん検診						
	胃がん検診	大腸がん検診	子宮頸がん検診	前立腺がん検診	肺がん検診	乳がんマンモグラフィ検診	
対象 住民票が 名張市の人	40歳以上 昭和52年3月31日までに生まれた人		20歳以上 平成9年3月31日 までに生まれた人	55歳以上 昭和37年3月31日 までに生まれた人	40歳以上 昭和52年3月31日までに生まれた人		
内容	●胃レントゲン 撮影(バリウム) ●問診 ※胃がん検診は、各医療機関で予約枠があり、定員に達した時点で受付を終了します。早めの予約と受診をおすすめします。	●胃カメラ ●問診	●便潜血検査 (2日間採便し 提出) ●問診	●内診、細胞診 ●問診 ※子宮体がん検診は 医師が必要と認め た場合 プラス1,200円	●血液検査 ●問診	●胸部レントゲン撮影 ●問診 ※喀痰検査は プラス600円 欄外下の【ご注意】を ご覧ください	●乳房レントゲン ●問診
自己 負担金	3,800円	5,100円	1,200円	1,800円	1,000円	1,300円	
受診方法	必ず健康保険証を持って、直接下表の医療機関で受診してください。検診票は、下表の医療機関、市役所1階 健康・子育て支援室にあります。同一年度内に同じ項目の検診を受けることはできません。 事前予約が必要な医療機関には電話でご予約ください。検診結果は受診した医療機関から郵送されます。						

元気がうちから
がん検診
自分自身のために、そして家族のために

委託医療機関一覧表

診療時間などは医療機関でご確認ください。 ※は要予約

医療機関名	住所(電話番号)	胃がん		大腸がん	子宮頸がん	前立腺がん	肺がん	乳がん
		バリウム	カメラ	がん	がん	がん		
赤目養生診療所	赤目町文六(64-1055)			○		○	○	
東 整形 外科	桔梗が丘(65-2130)					○	○	
上 坂 内 科	赤目町文六(64-8211)			○		○	○	
う え な み 内 科	鴻之台(63-9321)			○		○※	○※	
お お ふ ち 医 院	梅が丘(62-7800)			○		○	○※	
釜 本 医 院	木屋町(63-0345)	○※	○※	○	○※	○	○※	
かも内科消化器科	桔梗が丘(66-1190)		○※	○※		○※	○※	
喜 多 医 院	桔梗が丘(65-2088)		○※	○		○	○	
木 野 整 形 外 科	桔梗が丘(67-1515)					○		
こもりクリニック	つつじが丘(68-8555)			○※		○※	○※	
さかい循環器内科クリニック	希央台(62-0500)		○※	○		○	○	
すぎのクリニック	鴻之台(62-1700)					○		
卓 山 医 院	桔梗が丘(65-0001)			○	○	○		
武田産婦人科	鴻之台(64-7655)				○			
ちひろ内科クリニック	希央台(41-0005)			○※		○※	○※	
寺 田 病 院	夏見(63-9001)	○※	○※	○		○		○※
中西内科医院	桔梗が丘(65-0586)			○		○		
信 岡 医 院	桔梗が丘(65-0023)			○		○	○	
橋本胃腸科内科	蔵持町里(61-3366)	○※	○※	○		○	○	
藤本産婦人科	平尾(63-0995)				○			
ほりいクリニック	百合が丘(61-1231)			○		○		
堀 井 内 科	桔梗が丘(65-5355)	○※	○※	○		○	○	
前 沢 整 形 外 科	桜ヶ丘(63-1008)					○		
榊 田 医 院	新町(63-3155)	○※		○		○	○	
森岡内科クリニック	丸之内(63-0003)			○		○	○	
矢 倉 医 院	新田(65-2251)	○※		○		○	○	
やすだクリニック	鴻之台(61-2332)			○		○	○※	
山 尾 医 院	つつじが丘(68-1055)	○※		○		○	○	
湯 村 内 科	松崎町(61-1212)	○※	○※	○		○	○	
百合が丘クリニック	百合が丘(64-2000)	○※		○		○	○※	
わたなべ整形外科医院	東町(64-1115)					○		
黒田クリニック	伊賀市桐ヶ丘(52-2099)		○※	○		○	○	
城 医 院	伊賀市別府(52-0017)			○		○	○	
名張市立病院	百合が丘(61-1100)							○※

5月下旬、節目年齢の皆さんに郵送 がん検診無料クーポン



市では、節目年齢の皆さん(下記表参照)にがん検診を無料で受けることができるクーポンを5月下旬に郵送します。無料クーポンが届いたら、ぜひ受診してください。
※対象者で6月になってもクーポンが届かないときは、健康・子育て支援室へお問い合わせください。



肺がん・胃がん(バリウムのみ)・子宮頸がん
・乳がん(マンモグラフィのみ) 検診

年齢	生年月日
40歳	昭和50年4月2日～昭和51年4月1日
45歳	昭和45年4月2日～昭和46年4月1日
50歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日
55歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
60歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日

子宮頸がん検診

年齢	生年月日
20歳	平成7年4月2日～平成8年4月1日
25歳	平成2年4月2日～平成3年4月1日
30歳	昭和60年4月2日～昭和61年4月1日
35歳	昭和55年4月2日～昭和56年4月1日

【ご注意】 肺がん検診(胸部レントゲン)は、年度内に1度だけ次のいずれかの方法で受診できます。①医療機関での肺がん検診 ②集団での肺がん検診 ③名張市国保特定健診プラス(胸部レントゲンは肺がん検診です)

集団がん検診

5月12日(木)電話受付開始

予約専用電話

☎ 69-8200

集団がん検診の予約は専用電話のみで受付します。

※市役所や保健センターでは予約できません。

予約時に次の項目をお聞きしますので、準備してからお電話ください。

▼氏名 ▼生年月日 ▼住所
▼電話番号(日中の連絡先)

▼希望検診項目

▼希望検診日・受付時間枠(A・B・C)

▼無料クーポンの有無

※受付は、土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分。申込開始当初は電話が大変混み合います。

※定員のある項目は先着順

※日時や検診項目の変更なども予約専用電話へ

検診項目			胸部検診 (肺がん・結核)	胃がん	大腸がん	乳がん マンモグラフィ	乳がん エコー	子宮頸がん	
各日の定員			なし	各枠25人	なし	A・B枠各20人 C枠40人	A・B枠各20人 C枠40人	60人	
対象年齢(平成29年3月31日現在の年齢)			40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	20歳以上	20歳以上	
受診間隔			年度内1回受診			2年に1回の受診(昨年度受診していない人) ※医学的観点より2年に1回の受診が推奨されています			
検診の内容			胸部レントゲン撮影	バリウムを飲んでレントゲン撮影	2日間採便し、提出	乳房レントゲン	超音波検査	細胞診	
自己負担金			400円	1,100円	900円	1,500円	1,000円	1,000円	
日	程	会場	受付時間枠 喀痰検査1,000円						
6月	13日月	保健センター	A・B C	○	○	○	○	○	
	27日月		A・B C	○	○	○	○	○	
7月	7日(木)	武道交流館 いきいき	A・B C	○	○	○	○	○	
	14日(木)		A・B C	○	○	○	○	○	
	19日(火)		A・B C	○	○	○	○	○	
	23日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
	25日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	29日(金)		A・B C	○	○	○	○	○	
	30日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
8月	18日(木)	市役所	A・B C	○	○	○	○	○	
	19日(金)		A・B C	○	○	○	○	○	
	22日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	25日(木)		A・B C	○	○	○	○	○	
	25日(木)		武道交流館いきいき	A・B C	○	○	○	○	○
9月	1日(木)	市役所	A・B C	○	○	○	○	○	
	5日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	8日(木)		武道交流館いきいき	A・B C	○	○	○	○	○
	12日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	22日(木)		保健センター	A・B C	○	○	○	○	○
10月	2日(日)	市役所	A・B C	○	○	○	○	○	
	3日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	6日(木)		A・B C	○	○	○	○	○	
	8日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
	11日(火)		A・B C	○	○	○	○	○	
	15日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
	29日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
	30日(日)		A・B C	○	○	○	○	○	
11月	10日(木)	武道交流館いきいき	A・B C	○	○	○	○	○	
	12日(土)	市役所	A・B C	○	○	○	○	○	
	14日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	19日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
	26日(土)		A・B C	○	○	○	○	○	
	27日(日)		A・B C	○	○	○	○	○	
	28日(月)		A・B C	○	○	○	○	○	
	30日(水)		A・B C	○	○	○	○	○	
12月	5日(月)		武道交流館 いきいき	A・B C	○	○	○	○	○
	8日(木)	A・B C		○	○	○	○	○	
	19日(月)	A・B C		○	○	○	○	○	
	21日(水)	A・B C		○	○	○	○	○	

対象 名張市に住居票がある対象年齢の人(現在すでに気になる症状がある場合は、医療機関で受診してください)

◎市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は、申立書の記入により自己負担金が免除されます。

◎検診日の1週間から10日前ごろに検診票を郵送します。

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

<ご注意>

●胃がん検診…胃や大腸の手術をした人や支えなしで立てない人、水分を誤嚥しやすい人は、集団によるがん検診は受診していただけません。

●乳がん検診…授乳中の人は乳がんエコー検診を受診してください。

●子宮がん検診…6ヵ月以内に不正出血、月経異常、褐色のおりものなどの症状がある場合は、医療機関で受診してください。

●肺がん検診の喀痰検査は、問診の結果次の条件を満たす人のみ実施します。

▼50歳以上の人(昭和42年3月31日までに生まれた人)

▼喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上

▼6ヵ月以内に血たんのあった人

▼朝一番に水分を摂取する前に痰がでる人

市立病院で働く 医療ソーシャルワーカー募集

試験日 6月4日(日)
受験資格 昭和45年4月2日以降に生まれ、社会福祉士免許を有する人
採用予定日 7月1日(金) 採用人数 若干名
応募期間 5月16日(日)~25日(金) (郵送の場合、25日当日消印有効) ※応募資格など詳しくは、市立病院ホームページをご確認ください。

☎ 市立病院 ☎ 61-1100

いざという時のために 「上級救命講習」受講者募集

日時 5月29日(日) 午前9時~午後6時
場所 防災センター(鴻之台1)
内容 成人・小児・乳幼児に対する心肺蘇生法、AEDの取扱い、止血法などその他応急処置、心肺蘇生法に関する知識の確認(筆記試験)および技術の評価(実技試験)を行います。

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 5月15日(日)から21日(土) (午前9時~午後6時)までに、名張消防署・桔梗が丘分署・つつじが丘出張所に直接申込。電話による申込は不可。詳しくは、問い合わせ先へ

☎ 名張消防署 ☎ 63-0999

水洗便所への改造資金の 融資利子助成・補助金制度

下水道などへ接続をお考えで、水洗便所への改造資金でお悩みの人は、次の制度をご利用ください。 ※新築に伴う設置は対象外
■利子助成制度 10万円から90万円以内(1万円単位)を融資あっせんし、当該利子相当額を助成
■補助金制度 ▼生活保護世帯は最高60万円を補助 ▼高齢者世帯・一人親世帯・障害者世帯は最高30万円を補助
◎制度の利用には一定の要件があります。対象要件など詳しくは、問い合わせ先へ

☎ 上下水道部経営総務室 ☎ 63-4114

5月は「赤十字運動月間」です ご協力をお願いします

日本赤十字社が全国で展開している人道的活動は、皆さんから寄せられた事業資金により、支えられています。5月は、赤十字活動へのご理解とご支援をお願いする運動月間です。事業資金は、次の活動に使われます。

- 災害救護
- 国際活動
- 赤十字ボランティア
- 青少年赤十字
- 赤十字講習会
- 医療事業
- 血液事業
- 看護師養成事業

赤十字活動へのご理解と1世帯あたり500円を目安に事業資金へのご協力いただき、赤十字社員(会員)としてご加入いただきますようお願いいたします。

☎ 名張市社会福祉協議会 ☎ 63-1111

若者移住定住チャレンジ 支援事業

☎ 商工経済室 ☎ 63-7824

市の特性を生かした暮らしと創業・起業アイデアを持った若者(20~49歳)を応援するため、創業にかかる経費の一部や移住のための住宅リフォーム・空き店舗の活用に必要な経費の一部を支援します。

事業開始時期 8月1日(日)~29年1月20日(金)
補助/補助額/補助率
▼創業促進補助金/100万円以上最高200万円/経費の3分の2以内
▼空き店舗活用加算事業/50万円/経費の2分の1以内
さらに市外から移住者で空き家を利用する場合
▼空き家改修加算事業/100万円/経費の2分の1以内



採択件数 1人につき1応募、2件程度
審査方法 書類審査後、面談により決定
申込 6月20日(日)午後5時までに(当日消印有効)提出書類に必要事項を記入の上、市役所4階商工経済室(〒518-0492鴻之台1-1)へ【郵送・宅配便可】
◎応募対象や事業内容には条件があります。詳しくは、お問い合わせください。提出書類などは、ホームページからダウンロードできます。

「東山墓園」墓所使用者募集

☎ 環境対策室 ☎ 63-7492

申込資格 次の条件に全て該当する人
①平成28年2月27日以前から継続して、名張市に住居登録されている人
②東山墓園の他の区画において、すでに使用許可を得ていない世帯の人
③遺骨を所持しているか他墓所から改葬が必要な人で、貸し付けた墓所を平成29年7月31日までに必ず使用することが明らかな人、または、平成28年6月3日現在50歳以上の人
※応募者多数のときは、遺骨を所持している人か、他墓所から改葬が必要な人を優先して貸付します。
募集内容 48区画(予定)

▼3㎡ 11区画/永代使用料など51万円(角地54万6千円)
▼4㎡ 29区画/永代使用料など68万円(角地72万8千円)
▼6㎡ 8区画/永代使用料など102万円(角地109万2千円)
申込 5月26日(日)から6月3日(土)まで(土・日曜日除く。当日消印有効)に、市役所4階環境対策室(または下記説明会)で配布する申込用紙に必要書類を添えて同室へ

■「墓所使用者募集説明会」
日時 5月19日(日) 午後7時30分~ 場所 市役所1階大会議室



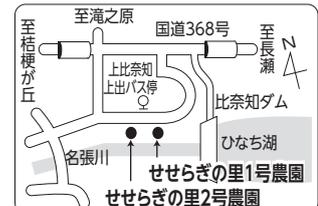
自分で野菜を育ててみませんか? 「市民農園」入園者募集

☎ 農林資源室 ☎ 63-7625

対象 市内在住の人 ※1家族1区画
募集区画数・年間利用料

- ▼南古山「そよかぜの丘」
1号農園 17区画(4,000円/33㎡)
2号農園 13区画(6,000円/50㎡)
3号農園 4区画(5,333円/33㎡)

- ▼上比奈知「せせらぎの里」
1号農園 10区画(6,650円~8,400円/55~70㎡)
2号農園 1区画(5,333円/33㎡)
※開設場所により料金(年間利用料)が異なります。



入園期間 6月1日~平成29年3月31日(継続利用可能)
申込 5月20日(土)までに、はがきに「南古山市民農園○号農園希望」もしくは「上比奈知市民農園○号農園希望」、住所・氏名・電話番号を記入して農林資源室(〒518-0492 鴻之台1-1)へ
申込多数の場合、5月26日(日)午前9時から市役所4階402会議室で抽選会を行います。
※入園者は随時募集しています。空き状況はホームページまたは電話で問い合わせ先へ

読者の声

広報メールサポーターから...

4-1月号掲載「市の総合計画 新・理想郷プラン」について ▼市民総活躍で赤ちゃんから高齢者まで、それぞれが元気で楽しく過ごせる市にしていきたいものです。▼新・理想郷プランは大変良い計画ですが、市民の皆さんの声を大切にしなければ、基本理念が夢となります。



軽自動車税のお知らせ

軽自動車税の納期限は5月31日

課税室 ☎ 63-7429

■ 軽自動車税の税率が変わります

- ▼原付バイク、軽二輪、小型二輪および小型特殊自動車…800円~2000円増の税率変更
- ▼三輪および四輪以上の軽自動車…下記の表のとおりに税率変更

軽自動車 車種区分	税率(年税額)				
	①平成27年3月31日以前の 新規検査車両	②平成27年4月1日以後の 新規検査車両	③平成28年度~ 新規検査から 13年経過車両		
三輪	3,100円	3,900円	4,600円		
四輪 以上	乗用 自家用	7,200円	10,800円	12,900円	
	乗用 営業用	5,500円	6,900円	8,200円	
	貨物	自家用	4,000円	5,000円	6,000円
		営業用	3,000円	3,800円	4,500円

■ 廃車や名義・住所変更など忘れていませんか?

軽自動車税は、毎年4月1日現在所有している車両に課税されます。廃車、名義変更、住所変更があった場合は、すみやかに手続きをしてください。
※4月2日以降の手続では、税の払い戻しはありません。



歯周疾患の早期発見・予防のために「歯周疾患検診」を受診しよう

市では、40歳、50歳、60歳、70歳の節目年齢の人を対象に歯周疾患検診を実施します(対象の人には、4月下旬に無料受診券付はがきを郵送しました)。

検診実施期間 ~10月31日

年齢	生年月日
40歳	昭和51年4月1日~昭和52年3月31日
50歳	昭和41年4月1日~昭和42年3月31日
60歳	昭和31年4月1日~昭和32年3月31日
70歳	昭和21年4月1日~昭和22年3月31日

※今年度、節目年齢になる人が対象

健康・子育て支援室 ☎ 63-6970



認知症の人と家族の会 つどい・交流会を開催します

日時 5月24日(木)午後1時30分~4時
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
参加費 200円 ※認知症の人は無料。家族の会会員は100円
◎申込不要。認知症の人が参加する場合は、事前に問い合わせ先へ。

地域包括支援センター ☎ 63-7833



出会いをサポート 婚活パーティー(スイーツ付き)

日時/対象 ▼5月22日(日)午前11時~ / 男性35~48歳、女性33歳~48歳 ▼5月22日(日)午後2時~ / 男性25~35歳、女性21歳~35歳 ▼5月29日(日)午後2時~ / 男性25~38歳、女性22歳~38歳
場所 ちよいまるカフェ(中町)
参加費 男性5,500円、女性2,500円
◎申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ

NPO法人地域と自然(ちよいまる) ☎ 48-7730

■ 障害者の減免制度をご存知ですか?

減免対象 障害者が所有するバイクや軽自動車(障害者が18歳未満、または、精神的障害者については、家族が所有するものを含む)で、一定の要件に該当するもの



申請期間 納税通知書が届いてから、納期限の5月31日(木)まで

申請場所 市役所1階 課税室(14番窓口)

持ち物 ▼印鑑 ▼軽自動車税納税通知書

- ▼身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳のうちいずれか
- ▼自動車検査証 ▼運転する人の運転免許証
- ▼使用目的の証明書(家族運転の場合)
- ▼運転する人(納税義務者)のマイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード



河川愛護モニター募集

日常生活を通じて河川について気付いたことなどを月1回程度レポートしていただきます。

任期 7月1日~平成29年6月30日

定員 若干名 対象 名張川、宇陀川、青蓮寺川付近に住む20歳以上の人

謝礼 月4,000円程度 申込期限 5月31日(木)

◎申込方法など詳しくは、ホームページ(<http://www.kkr.mlit.go.jp/kizujyo/>)をご覧ください。

木津川上流河川事務所管理課 ☎ 63-1611



川の魅力を伝える「河川レンジャー」募集

対象 木津川上流域で活動できる18歳以上の人
応募期限 9月30日(金)

◎活動に対して日当、交通費などの経費の一部を支援します。応募用紙の取得方法など詳しくは、ホームページ(<http://www.kkr.mlit.go.jp/kizujyo/>) にお問い合わせ先へ

河川レンジャー事務局 ☎ 0742-36-8760



ダムからの放流量を増やして、川をリフレッシュ

ダムからの放流量を一時的に増やし、河床の泥や藻などを流して川をきれいにする取組みを行います。ダム下流の河川では、徐々に水位が上昇しますので、十分注意してください。放流の際には、放送またはサイレンを鳴らします。

実施日/実施ダム(下流河川)

▼5月10日/比奈知ダム・青蓮寺ダム・室生ダム(名張川、青蓮寺川、宇陀川)

◎天候の状況などにより中止の場合あり

木津川ダム総合管理所 ☎ 64-8961



近所のもめごとや家庭内の問題など 人権擁護委員にご相談ください

6月1日は「人権擁護委員の日」です。

近所のもめごと、家庭内のトラブル、いじめや体罰、職場でのセクハラなど、何か身近なことで困っている事はありませんか。法務大臣の委嘱を受けた人権擁護委員が相談に応じます。

◎相談は無料で秘密は守られます。

名張市の人権擁護委員(敬称略・順不同)

▼北川 廣一(百合が丘西3) ▼國富 静代(つつじが丘南7) ▼福住 幸二(蔵持町原出)

▼森嶋 秀和(赤目町柏原) ▼植野 あさ子(桔梗が丘5) ▼久原 宏(つつじが丘北10)

▼坂井 啓子(下比奈知) ▼山本 進(梅が丘南4) ▼稲垣 大宣(南町) ▼樫森 金介(新田)

▼富森 盛史(桔梗が丘1)

人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7909

「特設人権相談所」を開設

日時 6月1日(木) 午前10時~午後3時

場所 市民情報交流センター(希央台)

津地方法務局伊賀支局・伊賀人権擁護委員協議会 ☎ 21-0804



人権を考える研修会を助成 「伊賀地域ミニ人権大学講座」

助成対象 人権を考える自主的な活動をする団体などが開催する研修会(おおむね25人以上が参加するもの)

助成額 上限2万円

▼複数回申込み可能。ただし総額2万円まで

▼回数、金額問わず先着順

申込開始日 5月18日(木)

◎申込方法など詳しくは問い合わせ先へ

県伊賀地域防災総合事務所 地域調整防災室 総務生活課 ☎ 24-8000



「市長の所得等報告書」などを公開します

「名張市長の資産等の公開に関する条例」に基づき、所得等報告書、関連会社等報告書を市役所1階市民相談室と市ホームページで公開します。

公開日 5月16日(月)以降

市民相談室 ☎ 63-7416



6月1日現在で、「平成28年経済センサス-活動調査」を実施

この調査は、全ての事業所・企業を対象に日本の経済の状況を明らかにするものです。国の施策の基礎資料にもなる大切な調査です。ご協力をお願いします。

なお、インターネットでも回答ができます。詳しくは、ホームページ(<http://www.e-census2016.stat.go.jp/>)をご覧ください。

情報政策室 ☎ 63-7348



子育て情報

国の子ども・子育て支援新制度に対応 子育て支援員研修 受講者募集

日時 6月6日(月)・20日(月)・21日(火)・27日(月)・
29日(水)・30日(木) 午前9時～午後5時
場所 教育センター(百合が丘西5)、武道交
流館いきいき(蔵持町里)など

定員 80人 ※参加無料

対象 子育て支援事業や地域での子育て支援
活動に関心のある人

※全講座を受講していただくと、修了証を発
行し市内の子育て支援の場(小規模保育、
家庭的保育、ファミリーサポートセンター、
一時預かり保育、こども支援センターか
がやきボランティア)などに従事していただ
けます。1講座のみの受講も可能です。詳し
くは、市ホームページか問い合わせ先へ

申込 5月17日(火)から28日(木)までに、電話
かファクスで問い合わせ先へ

☎ こども支援センターかがやき
☎ 67-0250 ☎ 66-5650

家庭的保育者および補助者を 募集します

家庭的保育事業とは、家庭的保育者と補助
者2人で5人までの乳幼児(生後6ヵ月以上
の0歳～2歳児)を、居宅などにおいて保育
する事業です。

■家庭的保育事業の説明会を行います。

日時 5月20日(金) 午前10時～正午

場所 市役所3階304会議室

対象 家庭的保育事業に関心があり、事業に
従事しようと考えている人

家庭的保育者…保育士資格のある65歳以下
家庭的保育補助者…資格や年齢は問いません

※6月に実施する子育て支援員研修(5日間)
受講および2日間の見学実習は必須です。

申込 5月18日(木)までに、電話かファクスで
問い合わせ先へ

☎ 保育幼稚園室 ☎ 63-7919
☎ 64-6898

子育てを学ぶ「教育センター 研修講座」受講者募集

◆「子育て支援研修会」～子どもの育ちをサポ
ートするために 3回講座

日時 5月28日、7月2日、9月3日

※全て土曜日、午前9時30分～11時30分

講師 新山 君代さん

申込 5月20日(木)までに電話かファクスで問
い合わせ先へ。希望の回のみでも申込可

◆「家庭教育連続講座」～子育ての悩み、考え
合しましょう～

日時 6月14日、7月12日、9月13日、10
月18日、11月8日 ※全て火曜日、5回
の連続講座 午前10時～正午

内容 毎回テーマに沿った話と意見交流会

講師 岡田 まり子さん

申込 5月31日(木)までに電話かファクスで問
い合わせ先へ

◇ ◇ ◇ ◇
いずれも場所は、教育センター(百合が丘西5)。
保育所(園)、幼稚園、小中学校の保護者、関
心のある人の参加可。参加無料

☎ 教育センター
☎ 64-8801 ☎ 64-8802

美旗市民センター主催 「家庭教育講座」受講者募集

開催日/テーマ/定員

① 5月31日(火) / 「乳幼児からはじめる性教
育」 / 20人 (託児あり。事前申込必要)

② 6月20日(月) / 「おとうちゃん、おかあちゃん、
笑って」 / 30人

※いずれも午前10時～11時40分

場所 美旗市民センター

講師 林 みち子さん(助産師)

申込 開催日の10日前までに、電話(平日午前
9時～午後5時)で問い合わせ先へ

☎ 美旗市民センター ☎ 65-3007

1人でも乳幼児を保育する (預かる)事業者へのお知らせ

■県知事への届出が必要です。

4月から、1日に保育する人数が1人以上の
場合に県知事に届出が必要です。

届出先

▼個人のベビーシッター…お住まいの県

▼ベビーシッター事業者…事業所がある県

■定期的に研修を受けましょう。

認可外の訪問型保育事業や1日に保育する
乳幼児が5人以下の保育施設は、保育の質を
向上させる研修の受講状況も県への届出事項
です。

※研修の受講については、問い合わせ先へ相談
ください。

☎ 保育幼稚園室 ☎ 63-7919

平成28年度市内中学校 職場体験学習を実施します

市内の中学校では、今年も事業所の皆さん
の協力を得て職場体験授業を実施します。

生徒にとっては、働くことで自分の生き方
について考える機会となります。

地域の皆さんの温かいご支援をよろしくお
願います。

実施期間

▼6月7日(火)～9日(木) 赤目中学校2年生

▼9月7日(火)～9日(木) 北中学校3年生

▼9月14日(火)～16日(木) 名張中学校3年生

▼10月5日(火)～7日(木) 桔梗が丘中学校3年生

※南中学校は、昨年2年生で実施しましたが、
今後3年生で実施するため、28年度は実施
しません。

☎ 学校教育室 ☎ 63-7882

日本語で国際交流 「二ホンゴ事始め」受講者募集

名張に住む外国人に、日本の風土や文化、
日本語を教えるボランティアの養成講座です。

日時 6月11日(土)・12日(日)・17日(金)・18日(土)

※全4回 午後3時～5時

場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)

定員 約20人 参加費 2,000円(資料代)

※申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ

☎ ゆうあい日本語の会(山下) ☎ 51-5162

やさしい自然教室 「お茶つみ里山体験」参加者募集

里山の自然で、お茶づくりを楽しもう!

日時 5月28日(土) 午前8時45分～午後2時

※雨天の場合は、6月5日(日)開催

集合場所 奈垣国津神社駐車場

参加費 500円 ※未就学児100円

持ち物 湯飲み茶碗、お椀、つんだお茶を入
れる袋やかご、軍手、弁当、水筒など

申込 5月22日(木)までに、電話またはファク
スで問い合わせ先へ

☎ しぜん・ふしぎ・ワンダーランド(福田)
☎ FAX 68-3642

妊娠中の歯や口の悩み Q&A

☎ 健康・子育て支援室

☎ 63-6970

Q 妊娠中に歯の治療をしたいのですが、
適当な時期はありますか?

A 歯科の治療に関して、原則的には治療を
行って悪い時期というものはないとされ
ています。しかし、実際には、妊婦さんの状態
により変わりますので、産科医と歯科医によく
相談して、受診・治療をしてください。

「妊婦歯科検診について」

～おなかの赤ちゃんのためにも進んで歯科検
診を受けましょう～

母子手帳発行時にお渡しした
「無料受診券」は、妊娠中のみ
有効です。お口の健康を整え
て赤ちゃんを迎える準備をし
ましょう。



施設ご利用ガイド 5月後半～6月

各施設の催し物や教室などをご紹介します。
申込や問い合わせは各施設まで

やなせ宿の催し

☎ やなせ宿 ☎62-7760

■ 第1回やなせ宿そば打ち体験教室

日時 5月21日(土) 午前9時集合
9時30分開始(2時間程度)

参加費 1200円(材料費込み)

定員 12人(先着順)

講師 伊賀手打ちそばの会

持ち物 持ち帰り用容器
(タッパーなど)

申込 5月10日(日)午前10時
～19日(日)午後5時までに
電話で問い合わせ先へ



■ 第1回やなせ宿郷土史講話会

大人から子どもまで楽しむ郷土学習講座
「まんがで見る道親長者と小太郎の伝説」

日時 5月28日(土) 午後1時30分～3時

講師 松鹿 昭二さん(名張郷土研究会)

※参加無料。申込不要

リバーナホール

☎ 福祉まちづくりセンター ☎ 62-7388

■ フォトクラブ美光 15周年記念写真展

日時 6月10日(金)～12日(日)

午前10時～午後6時(最終日は5時まで)

主催 フォトクラブ美光

■ 写団なばり 組写真・連作写真展

日時 6月17日(金)～19日(日)

午前10時～午後5時(最終日は4時まで)

主催 写団なばり

■ 伊賀・名張の美術愛好家の作品展

日時 6月23日(日)～26日(水)

午前10時～午後6時(初日は正午から、最終日は5時まで)

主催 あすなろ展



国津の杜の行事

☎ はぐくみ工房あららぎ ☎62-6920

■ ストレッチ体操教室

リズムに合わせて体を動かし
汗を流しましょう

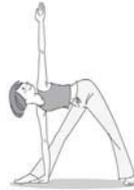
日時 6月6日(月)

午前10時～11時30分

参加費 300円 定員 16人

講師 辻 明子さん

持ち物 敷マット、タオル



■ 木工教室 プランターカバーを作ります

日時 6月7日(火) 午前9時30分～正午

参加費 1,500円(材料費含む) 定員 10人

講師 土井 義政さん

持ち物 手袋、タオル

■ 韓国料理教室

季節の韓国料理を作り試食し
よう(レシピ進呈)

日時 6月8日(水)

午前10時～正午

参加費 1,200円(材料費含む) 定員 12人

講師 李 辰淑さん

持ち物 エプロン、三角巾、タオル



■ 健康体操教室

椅子に座って行う優しい体操で健康を保ちましょう

日時 6月21日(火) 午前10時～11時30分

参加費 300円 定員 16人

講師 万代 くみ子さん

持ち物 屋内用靴、タオル



■ 陶芸教室

電動ロクロを使って食器を
作りましょう

日時 6月30日(日) 午前9時
30分～午後0時30分

参加費 2,800円
(材料費含む)

定員 12人

講師 角谷 英明さん

持ち物 エプロン、タオル

◆ ◆ ◆ ◆
申込 各教室の開催日1週間前までに電話で
問い合わせ先へ。各講座とも参加が少ない
場合は中止。先着順



ADS ホール催し

☎ アドバンスコープADSホール ☎ 64-3478

■ 第18回舞踊 壽扇流 壽扇会 公演

日時 6月5日(日) 午前11時30分～午後4時30分

◎入場無料

☎ 中津 壽永 ☎ 65-4430

■ 第10回桔梗グリークラブ定期演奏会

日時 6月12日(日) 午後1時30分～4時30分

入場料 一般1,000円、中高生500円

☎ 奥田 ☎ 65-7197

■ 名張桔梗丘高校吹奏楽部 第75回定期演奏会

日時 6月18日(土) 午後6時～8時30分

19日(日) 午後2時～4時

入場料 一般700円、高校生以下500円

※当日券 各300円増

☎ 名張桔梗丘高校(和田) ☎ 65-1721

■ Crush Vol.2

日時 6月25日(土) 午後1時～5時

入場料 小学生以上1,000円 ※当日500円増

☎ 河本 康次 ☎ 070-5681-1063

■ ピアノ発表会 ◎入場無料

日時 6月26日(日) 午後1時30分～4時30分

☎ 山野 ☎ 62-1280



HOS名張アリーナ

☎ 総合体育館 ☎ 63-5339

6月の一般公開日

▼卓球・バドミントン

日時 6月8日(水) 午前9時～正午、午後1時～5時

▼バスケットボール・バレーボール

日時 6月10日(金) 午後6時～9時

▼ソフトバレー・バレーボール

日時 6月28日(日) 午後6時～9時



図書館

☎ 図書館 ☎ 63-3260

5月24日(火)～29日(日)は、特別整理期間のため
図書館を休館します。

不要な図書資料の整理などを行うため、図
書館を休館します。図書の返却は、図書館正
面玄関横の返却ポストをご利用ください。

※5月23日(月)・30日(日)は、通常休館日



桜井・名張地域合同就職 面接会の開催

名張・宇陀・桜井地域の製造職、事務職な
どの正社員を募集する面接会(10社程度)

日時 5月27日(金) 午後1時30分～3時30分

場所 宇陀市榛原総合センター(近鉄榛原駅か
ら徒歩5分)

◎参加無料。予約不要。履歴書を1部お持ちい
ただくとスムーズです。

☎ 伊賀公共職業安定所 ☎ 21-3221

「マイナンバーカード」受取りの臨時窓口(土曜・日曜日)を開設します

マイナンバーカード(個人番号カード)の
交付申請をしていただいた人には、交付準備
が整い次第順次、交付通知書(はがき)を送
付しています。はがきが届きましたら、電話
予約の上、受取りにお越しください。

なお、手続きは、利用方法などの説明のた
め30分から1時間掛かります。

☎ 総合窓口センター ☎ 63-7160

5月 14日(土)・15日(日)
28日(土)・29日(日)

6月 11日(土)・12日(日)
25日(土)・26日(日)

※いずれも時間は午前9時～午後4時まで

次号予告
消費者被害

6月の相談

記載の電話番号は、問い合わせ先です。
開催場所(※)の連絡先とは限りません。

- 弁護士相談 [6月10日 午前10時～午後4時]
- 交通事故相談 [6月3日 午後1時～3時]
- 行政相談 [6月16日 午後1時～3時]
- 司法書士相談 [6月17日 午後1時～4時]
- 行政書士相談 [6月23日 午後1時～4時]
- 市民・多重債務相談 ※申込不要 [平日 午前8時30分～午後5時15分]
- 法テラス法律相談 [6月22日 午後1時～午後4時] 市役所 ☎0503383-5470
- 人権相談 [6月1日 午前10時～午後3時・21日 午後1時30分～4時] 人権センター ☎63-7909
- 介護相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] 地域包括支援センター ☎63-7833
◎各地域の「まちの保健室」でも相談を実施。詳しくは地域包括支援センターへ
- 障害者福祉相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] 地域包括支援センター ☎63-7833
- 年金相談 [6月14日 28日 午前10時～午後2時45分] アスピア ☎059-228-9112
- 女性弁護士による法律相談 ※要予約 [6月3日 午前10時～正午、午後1時～3時]
- 女性のための相談 [第1・3週・5週 木・金・土 曜日 午後2時～7時] 男女共同参画センター ☎63-5336
- 男性のための相談 [6月9日 午後7時～9時]
- メンタルヘルス相談 ※要予約 [6月16日 午前10時～正午・28日 午後1時～4時]
- 若者就職相談 (いざ若者サポートステーション) ※要予約 [平日 午前10時～午後4時] アスピア ☎22-0039
- 職業相談 (ハローワークプラザ名簿) [平日 午前8時30分～午後5時15分] ふれあい ☎63-0900
- 就農相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ※要予約 農業支援センター ☎63-7625
- 女性DV相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ※まず電話でご相談を ☎63-2517
- 家庭児童相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ふれあい相談室 ☎63-2515
- 育児相談 [火～土曜日 午前9時30分～午後5時 (日・月曜日、祝日は休館)] こども支援センターかがやき (桔梗が丘西3) ☎67-0250
- 母子家庭相談 [平日(水曜以外) 午前10時～午後5時] 子ども家庭室 ☎63-7594
- 子ども相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ふれあい相談室 ☎63-3118
- 不登校相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] 適応指導教室(百合が丘西) ☎63-7830
- 教育よろず相談 [月～土曜日 午前8時30分～午後5時15分] 教育センター ☎64-8801
- 青少年悩み相談 [平日 午前9時～午後5時] 青少年補導センター(百合が丘西) ☎63-7867
- 子どもの発達相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] 子ども発達支援センター ☎62-1088
- 乳幼児健康相談 [6月8日 午前9時30分～11時受付] 保健センター ☎63-6970
- 食生活・健康相談 [6月7日 午前9時～11時] ※要予約 健康・子育て支援室 ☎63-6970
- がん・難病相談 [6月18日 午後1時～4時] 勤労者福祉会館 ☎63-5515
- 在宅医療相談 [平日 午前9時～午後5時] 在宅医療支援センター ☎48-7840



"いざというときへの備え" 家庭でも災害に対する備えを!

☎ 危機管理室 ☎ 63-7271

4月に発生した熊本を震源とする大きな地震により、熊本をはじめとする九州地方は、甚大な被害を受けました。

市では、義援金の受け付けを開始するとともに、備蓄していたアルファ化米、トイレットペーパー、水、粉ミルクなどを被災地に向けて送るなどしました。



義援金募金箱の設置場所 6月30日 まで

- ▼市役所1階ロビー
- ▼総合福祉センターふれあい1階ロビー・3階
- ▼福祉まちづくりセンター(イオン名張店内)

※ご協力いただいた義援金は、名張市社会福祉協議会を通じて日本赤十字社から被災地の復興支援に使われます。

防災ほっとメールをご登録ください!

市では、災害発生時の避難勧告や避難指示、避難所開設情報のほか、防犯情報など、市民の皆さんの生命や身体にかかわる緊急情報の伝達手段として、携帯電話の電子メールを活用した「防災ほっとメール」を使用しています。

■防災情報を配信

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。

■防災情報、救急情報を掲載

防災ほっとメールのホームページでは、避難場所が検索できるほか、被害情報、二次救急実施機関などの情報が閲覧できます。

登録方法
<http://www.anshin-bousai.net/nabari/>
 に接続するか、下のQRコードを読み込んでください。

災害が起きるまでに「いま」できること

■まず、家具固定から

震度5弱でも安定の悪い家具は倒れますので、まず家具の固定を! 最低でも寝ている位置に倒れてこないような配置にしましょう。

■最低7日間の水・食料の備蓄を

大規模災害時に救護活動が本格化するまで日数を要することが予想されるので、7日間程度の備蓄を!



広告

ハウスクリーニング キッチン・バス・トイレ・ガラスサッシ、レンジフード、床フローリングワックス

エアコンクリーニング 家庭用/業務用

家事代行 おてつだいサービス | 家事を時間単位で承ります | 洗濯・片付け・花の水やり・お掃除ほか

定期清掃管理 病院・介護施設 | 店舗・事務所・工場 ほか

害虫駆除シロアリ 無料診断 | コキブリ、ハチ、ねずみ他

庭木管理 消毒/肥料/剪定/造園他 | トータルグリーン定期管理システム

安心と信頼の地元 ☎65-8411 esprit@shore.ocn.ne.jp
タスキンエスプリ ISO14001認証 名張市新田1249-4

シロアリ駆除キャンペーン 限定30棟 6/30まで

1階床面積18坪を特別価格にて防蟻工事を実施いたします!!

35% OFF!!

通常価格 117,000円(税別)のところ

※18坪以上は、1坪/6,500円(税別)ずつ追加となります。
 ※キャンペーン価格は、レギュラー施工に限りです。

お申込みの際に「広報なばりを見た」と必ずお伝え下さい。

株式会社 NUCグループ
NUC 中部白蟻研究所 ☎0120-187647
 〒510-0208 鈴鹿市鈴鹿ハイツ1-25 営業時間 8:00～19:00[日・祝日休] 三重県全域対応!

近畿大学 近畿大学工業高等専門学校 **市民公開講座**

平成28年度第1回名張市産学官連携推進協議会

第1回 5/28(土) 13:30～15:00
 「地域経済を救う エコノミックガーデニング」

(テーマ) 基調講演
①地域経済を救う エコノミックガーデニング
 山本 尚史・拓殖大学 教授

②パネルディスカッション
 山本 尚史・拓殖大学 教授 亀井 利光・名張市長 川口 佳秀・名張商工会議所 会頭 若岡 弘・第三銀行 頭取 村田 圭治・近畿大学工業高等専門学校 校長

会場:本校 大教室 定員300名程度。先着順にて受付いたします。
 【お問い合わせ先】近畿大学工業高等専門学校(担当:事務局) Tel:(0595)41-0111 Fax:(0595)62-1320
 〒518-0459 三重県名張市春日丘7番町1番地 http://www.ktc.ac.jp (近畿大学高等) 検索

転勤 **長期療養** **相続**

不動産屋さんの 空き家管理・留守宅見守りサービス

空き家の困りごと お気軽にお問い合わせ下さい

株式会社 サンシホームサービス
 名張市つつじが丘北3-81-2 (オレンジ通り商店街)

☎ 48-7134 **サンシホームサービス** 検索

空き家の利活用・建物の老朽化・景観の悪化