



# なばり

令和4年(2022年)3月10日発行

## ごみ収集日程表(4月~9月)

7~10ページ ▶ 抜き取ってご使用ください

⚠️ 催しへの参加は感染対策の徹底を。催しなどは中止・延期の場合あり

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

# 個人向け 減収・休業など生活にお困りの皆さんへ 新型コロナ対策支援制度

2/21 現在



▶ 新型コロナ感染拡大による影響が長期化する中、生活・暮らしを支援する制度をまとめました 事業者向け支援制度はこちら▶  
各支援制度には申請期限(3月末となっている制度あり)がありますので、ご注意ください。詳しくは、ホームページまたは問合せ先へ



### 住居確保給付金

離職や休業などで、住む家を失った、家賃が払えない

#### ▶ 支援内容

- ・家賃の支給(原則3カ月間/支給上限・要件あり)
- ・住居・就労機会の確保に向けての支援

☎ なばり暮らしあんしんセンター  
(市社協内) ☎ 64-1526



新型コロナの影響で失業し、求職中の方は…



### 一時的な市営住宅の提供

詳しくは問合せ先へ

☎ 営繕住宅室 ☎ 63-7740



### 小学校休業等対応支援金

小学校などの臨時休業やコロナ感染で学校に行けない子の世話で、仕事ができない

#### ▶ 支援内容

- ・支援金の支給(個人で仕事をしている人)
- ※濃厚接触者となり学校などに行けない場合も対象
- ※保育所・幼稚園などに通う子どもがいる人も対象
- ※事業所にお勤めの場合は、事業所に対する「小学校休業等対応助成金」があります(申請者は事業主)。

☎ 厚生労働省コールセンター  
☎ 0120-60-3999



### 新型コロナ特例貸付

休業・失業で収入が減少し、生活費に困っている(世帯)

#### ▶ 支援内容

- ・生活費の貸付
- ▶ 特例緊急小口資金:20万円以内
- ▶ 特例総合支援資金(初回貸付):単身世帯/月15万円以内、2人以上世帯/月20万円以内

☎ なばり暮らしあんしんセンター  
(市社協内) ☎ 64-1526



上記貸付が終了後も、なお困窮する世帯は…



### 新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金

- ▶ 単身世帯:月6万円 ▶ 2人世帯:月8万円
- ▶ 3人以上世帯:月10万円 を支給

☎ 市自立支援金相談窓口  
☎ 63-8877



### 非課税世帯などへの臨時特別給付金 生活・暮らしへの支援

#### ▶ 支援内容

- ・住民税非課税世帯・家計急変世帯に対して1世帯当たり10万円を給付

※令和3年度分の住民税均等割が非課税の対象世帯には、市から1月17日に確認書を郵送しています。

▶ 新型コロナの影響で家計が急変し、世帯全員の収入が非課税世帯相当水準以下となった世帯は、申請が必要です。(令和4年9月30日まで)

☎ 市臨時特別給付金担当事務局  
☎ 41-0520



### 給付対象者に名張産コシヒカリ10kg 生活応援米の支給

住民税非課税世帯には、市から案内通知を2月21日から順次、郵送しています(家計急変世帯でお米の支給が必要な場合は、申請が必要)。生活応援米は、3月下旬以降、順次お届けします。

☎ 農林資源室 ☎ 63-7625



### 子育て世帯への臨時特別給付金 子育て世帯への支援

#### ▶ 支援内容

- ・対象児童1人当たり10万円を給付
- ※所得制限あり。申請不要の人には、令和3年12月27日に児童手当の振込口座に振り込み済
- ▶ 児童が高校生のみなどの場合や保護者が公務員の場合は申請が必要です。(詳しくはP14)
- ▶ 令和3年9月以降令和4年2月末までに離婚などで子どもの養育者が変わった場合、改めて給付金を受け取れる場合があります。詳しくは、問合せ先へ

☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594



### 生理用品の無料配布 経済的な理由で生理用品を入手することが難しい

#### ▶ 支援内容

- ・市役所、まちの保健室、ふれあいなどで1人1パックの生理用品を無料で配布
- ☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970
- ☎ 市社会福祉協議会 ☎ 63-1111



### 傷病手当

国保・後期高齢者医療の加入者で、感染や感染の疑いにより無給・減給になった

#### ▶ 支援内容

- ・過去の給与収入に応じ、傷病手当を支給

☎ 保険年金室 ☎ 63-7445



### 市税などの猶予・分割納付 家計がひっ迫し、市税などの支払いが困難になった

#### ▶ 支援内容

- ・市税、国保税、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料、介護保険料、保育料、上下水道料金などの支払い猶予・分割納付については、各担当室へご相談ください。

相談



不当な差別やいじめを受けた…

### みんなの人権110番

☎ 0570-003-110

午前8時30分~  
午後5時15分(平日)



孤独や不安を感じたり、頼れる人がいない

### 各地区「まちの保健室」

平日午前9時~午後5時

◎まちの保健室に関するお問い合わせは、  
地域包括支援センター(☎63-7833)へ



### 民生委員・児童委員

◎地域に寄り添い、見守る・支える・つなぐ活動をしています。あなたの地区の民生委員・児童委員は、医療福祉総務室(☎63-7579)へ



# 「スプレー缶」「電池」「ライター」は、「資源ごみ」の日に出して！ 分別しないと火災事故に

☎ 伊賀南部環境衛生組合 ☎ 53-1120 ☎ 環境対策室 ☎ 63-7496



伊賀南部クリーンセンター(伊賀市奥鹿野)の火災で処理できなくなった粗大ごみ(令和元年11月)



ごみの分別お兄さん  
環境対策室 森永 陸斗

## 燃やさないごみに混入した電池で火災！処理がストップ

令和元年7月18日に「燃やさないごみ」から出火し、「燃やさないごみ」や「粗大ごみ」の処理施設が損傷しました。そのため、破碎などのごみ処理ができず、収集した粗大ごみなどをクリーンセンター敷地内に一時的に仮置きせざるを得ない状況になりました。

約800トンのごみ(約4カ月分の燃やさないごみと粗大ごみの量に相当)が山積みとなり、仮設の破碎機で破碎処理を行ったり、ごみ処理を外部へ委託しながら何とか処理を継続しました。



なにかと...  
ごみがあふれて  
とごみもなにかと...

ズキン



えええ...  
処理施設の復旧に  
15億4千万円の  
費用がかかったの  
がーん

こんなに費用がかかるんです...

## スプレー缶・電池・ライターが火災の原因に！

発生時期	内容	原因と考えられる混在物	被災状況・影響など
R1 7月	火災	リチウムイオン電池 (カメラやゲーム機などの電池)	施設損傷により復旧費用15億4千万円 ごみの受入業務・処理の遅延
R1 9月	車両火災	スプレー缶	収集車両の損傷により収集業務の遅延
R2 12月	火災	カセットボンベ	ごみの受入業務・処理の遅延
R3 1月	火災	原因特定できず	ごみの受入業務・処理の遅延
R3 3月	火災	リチウムイオン電池	処理の遅延
R3 12月	火災	スプレー缶・灯油ポンプ	処理の遅延

## ごみを収集・受入できない...そんな最悪の事態にもなりかねない

令和元年7月に伊賀南部クリーンセンターのリサイクル施設で発生した火災で処理施設が損傷し、一部のごみを外部で処理していました。施設の復旧工事は、昨年9月末に完了。完全復旧には2年もかかり、多額の復旧費用や外部へ委託したごみ処理費用も必要となりました。

もし、火災の被害がさらに大きければ、ごみ処理を停止し、

ごみの収集や受入を制限せざるを得なくなります。ごみ処理を継続するためには、皆さんの正しい分別が必要不可欠です。スプレー缶やライター、電池類など発火原因となる危険物は、ごみ収集車やクリーンセンターでの火災につながるため、「燃やすごみ」や「燃やさないごみ」へ絶対に入れないようにしてください。



伊賀南部環境衛生組合  
業務室長 高野 香二

深刻です...

◎平成21年2月に本格稼働した伊賀南部クリーンセンターでは、施設の立地に関わる地域との協定により、操業期間を15年(令和6年1月末)と定めて、名張市と伊賀市青山地域のごみ処理を行っています。伊賀市と名張市は、操業期間の延長を行う方針を確認し、現在青山地域への説明を行っています。

# 「燃やさないごみ」は危険を伴いながら手作業で選別

伊賀南部クリーンセンターでは、回収された全ての「燃やさないごみ」の中から発火原因となるごみを選別しています。手作業のため、ケガをする危険性や、使用済みマスク、ティッシュなどが混入していることもあり、新型コロナウイルスの感染リスクも伴います。またコロナ禍で在宅時間が増え、家庭から出るごみが

増えており、選別作業は今まで以上に時間や手間がかかります。ボタン電池のような小さいものもあるため、火災事故につながる全ての物を取り除くことは、非常に困難です。危険も伴い、選別費用もかかりますが、火災事故につながるごみの排出が後を絶たないため、選別作業を続けていかなければならない状況です。



スプレー缶  
カセットボンベ **436本**  
※穴あけしていないスプレー缶が82本も

今年1月に収集した  
「燃やさないごみ」45.9tの  
中に入っていました！



**ライター  
274個**

**電池 67.9kg**

市民の皆さん……  
これが現状なんです

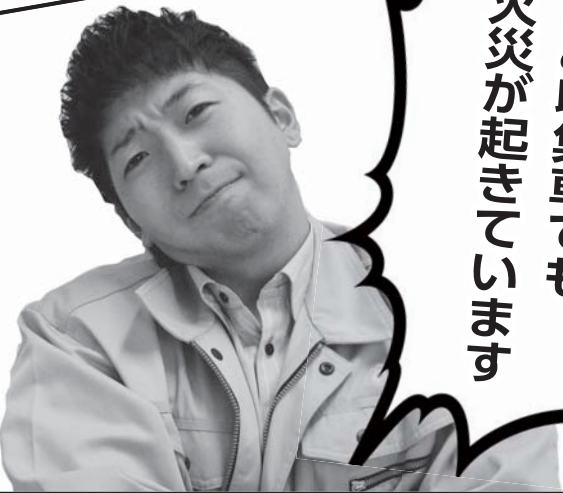
手選別の結果……

トホホ……



ごみ収集車内から煙が！収集に大幅な遅れ

ごみ収集車での火災も起きています。右の写真は、「燃やさないごみ」の回収時に、ごみ収集車内で出火した時のもの。発見が早かったため、作業員にけがはありませんでしたが、収集に大幅な遅れが。燃え殻から、スプレー缶やライターなどが複数見つかりました。



ごみ収集車でも  
火災が起きています

だから  
分別  
しないと！



「分別しない」自分勝手なで  
「自分も」「皆も」  
困るよ！になるんだね！

火災の被害が大きくなれば、ごみの受入やごみ処理ができなくなる！  
市民生活に大きな影響がでてしまう……



それに  
多額の復旧費用も  
かかっちゃうね……



ごみの分別お兄さん～  
出し方のおさらいを！

## 全て「資源ごみ」の日！

スプレー缶の正しい出し方



スプレー缶は使い切り。  
穴をあけ、「専用かご」へ！

ごみの分別  
お兄さんが熱演！



ごみの分別お兄さんもオススメのごみ分別アプリ「さんあ～る」。ごみの収集日程表や分別方法が、スマートフォンで簡単に確認でき、ごみの出し忘れ防止の通知機能も付いています。ぜひダウンロードを！

iPhone用



アンドロイド用



# 信号のない横断歩道を 歩行者が横断しようとしています… そのとき、あなたはどうしますか？

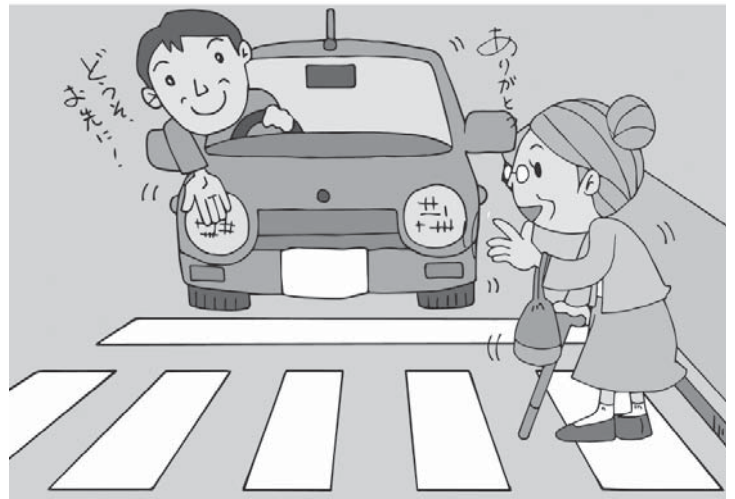
▶必ず一時停止を！横断歩道は歩行者優先です  
三重県では、半数のドライバーが一時停止できていません

信号機のない横断歩道を歩行者が横断しようとする際に、停止した車の一時停止率(令和3年)は、三重県で47%となりました(全国7位/全国平均30.6%)。

横断歩道は歩行者優先。渡ろうとする人

がいれば、必ず止まりましょう。また、歩行者は、横断歩道を渡る際は、必ず左右の安全を確認し、車の運転者に対して意思表示(ハンドサイン)しましょう。

☎ 都市計画室 ☎ 63-7749



4月6日～15日は春の全国交通安全運動期間です やさしさが安全つなぐ三重の道 ～歩行者のハンドサインは赤信号～

運動の重点 ▶子どもをはじめとする歩行者の安全確保 ▶歩行者保護や飲酒運転根絶などの安全運転意識の向上 ▶自転車の交通ルール遵守の徹底と安全確保

保育所や小学校、集会所、公園など あなたの地区を巡回しています！

## 移動図書館「やまなみ号」

- ◆本の貸出には、図書利用カードをお持ちください(身分証明書があれば、その場でカードを発行できます)。
- ◆図書館での貸出と合わせて合計10冊まで借りることができます。また、図書館や他の巡回場所で借りた本を返却できます。



◎巡回日程表は、やまなみ号や図書館に置いているほか、ホームページにも掲載しています。詳しくは、問合せ先へ ☎ 図書館 ☎ 63-3260

駅や公共施設、スーパーなどに直結します！

## コミュニティバス「ナッキー号」

【主な停留所(市街地循環)】名張駅西口 ▶市役所 ▶桔梗が丘駅  
▶ドンキ名張店 ▶市立病院 ▶イオン前

◆どこを走るかよく分かる！  
車窓展望動画の続編公開！



◆ルートや時刻表などは市HPでもご案内！ ☎ 都市計画室 ☎ 63-7749

「生きがい」と「地域のニーズ」を結びます

# シルバー人材センター

編集/発行 公益社団法人 名張市シルバー人材センター  
〒518-0718 名張市丸之内79(総合福祉センターふれあい2階) ☎ 63-6800 FAX 64-5668 http://www.nabari-silver.or.jp

### 60歳以上の会員を募集中

シルバー人材センターの会員となって、あなたの時間・経験・知識・技能を社会のために活かしてみませんか。現在、市内で約900人の皆さんが会員登録し、活躍いただいています。

**入会条件** 市内在住で、健康で働く意欲のある原則60歳以上の人

**入会方法** シルバー人材センターの「入会説明会」にご参加ください。

入会説明会は、シルバー人材センターの概要、入会に必要な書類、手続き、年会費などについて説明します。受講後に受講済証(1年有効)を交付します。

入会説明会は、毎月第3火曜日に実施します

時間 午前10時～(約1時間30分)  
場所 防災センター2階(市役所隣)  
【日程】 3月15日(火)・4月19日(火)  
5月17日(火)・6月21日(火)

※参加申込不要。筆記用具を持参。日程や場所などが変更になる場合もありますので、事前にお問合せください。

まずは説明会にお越しください！



### 仕事のご依頼は気軽にご相談ください

— 会員はこんな仕事で活躍しています —

#### 企業や施設などの事業所では



【一般作業分野】▼屋内外軽作業 ▼除草作業 ▼農作業  
▼調理補助 ▼会場設営 ▼清掃 ▼荷物の搬入・搬出  
▼品出し ▼封入・梱包・袋詰め作業

【管理分野】▼施設・駐車場・駐輪場などの管理 ▼宿直

【事務分野】▼受付事務や書類整理 【技能分野】▼運転業務 ▼剪定 など

#### 一般家庭では



【技能分野】▼庭木の剪定 ▼簡単な大工仕事

【一般作業分野】▼草引き・草刈り・伐採

【福祉・家事援助サービス】▼掃除・洗濯・調理・買い物

▼部屋や衣類の片づけ ▼植木の水やり・落ち葉掃除

▼ごみ出し・粗大ごみの搬出 ▼話し相手

▼薬の受け取りや診察の順番取り など

#### その他

▼賞状書き・宛名書き ▼チラシ・ビラ配り(市内全域対応可) など

※状況によりお断りさせていただく場合がありますのでご了承ください。



### 「スポーツ安全保険」 加入者募集

**対象** スポーツ・文化・ボランティア・地域活動などを行う4人以上のアマチュア団体(被保険者は各個人)

**保険期間** 4月1日～令和5年3月31日(4月1日以降の申込みは、加入日の翌日から)

**掛金(1人当たりの年額)** ▼中学生以下の団体、成人の文化・ボランティア団体…800円  
▼65歳以上…1,200円

▼高校生以上のスポーツ活動など…1,850円

◎申込書は、マツヤマSSKアリーナ(夏見)、武道交流館いきいき(蔵持町里)、市役所3階市民スポーツ室で配布。詳しくは問合せ先へ

**☎(公財)スポーツ安全協会三重県支部**  
☎059-372-8100



### 体育館や運動場など 学校体育施設等利用団体を募集

**開放施設** ▼体育館(市内小・中学校) ▼格技場(市内中学校) ▼運動場(市内小学校)

▼夜間照明施設(名張小・比奈知小・美旗小・箕曲小・錦生赤目小・つつじが丘小)  
※錦生・滝之原・国津体育施設を含む

**開放期間** 6月1日～令和5年5月31日

**対象** 市内に在住、在勤、在学の5人以上の団体  
※代表者は20歳以上

**申込** 4月4日(月)までに、マツヤマSSKアリーナにある申込用紙(市HPから出力可)に、メールアドレスなどの必要事項を記入し、スポーツ安全保険加入依頼書(控)の写しを添付し、同窓口へ

**☎市民スポーツ室** ☎63-7100

### ケーブルテレビ・YouTube 放映! 市民講座



**番組名** 長引くコロナ禍に打ち克ち、  
心身ともに健康に!



**講演①** 「気をつけて 不眠とうつ」

**講演②** 「コロナ禍でエコノミー症候群から身を守るために知っておきたいこと」

**日時** ケーブルテレビ「adsチャンネル」3月毎週土曜日 午後8時～9時放送、市公式YouTubeチャンネルで3月31日(木)まで公開



**☎NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク事務局**  
☎059-231-5015



### いきいき元気! 春からチャレンジ!! 名張市スポーツ協会「いきいき教室」参加者募集

◎活動日時が変更になる場合や、参加人数が少ない場合は開講できない場合があります。

◎18歳以上の初心者から初級者が対象

教室名	活動日時	年間参加費
楽しく柔道	火曜日 午後7時～9時(月3～4回) ※子どもから大人まで参加できます ※別途スポーツ安全保険への加入が必要。年間参加費は、高校生以下の場合は5,000円	8,000円
初めての太極拳	第1・3火曜日 午前10時～正午 ※先着 35人	7,000円
やさしいヒップホップ	第2・4木曜日 午後1時～2時	7,000円
パンチングエクササイズ	第1・3金曜日 午前10時～11時	7,000円
ヨガセラピー	第1・3木曜日 午前10時30分～正午 ※先着 60人	7,000円
きもの着付け	第2・4水曜日 ①午前10時～正午 ②午後1時～3時 ※先着各 10人	7,000円
めざせマイナ5オエクササイズ	第1水曜日(月1回) 午後1時～2時	4,000円
アロマストレッチ	第3水曜日(月1回) 午後1時～2時 ※先着 35人	4,000円
幼児体育	第1木曜日(月1回) 午後3時15分～4時15分 ※平成28年4月～平成31年3月生の未就学児 ※先着 25人	4,000円

**活動場所** 武道交流館いきいき(蔵持町里)

いき窓口で申込用紙と参加費を添えて同窓口へ

**申込** 3月11日(金)午前9時から、武道交流館いき

**☎ 武道交流館いきいき** ☎62-4141

問	教室名	対象	活動日時	参加費
①	水曜卓球(前期)	初心者から中級者 ※先着 30人	水曜日 午前10時～正午(全15回/4～9月)	6,000円
	木曜卓球(前期)	初心者から中級者 ※先着 30人	木曜日 午前10時～正午(全15回/4～9月)	
②	春季レディースゴルフ	女性 ※先着 18人	火曜日 午前10時～正午(全10回/5～7月)	7,000円
③	低学年テニス1期	小学1年～3年 ※先着 30人	①土曜日 午後2時～3時(全12回/4～8月) ②土曜日 午後3時～4時	6,000円
	高学年テニス1期	小学4年～6年 ※先着 30人	①土曜日 午後3時～4時(全12回/4～8月) ②土曜日 午後4時～5時	
	中高生・一般テニス1期	初級者から初心者	③土曜日 午後1時30分～3時(いずれも全12回/4～8月)	
④	梅が丘卓球(前期)	小・中学生のみ ※先着 10人	土曜日 午前10時～正午(全10回/4～9月)	3,000円
⑤	ダンススポーツ(前期)	初心者から初級者 ※先着 15人	水曜日 午後7時～8時(全12回/4～9月)	6,000円

**活動場所** ■テニス…①百合が丘ゆこゆこテニスコート ②③市民テニスコート(夏見) ■卓球…水曜・木曜 マツヤマSSKアリーナ(夏見)、梅が丘 梅が丘小学校体育館 ■ゴルフ…名張ゴルフセンター(蔵持町原出) ■ダンススポーツ…武道交流館いきいき(蔵持町里)

**申込** 3月15日(日)午前9時から、武道交流館いきいきにある申込用紙と参加費を添えて同窓口へ

**☎ ①③④ 武道交流館いきいき(蔵持町里)**

**☎ 62-4141 ②市ゴルフ協会** ☎64-1234

**⑤市ダンススポーツ協会(森)** ☎090-7691-8460



### 市民の皆さんのご意見をお聞かせください! 市民意識調査の回答にご協力を

**☎ 総合企画政策室** ☎63-7389

市では、市の総合計画「新・理想郷プラン」に掲げられた施策をより効果的・計画的に進めるため年に一度、市民意識調査を行っています。調査票は18歳以上の市民のうち、無作為に抽出した2,850人に送付しています。

**回答方法** ①郵送…回答を調査票に直接ご記入

いただき、同封の返信用封筒に入れ、投函してください。

②インターネット回答…パソコンやスマートフォンで、調査票に記載のURLまたは、QRコードを読み取っていただき回答をお願いします。

**回答期限** 3月18日(金)

### 3月15日から クロスボウ所持が許可制に

許可申請や廃棄などの処分を行わずに、クロスボウを令和4年9月15日以降に購入・所持した場合は、不法所持となります。

◎無償で処分受付中。最寄りの警察署へお持ちください。

**☎ 名張警察署** ☎62-0110



### 今年の「名張桜まつり」は中止に 来年こそ満開の桜の下、開催を!

**☎ 名張桜まつり実行協議会(名張商工会議所内)** ☎63-0080

名張桜まつり実行協議会では、新型コロナウイルス感染症の感染者の増加と、政府などの対応方針をもとに協議を重ねた結果、令和4年の桜まつりなど春の主なイベントについて、開催を見合わせざることを決定しました。

来年こそ、皆さんと一緒に、最高にキレイな桜並木の下で笑顔溢れる「名張桜まつり」を盛大かつ安全に開催できればと願っています。今はコロナに負けず、感染防止など一人ひとりができることに取り組んでいきましょう!



桜の動画を公開中!  
名張桜まつり  
特設サイト



### 令和4年度「初心者狩猟免許取得予備講習会」を開催

講習日 (いずれも午前9時～)

第1回 6月19日(日) (申込期限:5月20日(金))

第2回 7月23日(土) (申込期限:6月24日(金))

場所 メッセウイング・みえ (津市北河路町)

対象 初心者・取得済みの狩猟免許とは別の種類の狩猟免許を希望の人

定員 各100人 ※先着順

受講料 ▼三重県猟友会員で

ない人:13,000円(1種類のみ)、

16,000円(2種類以上)

▼三重県猟友会員の人:5,000円(一律)

◎申込方法など詳しくは、問合せ先へ

☎(一社)三重県猟友会 ☎059-228-0923



### 社会経験の少ない若者を悪徳業者が狙っているかも…

4月1日時点で18～19歳の人は一斉に成年になります。儲け話や高額な契約など、悪徳業者は社会経験の少ない若者を狙ってきます。

消費生活での不安やお困りごとは、消費者ホットライン(局番なし188)にご相談を!

### 還付金サギにご注意!

介護保険料の払い戻しがありますよ～

市役所職員が還付金などについてATMに誘導することはありません。

☎市民相談室 ☎63-7416

### 壊れた太陽光パネルに近づかないで

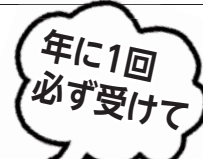
太陽光発電設備は、浸水したり破損していても光が当たれば発電することがあります。むやみに近づいたり、触ると感電するおそれがありますので、太陽光発電システムの事業者や管理者へご連絡ください。

☎環境対策室 ☎63-7492



### 狂犬病予防注射は4月5日から開始

☎環境対策室 ☎63-7492



生後91日以上飼育犬には、生涯一度の登録と、毎年一回の狂犬病予防注射を接種することが義務付けられています。市では4月5日(日)から、各地区で犬の登録と集合注射を実施します(下表)。

費用 ▼予防注射代…1頭につき3,400円(注射代2,850円、注射済票交付手数料550円)

▼登録料…1頭につき3,000円

◎新規登録と注射を受ける犬は、合計6,400円となります。

持ち物 ▼すでに登録済の犬…案内はがきと予防注射代 ▼初めて登録する犬…予防注射代と登録料

◎狂犬病予防注射の接種は、動物病院でも受け付けており、登録手続きもできます(詳しくは、動物病院にお問合せください)。

### ●犬の登録、「狂犬病」予防集合注射接種会場

実施日	時間	会場	実施日	時間	会場
4月5日(日)	午前9:55~10:15	桔梗が丘南市民センター	4月12日(日)	午前9:45~10:10	すずらん台西集会所
	10:30~10:55	桔梗が丘西第二集会所		10:25~11:00	すずらん台東1番町集会所
	11:05~11:30	さつき台集会所(1番町)		11:10~11:30	すずらん台市民センター
	午後1:00~1:15	富貴ヶ丘集会所		午後1:00~1:10	うぐいす台二期集会所
	1:25~1:45	南富貴ヶ丘集会所		1:20~1:30	西田原公民館
	2:00~2:10	上比奈知区民センター		1:45~2:20	桔梗が丘市民センター
4月6日(月)	午前9:50~10:05	くにつふるさと館	4月14日(土)	午前9:50~10:30	保健センター
	10:20~10:30	長瀬市民センター		10:40~10:55	蔵持市民センター
	10:50~11:05	滝之原土地改良組合		11:15~11:30	梅が丘北4集会所
	11:20~11:30	小波田ポンプ庫前		午後1:00~1:20	梅が丘市民センター
	午後1:00~1:15	春日丘自治会館		1:35~1:55	緑が丘婦人消防会館
	1:30~2:15	つつじが丘北集会所		2:10~2:25	薦原公園駐車場
4月8日(水)	午前9:55~10:05	西原町公民館	4月15日(金)	午前10:00~10:15	黒田集会所
	10:15~10:25	美旗が丘集会所		10:30~10:40	大屋戸公民館
	10:40~10:50	農協名張東支店(新田)		10:55~11:30	総合福祉センターふれあい
	11:05~11:30	池の台集会所		午後1:00~1:25	新川集会所
	午後1:00~1:20	箕曲市民センター		1:40~2:10	赤目市民センター
	1:35~2:00	百合が丘東第1集会所		2:20~2:45	錦生市民センター
4月17日(日)	午後2:10~2:30	子どもセンター(百合が丘)	午前9:30~正午		名張市役所
			午後1:30~3:00		

◎調子が悪い犬は、注射をお断りする場合があります。事前に獣医師にご相談ください。

◎発熱や体調が良くない人は来場を控えてください。新型コロナ感染拡大に伴うやむを得ない事情がある場合は、令和4年12月31日までに接種を行えば、期間内の接種とみなされます。ご自身の状況に合わせた接種をお願いします。



### 名張ケンコー!マイレージなどをお持ちの皆さんへ!

### 4月から市指定ごみ袋の交換場所が増えます

「名張ケンコー!マイレージ」「ケンコー!マイレージ5ポイントクーポン券(5ポイント分)」の、市指定ごみ袋への交換場所が増えます。

#### ▶追加の交換場所

- ・市役所1階 市民相談室
- ・市内各地区のまちの保健室

※まちの保健室での交換はセット②のみ対応

#### ▶交換できるセットは4種類のみ(お釣りは出ません)

- ①ごみ袋 小10ℓ×6巻
- ②ごみ袋 小10ℓ×4巻 + 中20ℓ×1巻
- ③ごみ袋 中20ℓ×1巻 + 大30ℓ×1巻
- ④ごみ袋 特大 45ℓ×1巻

◎詳しくは、問合せ先へ

☎環境対策室 ☎63-7496

### Q ごみ袋の購入費を抑えるにはどうすればいいの?

☎環境対策室 ☎63-7496

#### ごみ減量キーワード「4R」

4Rとは、リフューズ(断る)・リデュース(減らす)・リユース(再利用)・リサイクル(再資源化)のこと。実は、右の一工夫も4Rの取組。ごみが減れば、ごみ袋の購入費も抑えられる!環境にも家計にも優しい「4R」の実践を!

### A ごみの減量で袋を小さく!

ごみの量を減らせば、袋のサイズが小さくなり、ごみ袋の購入費を抑えられますよ!

#### あなたも今すぐできる!ごみを減らす一工夫

- ▶必要ないものは買わない!もらわない!  
レジ袋や使い捨てのフォーク、スプーンなどはもらわない
- ▶紙ごみはしっかりと分別を!  
お菓子の紙箱やトイレトペーパーの芯は、「資源ごみ」の「紙類」へ
- ▶「ボトル」ではなく「詰め替え用商品」の購入を!  
ボトルは、ごみ袋がかさ張る原因に。袋タイプの詰め替え用商品を選ぼう!
- ▶食材は食べきれぬ分だけ購入を!  
期限切れで捨ててしまうと食品ロスに。無駄なく食べきり、ごみ減量へ

#### 今月の案内人



ごみ減量の若きエース 城戸 悠馬  
profile「買い物は常にエコバックを持参」がモットーの環境対策室職員

回答 コンシェルジュ

市役所に寄せられる数々の「疑問」に案内人が「簡潔」にお答えします!





収集日は地域ごとに異なるので、収集日をご確認ください。資源は資源ステーションにお出しください



小型家電は、資源ごみとして月1回、資源ステーションへ透明か半透明の45ℓ以下の袋に入れて出してください。

伊賀南部環境衛生組合業務室 ☎ 53・1120代

### 紙類／繊維類 月1回

**新聞紙**

折込みチラシも含む

- 片手で持てる重さにまとめ、ひもで十字に結ぶ

**紙パック**

- 洗って乾かしてから平たく切り開き、ひもで十字に結ぶ
- 酒パックや小型ジュースパックの内部にアルミ製の材質が使用されているものは、「燃やすごみ」
- スーパーマーケットの資源回収ボックスなども活用を

**段ボール**

- 間に波形の紙が入っているものだけを選び、折りたたく、ひもで十字に結ぶ
- ガムテープや発泡スチロール、金属類を取り除く

**雑誌・ざつ紙**

雑誌、古本、通販カタログ、封筒、包装紙、紙袋、紙箱、事務用紙、ノート、はがき、ポスターなど

- 片手で持てる重さにまとめ、ひもで十字に結ぶ
- 袋出しはしないでください
- シュレッダー処理された紙類は「燃やすごみ」

**繊維類**

古布（シーツ、タオル、ハンカチ）、古着類（スーツ、セーター、スカート、シャツ、ズボンなど。チャック・ボタン付きも可）

- 洗濯し、よく乾かしてから透明または半透明の袋に入れて出す
- カーテン、毛布、布団は「燃やさないごみ」（袋に入らなければ「粗大ごみ」）
- コート、ジャンパーは「燃やすごみ」 ●リサイクルショップなども活用

### びん／缶類／ペットボトル 月1回

**びん類**（透明・茶色・その他の色）

飲食物など口のできるものが入っていたびんと化粧品用のびんが対象です

- びんは使い切り、きれいにし、色別に「透明」、「茶色」、「その他の色」のかごへ出す
- ビールびん、一升びんはできるだけ販売店で引き取ってもらう
- 乳白色の化粧品用びん、ガラス食器（コップなど）や割れたびんは「燃やさないごみ」

キャップは取り除く

金属キャップは「燃やさないごみ」、プラスチックキャップは「燃やすごみ」 ※キャップ下のリングが外れない場合はそのまま出す

**ペットボトル**

このマークが目印です。

- ラベルにPETと表示があるペットボトル（清涼飲料、乳飲料、酒類、しょうゆ加工品、みりん風調味料、食酢、調味酢、ドレッシングタイプ調味料など）が対象
- 市民センター、スーパーなどの資源回収ボックスも活用を

キャップとラベルは「燃やすごみ」 ※キャップ下のリングが外れない場合はそのまま出す

中を洗う

**乾電池類**

ボタン電池、携帯電話バッテリー

- 乾電池類はテープで電極を覆ってから出す
- デジカメなどのリチウムイオン電池

**スプレー缶**（カセットボンベ含む）

- 使い切った後、屋外で穴をあけ、ガスを抜いてから「スプレー缶」のかごへ

**ライター**

- 資源ステーションの「ライター専用回収容器」へ
- 使い切ったライターのみ出す
- ガスが抜けられない場合は、クリーンセンターまたは市役所へ持ち込む

火災のおそれがあります。適正に排出してください

### 小型家電 月1回

**小型家電**

電動のおもちゃ

携帯電話、デジタルカメラ、電話機、ゲーム機器、電池で動くおもちゃ、ケーブル類など

透明または半透明の袋（45ℓ以下）に入れ、必ず袋の口を結んで、資源ステーションへ

※回収かごは設置していません

- 袋に入りきれないものは粗大ごみ
- 個人情報が含まれるものは、データを消去
- 家電リサイクル対象品は回収の対象外

★乾電池類は必ず抜いてからお出しください

小型家電を分解して袋に入れてもOK!

下のものは、回収しません

- 袋に入っていない
- 複数の袋に入れている
- 袋からはみ出ている
- 小型家電ではない（金属類など）

★市民センター・市役所に設置の回収ボックスにもお出しいただけます

40cm×18cmの投入口に分解しないで入るもの

使用済 小型家電回収ボックス

### 廃食油・蛍光管・電球・金属類 3カ月に1回

**廃食油**

4月・7月に収集

- 廃食油専用のポリ容器に出す
- ステーション付近を汚さないよう、こぼさず丁寧に投入する
- 植物性食用油のみ

**体温計・温度計・蛍光管・電球**

5月・8月に収集

- 割らずにそのまま出す。体温計・温度計は、水銀で表示するものに限る
- ※アルコール温度計は「燃やさないごみ」
- ※電池式体温計は「小型家電」
- 体温計・温度計・蛍光管・電球は、一緒に1つのかごに出す
- ※割れないように購入時の箱に入れて出しても構いません

**金属類**

6月・9月に収集

針金ハンガー

ひとくちコンロ、フライパン、鍋、やかん（ホーロー製を含む）

- 小型の商品化された金属製のものが対象 ※大きいものは「粗大ごみ」

ごみの分別アプリ「さんあ〜」で収集日を通知します

地区別ごみの収集日や分別方法などを確認できるスマートフォン向けの無料アプリ「さんあ〜」をご活用ください。

QRコード

App Store からダウンロード iPhone用

GET IT ON Google Play アンドロイド用

スマホで簡単登録!

ごみの分け方・出し方ガイドブック

ごみの分別方法などを記載した「ごみの分け方・出し方ガイドブック」を市役所4階環境対策室や市民センターでお配りしているほか、市HPや左記アプリでもご覧いただけます。

QRコード

★抜き取ってご使用ください。

令和4年(2022年)3月10日号 ⑧

保存版

# ごみ収集日程表

令和4年4月~9月

！必ずお住まいの地区名と収集日をご確認ください。

- ごみや資源は収集当日に出してください(午前8時30分まで)。※祝日の場合も収集を行います。
- 各集積所の管理は、それぞれの地区でお願いします。

問 伊賀南部環境衛生組合業務室 ☎ 53-1120(代)

A地区 地区名	資源ステーションに出すもの												ごみ集積所に出すもの	
	4月		5月		6月		7月		8月		9月		燃やすごみ ※指定ごみ袋で出す	燃やさないごみ ※指定ごみ袋で出す
	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類		
桜ヶ丘・平尾・栄町・ 希中央4・5番町	11	22	13	23	10	23	11	22	10	24	9	22	毎週月曜日・木曜日 ◎祝日の場合も収集	毎月第2水曜日 4/13 5/11 6/8 7/13 8/10 9/14
丸之内・中町・上本町・ 柳原町・鍛冶町・本町・ 新町・豊後町・木屋町・ 元町・榊町	12	13	16	13	13	9	12	13	15	10	12	9		
桔梗が丘1・2・3番町	1	28	2	31	2	30	1	29	1	31	1	30		
桔梗が丘5番町	4	28	6	31	3	30	4	29	2	31	2	30		
桔梗が丘南・富貴ヶ丘	7	地域 回収	11	地域 回収	8	地域 回収	7	地域 回収	8	地域 回収	7	地域 回収		

C地区 地区名	資源ステーションに出すもの												ごみ集積所に出すもの	
	4月		5月		6月		7月		8月		9月		燃やすごみ ※指定ごみ袋で出す	燃やさないごみ ※指定ごみ袋で出す
	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類		
すずらん台・上長瀬・長瀬	21	14	25	18	22	10	22	14	24	17	22	14	毎週月曜日・木曜日 ◎祝日の場合も収集	毎月第4水曜日 4/27 5/25 6/22 7/27 8/24 9/28
瀬古口・箕曲中村・中知山・ 青蓮寺・南百合が丘	15	8	19	12	16	8	15	8	18	5	15	8		
夏見・赤坂・中川原・ 希中央3番町	8	15	12	19	9	16	8	15	9	18	8	15		
百合が丘	25	21	27	20	24	17	26	20	26	19	27	16		
丈六・相楽・一ノ井	14	7	18	11	15	3	14	7	17	4	14	7		
新川・檀・星川・柏原・長坂・ すみれが丘・赤目が丘	15	8	19	12	16	8	15	8	18	5	15	8		
吉原・神屋・百々・ 羽根・奈垣・布生	5	1	9	2	6	1	5	1	3	1	5	1		

◎10月以降のごみ収集日程表は、9月発行の「広報なばり」に掲載します。

地域回収…地域で独自に紙・繊維類を回収しています。地域に配布されるチラシなどにより回収日・場所などご確認ください。



保存版

# ごみ収集日程表

令和4年 4月~9月

！必ずお住まいの地区名と収集日をご確認ください。

●ごみや資源は収集当日に出してください(午前8時30分まで)。※祝日の場合も収集を行います。

●各集積所の管理は、それぞれの地区でお願いします。

☎ 伊賀南部環境衛生組合業務室 ☎ 53-1120(代)

◎10月以降のごみ収集日程表は、9月発行の「広報なばり」に掲載します。

B地区 収集日	資源ステーションに出すもの												ごみ集積所に出すもの	
	4月		5月		6月		7月		8月		9月		燃やすごみ ※指定ごみ袋で出す	燃やさないごみ ※指定ごみ袋で出す
	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類		
地区名														
桔梗が丘4番町	1	28	2	31	2	30	1	29	1	31	1	30	毎週火曜日・金曜日 ◎祝日の場合も収集	毎月第1水曜日 4/6 5/4 6/1 7/6 8/3 9/7
桔梗が丘6・7・8番町	4	28	6	31	3	30	4	29	2	31	2	30		
つつじが丘南	5	地域回収	9	地域回収	6	地域回収	5	地域回収	3	地域回収	5	地域回収		
つつじが丘北	6	地域回収	10	地域回収	7	地域回収	6	地域回収	4	地域回収	6	地域回収		
春日丘	8	地域回収	12	地域回収	9	地域回収	8	地域回収	9	地域回収	8	地域回収		
美旗中・池の台・南西原	27	8	31	12	29	8	28	8	30	5	29	8		
新田・エクセル美旗・美旗中村・東田原・若草区・松陽台・うぐいす台・わかば区・上小波田・下小波田・西原町・南古山・藤が丘・グリーンハイツ	28	7	6/1	11	30	3	29	7	31	4	30	7		

D地区 収集日	資源ステーションに出すもの												ごみ集積所に出すもの	
	4月		5月		6月		7月		8月		9月		燃やすごみ ※指定ごみ袋で出す	燃やさないごみ ※指定ごみ袋で出す
	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類	資源 廃食油 ライター	紙・ 繊維類	資源 蛍光管 電球類 ライター	紙・ 繊維類	資源 金属類 ライター	紙・ 繊維類		
地区名														
上八町・東町	11	22	13	23	10	23	11	22	10	24	9	22	毎週火曜日・金曜日 ◎祝日の場合も収集	毎月第3水曜日 4/20 5/18 6/15 7/20 8/17 9/21
南町・松崎町・朝日町	12	13	16	13	13	9	12	13	15	10	12	9		
鴻之台・希央台1・2番町	7	28	11	31	8	30	7	29	8	31	7	30		
桔梗が丘西・さつき台・薦生・八幡・西田原・鶴山・家野・葛尾	22	21	26	20	23	17	25	20	25	19	26	16		
梅が丘	19	15	23	19	20	16	20	15	22	18	20	15		
里・原出・芝出・大屋戸・松原町・夏秋・短野・下三谷・緑が丘	18	14	20	18	17	10	19	14	19	17	16	14		
下比奈知・上比奈知	8	1	12	2	9	1	8	1	9	1	8	1		
滝之原	21	1	25	2	22	1	22	1	24	1	22	1		
黒田・結馬・井手・坂之下・谷出・小屋出・鹿高・矢川・上三谷・竜口・四季ヶ丘	14	地域回収	18	地域回収	15	地域回収	14	地域回収	17	地域回収	14	地域回収		

地域回収…地域で独自に紙・繊維類を回収しています。地域に配布されるチラシなどにより回収日・場所などご確認ください。



### 燃やすごみ

指定ごみ袋で排出  
週2回

生ごみ(よく水を切る)  
紙コップ、再生できない紙くず

枝、木切れ、草、生け花  
(土を落として袋に入れる  
枝は太さ7cm以下のもの  
1回に2袋まで)

ぬいぐるみ  
(袋に入らなければ  
「粗大ごみ」へ)

紙おむつ、ペットシート、  
猫砂(鉱物系のもの含む)(汚物を取り除く)

容器トレイ・カップ・パック類  
チューブ類、ボトル類  
ポリ袋、ラップ類、ネット、その他

保冷剤、乾燥剤、  
使い捨てカイロなど

靴・かばん類

小さい木製品・木箱、クッション、  
まくら、室内用マット(玄関、浴室、台所用など)

●在宅医療により排出するチューブ類は、「燃やすごみ」 ※針は医療機関などで引き取ってもらってください

### 燃やさないごみ

指定ごみ袋で排出  
月1回

プラスチック製のハンガー

インスタント食品のアルミ製なべ、アルミホイル

板ガラス、コップ、割れたびんや電球、花びん、耐熱ガラス

陶器などの食器類・植木鉢・プランター

CD、DVD、ビデオテープなど

おもちゃ(プラスチック製)

小型家電と電動おもちゃは「資源ごみ」

●ホース類は1m以内に切って出す ●エンジンオイルや塗料の缶は空にしてフタを空けて出す  
●板ガラスやコップなど破片、針・刃物などは紙に包み指定袋に「キケン」と表示して出す  
●傘、清掃用具(ほうきやモップなど)に限り、長いものは45ℓの指定ごみ袋の使用に限りはみ出しなくても収集します

「燃やすごみ」「燃やさないごみ」は、市の指定ごみ袋で排出してください。◎取扱店で販売しています。

指定ごみ袋の価格 (黄色10枚組)	大きさ(ℓ)	特大45ℓ	大30ℓ	中20ℓ	小10ℓ
	金額		480円	300円	180円

- 新型コロナウイルス感染拡大防止のためにも、ごみ袋の口をしっかりと結んでお出してください(ごみ出しの後は手洗いを忘れずに)。
- 収集の際、ごみ袋が破裂しないよう、できるだけ空気を抜いていただくをお願いします。

### 粗大ごみ

家具類

ファンヒーター  
ストーブ  
灯油は抜く

ベッドマット

自転車、三輪車

ふとん、毛布

物干しざお

じゅうたん

ふすま、障子

### 粗大ごみの戸別収集

1回の申し込みは、  
5点以内(1点200円)

(粗大ごみの収集申込みと粗大ごみに関するお問い合わせ先)

伊賀南部粗大ごみ受付センター  
☎64-8700

受付時間:午前8時30分  
~午後5時(土・日曜日、  
年末年始、祝日を除く)

●自分で直接クリーンセンターへ搬入することもできます

### 家電リサイクル

テレビ

エアコン

冷蔵庫・冷凍庫

洗濯機  
衣類乾燥機

- ①買い換えの場合 小売店に引取りを依頼してください
  - ②過去に買った店がわかる場合 (料金については小売店へお問い合わせください)
  - ③指定引取場所への持込みは、リサイクル券(※)が必要。特定家庭用機器搬送券(1台2,000円)は不要
- 指定引取場所…滋賀近交運輸倉庫(株)三重支店第2倉庫(伊賀市小田町1751-5 ☎22-1321)
- ①②③以外の場合の収集申込みとお問い合わせは、伊賀南部粗大ごみ受付センター(☎64-8700)へリサイクル券と特定家庭用機器搬送券(1台2,000円)が必要になります

問 家電リサイクル券センター(☎0120-319640)

◎分解しても対象になります

※リサイクル券は、郵便局設置の専用振込票でリサイクル料金を振り込んで、購入してください

### クリーンセンターへのごみや資源の自己搬入

搬入日	月~金曜日(祝日を除く)、第3日曜日
	受付時間 午前8時30分~正午、午後1時~4時30分
伊賀南部 クリーンセンター (伊賀市奥鹿野) ☎53-1120	搬入手数料(10kgごとに120円)が必要となります。ただし、指定ごみ袋に入ったごみ、粗大ごみ処理券(1点200円)を貼った粗大ごみ、資源を除く。 枝木類・木材などは1m以下、太さ10cm以下にして搬入してください。 家庭からの草木のみ受け入れます。 ※分別ができていないごみは搬入できません。

自己搬入の際は、マスクや手袋の着用など、感染防止にご協力ください。

伊賀南部クリーンセンター  
(伊賀市奥鹿野1990)

### 収集・処理できないもの

- パソコン(自作パソコン含む)…メーカーに回収を申し込みください。☎パソコン3R推進協会 ☎03-5282-7685  
☎リネットジャパン(株) ☎http://www.renet.jp/
- 二輪車…「廃棄二輪車取扱店」または「指定引取窓口」に相談してください。  
☎二輪車リサイクルコールセンター ☎050-3000-0727
- タイヤ、エンジンオイル、バッテリー、ドラム缶  
…ガソリンスタンド、カー用品販売店などに相談してください。
- 消火器…販売店に相談するか、下記へ電話で回収の申込みをしてください。(有料)  
☎(株)消火器リサイクル推進センター ☎03-5829-6773
- 農機具・農業用資材…販売店に相談してください。
- ガスボンベ…ボンベ側面に表示の販売店に相談してください。  
※この他にも、土砂・瓦・コンクリートなど処理できないものもあります。詳しくは、伊賀南部環境衛生組合業務室(☎53-1120(代))へ

●商店・事業所・工場などから出る事業系一般廃棄物は、名張市の一般廃棄物収集運搬許可業者に委託するか、伊賀南部クリーンセンターに自己搬入してください

# 生

人はみな、  
生かされて  
生きてゆく

発行 名張保護司会

〒518-0718  
名張市丸之内79(総合福祉センターふれあい内)  
TEL 63-7575 FAX 64-3349

## 更生保護ネットワーク 名張保護司会便り

No.36

第71回社会を明るくする運動 作文コンテスト

### 名張市より2人 県で入賞

社会を明るくする運動は、犯罪や非行のない明るい社会を築く法務省主催の全国的な運動です。全ての国民の犯罪や非行の防止、罪を犯した人達の立ち直りを支え、地域や人の繋がりについて理解を深めることを目的に実施しています。

また、本運動の一環として、平成16年から伊藤和子杯中中学生卓球大会を毎年開催しています。伊藤和子氏は、名張市在住で日本卓球会の黄金期を支えた女子選手の一人です。世界殿堂入りも果たしています。昨年は第18回を開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大のため、一昨年に続き大会は中止になりました。

本運動を周知するために、全国的な小中学生の作文コンテストへの参加を呼びかけたところ、今回は中学生から232名の応募がありました。審査の結果、赤目中学校3年 濱口心さんと南中学校1年 末吉蘭さんが県教育委員会教育長賞を受賞されました。

- ◎三重県教育委員会教育長賞  
名張市推進委員会会長賞  
濱口 心さん (赤目中学校3年)
- ◎三重県教育委員会教育長賞  
名張保護司会会長賞  
末吉 蘭さん (南中学校1年)
- ◎名張市更生保護女性会会長賞  
藤原 さくらさん (赤目中学校1年)
- ◎名張市 BBS 会会長賞  
福永 あかるさん (北中学校2年)
- ◎名張市推進委員会審査委員長賞  
稲垣 朱莉さん (赤目中学校1年)
- ◎名張市推進委員会審査委員長賞  
辻村 日和さん (桔梗が丘中学校2年)

多くの民間ボランティアの人たちが犯罪加害者の立ち直りを支える制度

## 自立と更生を支援する「更生保護」

「更生保護」は社会の中での立ち直りを導き、助け、再び犯罪や非行に陥るのを防ぐ仕組みです。信じてくれる人がいること、必要とされる場所があること、それは更生への大きな支えになります。その活動には、保護司会や更生保護女性会、BBS会、協力雇用主会など多くの人たちが関わっています。



啓発活動も保護司の活動の一つ。写真は、「社会を明るくする運動」の様子です。

同じ目線の相談相手！

少年少女たちに、同世代の、いわば兄や姉のような存在として、一緒に悩み、学び、楽しむボランティア活動を行う団体です。



BBS会

BBSはBig Brothers and Sisters Movementの略

社会復帰をサポート！

更生保護の重要な役割を担う、民間のボランティアです。犯罪をした人や非行に走った人たちの立ち直りの援助のために必要な助言や指導を行います。名張保護司会では27人が活動しています。



保護司会

就職は、社会復帰の第一歩！

犯罪をした人や非行に走った人たちの前歴にこだわらず、積極的に雇用することで、改善更生に援助・協力する民間の事業主です。市内10社にご協力いただいています。



協力雇用主会

### 犯罪の予防 地域社会に復帰 更生

女性による活動です！

関係機関・団体と連携して非行防止・青少年健全育成・子育て支援などを行っている女性ボランティア団体。毎月1回、市内の小中学校前であいさつ運動などの活動を行っています。



更生保護女性会

### 犯罪や非行に関する相談を受け付けています

犯罪・非行の防止や立ち直りの支援など、更生保護の活動拠点として平成30年5月にサポートセンターを開設。犯罪や非行に関する相談を受け付けています。

受付日時 毎週月・水・金曜日

午前10時～午後4時(盆・年末年始を除く)

場所 子どもセンター内(百合が丘西5)

☎ 名張更生保護サポートセンター ☎ 41-0774 FAX 41-0775



### 愛の資金

総額 1,887,236円

(令和4年1月末日現在)

社会を明るくする運動事業	407,113円
保護司会活動事業	380,123円
更生保護女性会活動事業	150,000円
名張BBS会活動事業	100,000円
県更生保護事業助成	250,000円
青少年育成事業	600,000円

更生保護「愛の資金」は市内の各地区を通じて募金を全世帯に呼びかけ、令和3年度も皆様のご理解とご協力により大きな成果を上げることができました。ご協力いただきました皆さんに厚くお礼申し上げます。「愛の資金」は左の事業に活用させていただきました。

**マイナンバーカード 土・日曜  
受取・更新臨時窓口を開設**

臨時窓口開設日(市役所1階総合窓口センター)

4月…3日☐・10日☐・23日☐・30日☐  
5月…7日☐・15日☐・21日☐・29日☐  
6月…5日☐・11日☐・18日☐・26日☐

※いずれも午前9時～正午まで(受取・更新のみ)

**要予約** 予約専用ダイヤル ☎63-7160  
平日午前8時30分～午後5時15分

**マイナンバーカードに関するお知らせ**

- ▶受取や更新と同時にマイナポイントの手続きを希望する場合は、事前に相談してください。
- ▶更新には、マイナンバーカードと住民基本台帳用の4桁のパスワードが必要です。

☎ 総合窓口センター ☎63-7440

**弁護士・税理士などによる無料相談  
「暮らしなんでも相談」**

日時 3月19日☐ 午前10時～午後4時

場所 アスピア(南町)

相談内容 賃金不払、年金、税金、介護など

申込 3月15日☐までに、電話で問合せ先へ

◎相談無料。秘密厳守

☎ 暮らしほっとステーション伊賀(名賀地区労働者福祉協議会内) ☎64-9339  
(午前10時～午後3時/水・土・日曜日除く)

**「看護学生修学資金」  
受給者を募集**

市立病院や市内の医療機関で、看護師や准看護師として従事することを旨とする看護学生を支援します。

貸与額 看護師課程の人…月額20,000円

准看護師課程の人…月額16,000円

申込 4月1日☐～28日☐に、市立病院事務局総務企画室にある申請書と、必要書類を添えて問合せ先へ

☎ 市立病院事務局総務企画室 ☎61-1100

**令和4年度の水質検査計画を  
策定しました**

水道の水質検査を行う項目、採水場所、年間の検査回数などをまとめた令和4年度の「水質検査計画」を策定しました。この計画に沿って、安全で良質な水道水を安定的に供給します。計画は、市HPでも公開しています。

☎ 上下水道部浄水室 ☎63-4117



**市営住宅入居者を募集  
中川原市営住宅など4戸**

入居募集 中川原、夏見の市営住宅(各2戸)

申込期間 3月17日☐～25日☐ 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日は除く)

◎申込書は、市の指定管理者(伊賀南部不動産事業協同組合/鴻之台2-19)で配布  
申込資格など詳しくは、問合せ先へ

☎ 伊賀南部不動産事業協同組合 ☎48-6311

**高額医療・高額介護合算療養費  
制度をご存じですか?**

同一世帯で、令和2年8月から令和3年7月末までに医療と介護サービスを一定額以上利用した人は、申請により給付を受けられる場合があります(同一世帯で算定します)。

申請 令和3年7月31日時点に加入していた医療保険者へ申請してください。

◎国民健康保険・後期高齢者医療制度で対象となる人には3月下旬に案内を送付(令和2年8月から令和3年7月末までに医療保険の変更があると、案内が送付されない場合があります)  
※負担限度額は、世帯ごとに異なりますので、詳しくは、加入保険者へお問合せください。

◎社会保険などの加入者は各健康保険担当へ

☎ 保険年金室 国民健康保険担当 ☎63-7445  
保険年金室 後期高齢者医療担当 ☎63-7105

**「後期高齢者窓口負担割合」  
コールセンターを開設**

令和4年10月1日から、後期高齢者医療の被保険者で一定以上の所得のある人は、現役並みの所得がある人(医療機関などでの窓口負担割合3割)を除き、医療費の窓口負担割合が2割に変わります。

◎ご自身の負担割合については、9月頃に届く新しい保険証でご確認ください。

◎制度に関することなど、詳しくは問合せ先へ

☎ 後期高齢者窓口負担割合コールセンター ☎0120-002-719

**年金通信**

☎ 保険年金室 ☎63-2148

国民年金保険料の支払いが困難な学生の皆さん

**「学生納付特例制度」の申請で保険料支払いを猶予します**

学生納付特例制度の申請は、在学証明書(原本)または学生証表裏の写しや、来庁する人の本人確認書類などを持って、市役所1階保険年金室で手続きしてください。

**申請に関すること**

- ▶過去2年1カ月前の月分までさかのぼれます。
- ▶申請が遅れると障害年金が受け取れる状態になったときに請求できない場合があります。
- ▶退職して学生になり申請をする場合は、離職票などもご持参ください。
- ▶3月に卒業して、引き続き国民年金に加入している人は、4月から保険料免除申請ができます(本人・配偶者・世帯主の所得などの審査があります)。

**年金額に関すること**

- ▶学生納付特例が承認されると、将来受け取る老齢基礎年金の額は、納付したときと比べて減りません(承認月数/480月の割合減少)。

**4月以降は年金手帳の交付に代わり、基礎年金番号が分かる通知書を送付**

新たに年金制度に加入する人や、年金手帳の紛失などによる再発行を希望する人には、基礎年金番号通知書が送付されます。すでに、交付されている最新の年金手帳は、今後も基礎年金番号が確認できる書類として有効です。

**年金相談 ※事前に予約が必要です。基礎年金番号が分かるものをご準備ください。**

**■ アスピア(南町)**

日時 3月8日☐・22日☐ 午前10時～午後3時

◎予約は開催日の4週間前から1週間前まで

☎ 津年金事務所お客様相談室

☎059-228-9112

**■ 津年金事務所(津市桜橋)**

日時 平日 午前8時30分～午後5時15分(週初めは午後7時)、第2土曜日 午前9時30分～午後4時

☎ 全国年金事務所予約受付専用電話

☎0570-05-4890 ☎03-6631-7521

**4月1日から令和4年度の固定資産税  
帳簿の縦覧・閲覧ができます**

**■ 固定資産税縦覧帳簿の縦覧**

縦覧期間 4月1日☐～5月2日☐

※午前8時30分～午後5時15分

縦覧できる人 名張市固定資産税の納税義務者、または代理人、同居家族

**■ 固定資産税閲覧台帳の閲覧**

閲覧期間 4月1日☐～5月2日☐

※午前8時30分～午後5時15分

閲覧できる人 名張市固定資産税の納税義務者、または代理人、同居家族、借地・借家人(確認のため、賃貸借契約書の書類が必要)

◎市役所1階課税室で縦覧・閲覧できます。いずれも手数料無料(※名寄帳は1件300円〔4月1日☐からの発行〕)、本人確認できるもの(納税通知書、免許証など)を持参してください。代理人の場合は委任状が必要です。(法人の場合は委任状に社印の押印が必要)

☎ 課税室(資産税担当) ☎63-7437

**介護保険料(納付書払の人)  
納入通知書を4月11日に送付**

令和4年度介護保険料の納入通知書(納付書払の人)を4月11日☐に送付します。なお、通知の保険料は令和2年中の所得などから仮算出した額で、7月中旬に改めて保険料額を通知します。年金天引の人の保険料は7月中旬に通知します。

☎ 介護・高齢支援室 ☎63-7599



# 施設ご利用ガイド 4月

## マツヤマSSKアリーナ (総合体育館) ☎ 63-5339

■ 4月の一般公開 (利用料: 120円 ※中学生以下60円)

- ・卓球…8日☎ 午前9時~正午、20日☎ 午後1時~5時
- ・バドミントン…6日☎ 午前9時~正午

## リバーナホール ☎ 62-7388 (福祉まちづくりセンター)

■ 令和4年度ホワイトキャンバス展  
日時 4月7日☎~10日☎  
午前10時~午後5時 (初日は正午から、最終日は午後3時まで)

■ 水彩画展覧会  
日時 4月14日☎~17日☎  
午前10時~午後5時 (初日は正午から、最終日は午後4時まで)  
主催 名張水彩画会


## ads ホール (青少年センター) ☎ 64-3478

■ 日本民謡和泉会 第三十五回公演 和と伝  
日時 4月10日☎ 午前9時40分~午後4時  
入場料 1,000円  
☎ 谷本 善聖 ☎ 67-2168


■ ヴォーカルアンサンブル Rond 第11回定期演奏会  
日時 4月29日☎ 午後2時~4時  
入場料 1,000円  
☎ 本多 幾子 ☎ 65-4485

**4月の献血** ☎ 医療福祉総務室 ☎ 63-3913

日時 4月27日☎ 午前10時~11時30分、午後1時~3時30分  
場所 市役所1階大会議室  
内容 一般献血 (400ml)

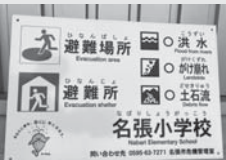


**宝くじ助成で備品や標識を整備・作製しました**  
(一財)自治総合センターの一般コミュニティ助成事業を活用して、桜ヶ丘区・蔵持町里自治会がコミュニティ活動備品(臼、ノートパソコンなど)を整備しました。



☎ 地域経営室 ☎ 63-7484

(一財)自治総合センターの地域防災組織育成助成事業を活用して、市内の指定避難所や指定緊急避難場所の標識を作製しました。



☎ 危機管理室 ☎ 63-7271

## 武道交流館いきいき ☎ 62-4141

■ 赤ちゃん体操と産後ストレッチ (春)  
日時 4月25日☎、5月23日☎、6月27日☎ 午後1時~  
対象 首の座ったところから、1歳の誕生日までの赤ちゃん和妈妈  
定員 10組 参加費 1,500円 (全3回)  
◎申込開始日は、3月14日☎午前9時~

■ 松山比香里先生と楽しくエアロビクス (春)  
日時 4月5日~6月28日の毎週火曜日 午後1時~ ※4月26日、5月3日は除く  
定員 20人 参加費 6,000円 (全10回) ※1回スポット800円  
◎申込開始日は、3月22日☎午前9時~

■ バレトン (春) [午前クラス] 午前10時~  
日時 4月28日☎、5月26日☎、6月23日☎  
定員 20人 参加費 1,500円 (全3回) ※1回スポット800円  
[午後クラス]  
A 午後2時30分~ B 午後3時~


日時 A 4月5日☎・19日☎、5月17日☎・31日☎、6月7日☎・21日☎  
B 4月7日☎・21日☎、5月19日☎、6月2日☎・16日☎・30日☎  
定員 各20人 参加費 3,000円 (全6回)  
講師 森 嗣美さん (フィットネススタジオ Cute)  
申込開始日 午前クラス…3月17日☎ 午前9時~  
午後クラスA…3月15日☎ 午後2時~  
午後クラスB…3月17日☎ 午後1時30分~

■ ジムトレーニング講習会 (春)  
日時 4月9日~6月25日までの毎週土曜日 午後1時~ ※4月16日、6月11日は除く  
定員 6人 参加費 10,000円 (全10回) ※1回スポット1,200円  
申込開始日 3月22日☎ 午前9時~

◎各教室とも参加費を添えて、武道交流館いきいきへ申込 (いずれも先着順)。実施時間は、全て50分間です。

## 電源立地地域対策交付金事業 (水力枠) で道路の舗装補修

市は、今年度、経済産業省の電源立地地域対策交付金事業を活用し、梅が丘の幹線道路の舗装補修工事を実施しました。



※「電源立地地域対策交付金」は、発電用施設設置への理解促進を図ることなどを目的とした国からの交付金です。  
※名張市の対象発電施設は青蓮寺と比奈知にある水力発電所で、交付金の対象は全市域です。

☎ 維持管理室 ☎ 63-7681

## 令和4年度分タクシー料金・自動車燃料費の一部を助成

対象 ▼身体障害者手帳1・2級、療育手帳A、精神障害者手帳1級を所持している在宅の人  
▼就学前の在宅の児童で、身体障害者手帳3級から6級または療育手帳Bの所持者

内容 2種類のうち、①、②のいずれか  
①タクシー料金助成…年間 12,000円分の乗車券  
②自動車燃料費助成…月 1,000円×申請月から令和5年3月までの月数分

申請 3月24日☎から、市役所1階4番窓口障害福祉室で受付開始

持ち物 ①の申請…障害者手帳  
②の申請…障害者手帳、本人名義の車検証の写し (児童などの場合は手帳に記載の保護者名義)、本人運転の場合は運転免許証の写し、家族 (同居に限る) による運転の場合は、障害者本人の通園・通院 (週1回以上) 証明書・運転する家族の運転免許証

◎精神障害者手帳1級を所持している人で、手帳に顔写真のない人は併せて身分証明書が必要  
◎代理申請の場合、窓口にお越しの人の身分証明書が必要。また、同一世帯以外の方が申請する場合は、委任状も必要

☎ 障害福祉室 ☎ 63-7591 FAX 63-4629

## 第46回名張ピアノコンクール 出場者募集

開催日 6月12日☎ 場所 adsホール (松崎町)  
部門 幼児、小学1・2年生、小学3・4年生、小学5・6年生、中学生、高校生、大学生・一般  
参加料 幼児の部 6,000円、その他 9,000円  
申込期限 4月22日☎ (消印有効)  
◎申込方法など詳しくは、電話で問合せ先へ (火~金曜日 午前9時30分~午後0時30分)

☎ 名張文化協会事務局 ☎ 64-2132

## 国家を守る、公務員 自衛官 (幹部候補生など) 募集

募集職種 ▶幹部候補生 (一般、歯科・薬剤科) ▶技術海上幹部・技術航空幹部 ▶技術海曹・技術空曹 ▶予備自衛官補 (一般、技能)

◎職種によって年齢制限や必要な資格が異なります。申込方法など詳しくは、問合せ先へ

☎ 自衛隊伊賀地域事務所 ☎ 21-6720

## 子どもから大人からも相談できる 「子ども相談室」

市では、子ども (18歳以下) からの相談を受け付けています。子どもに関する内容であれば、子どもからだけでなく誰でも相談いただけます。

相談はこちら  
☎ 通話無料 0800-200-3218 (子ども)  
☎ 63-3118 (一般の人)

日時 月・火・木・金曜日…午前8時30分~午後5時15分 / 水曜日…午前10時30分~午後7時 ◎相談無料。秘密厳守

☎ 子ども家庭室 ☎ 64-7594

# みんなちがって、みんないい

私は仕事で、特定不妊治療費助成事業に携わっています。業務に携わる中で幸せな気持ちになることがあります。

それは、「妊娠しました」とお聞きしたり、そのお子さんが健やかに成長している姿をお見かけしたりする時です。そんな時、この事業の大切さを改めて感じます。しかし、治療をしても子どもを授からない人もいらっしゃると思います。

私の知人は、不妊治療をしたものの授かりませんでした。周りからの期待に応えられないことにも苦しみ、「自分なんか消えてしまいたい」と思いつめたそうです。

その話を聞いた時、子どもを望みながらも授からない夫婦の苦しみは、これほど深いものなのだと思いました。私はその時、話を聴き、寄り添うことしかできませんでした。

また別の知人は、結婚して5年程、二人だけの生活を楽しんでいました。「そろそろ子どもを授かりたいな」と話していましたが、なかなか授かりませんでした。

その知人が、ある時話してくれました。同窓会で久しぶりに会った友人から「お子さんは？」



毎月11日は「人権を確かめ合う日」  
ご意見は人権・男女共同参画推進室 (☎63-7909) へ

おたがいの家庭もその背景は多様で、夫婦の生活を楽しんでいる人、経済的な理由や身体的な理由で望んでいない人、妊活中の人、不妊治療中の人、治療をしても授からない人などいろいろなケースがあります。

「みんなちがって、みんないい」は金子みすゞさんの言葉です。この言葉は、「あなたはあなたでいい」と教えてくれます。私はこの言葉が教えてくれている温かいまなざしを持ち続けていたいと思います。

## ひとり親家庭を支える「家庭生活支援員」を募集

<支援内容・資格>

**子育て支援** 乳幼児の保育、児童の生活指導など

**資格** 保育士、幼稚園教諭、小・中学校教諭など

**生活援助** 家事、介護、送迎など

**資格** 介護職員初任者研修修了者、介護福祉士、看護師など

**登録方法** 有資格者であることの確認書類を持参し、市役所1階子ども家庭室で登録手続きをしてください。詳しくは、問合せ先へ

◎依頼は不定期です。

☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594

## 「認知症の人と家族の会」つどい・交流会

日時 3月22日(火) 午後1時30分～4時

場所 防災センター(鴻之台1)

対象 認知症の人とその家族 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、事前に問合せ先へ

☎ 地域包括支援センター ☎ 63-7833

## 「県民の日」は、名張藤堂家邸跡と夏見廃寺展示館が入館無料

毎年4月18日は「県民の日」。これを記念して4月16日(土)・17日(日)は、名張藤堂家邸跡と夏見廃寺展示館の入館料を無料とします。

☎ 名張藤堂家邸跡 ☎ 63-0451

夏見廃寺展示館 ☎ 64-9156

## ハクモクレンの香り漂うお庭を散策しませんか 名張藤堂家邸の中庭特別開放

開放期間 3月25日(金)～4月8日(金)

午前9時～午後5時

【月・木曜日は休館】

入館料 一般200円・高校生100円

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892

## 三重県知事と市長の円卓対話が開催されます

要約筆記・手話通訳  
磁気ループあり



名張市長  
亀井利克

テーマ

だれ一人取り残さない  
地域共生社会の実現に向けて

日時 4月11日(月) 午後1時30分～2時30分

場所 近畿大学工業高等専門学校(春日丘)



三重県知事  
一見勝之

要事前申込 ※先着100人。申込みは、電話や右のQRコードから

☎ 総合企画政策室 ☎ 63-7389 ☎ 61-0815 ✉ kikaku@city.nabari.mie.jp



## 公務員世帯、高校生のみの子どもがいる世帯の皆さんへ

## 子育て世帯への臨時特別給付金の申請はお済みですか？

高校生以下の子ども1人につき10万円の給付を受けることができる「子育て世帯への臨時特別給付金」のうち、公務員世帯と子どもが高校生のみの子どもの世帯は申請が必要です(所得制限あり)。子育て世帯への臨時特別給付金(10万円)の申請は3月末まで ◎詳しくはHPか問合せ先へ

☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594

申請は、  
3月末まで!



地域がもっと、おもしろくなる!

# omo-local 通信

オモ・ローカル vol.5

暮らしが豊かになっていくような、わくわく・おもしろい地域の取組をピックアップ!

☎ 地域経営室 ☎ 63-7484

## 「おいしいおにぎり出来たよ」

つつじが丘市民センターでは、小中学生を対象におにぎりとお味噌汁を自分で作る活動を毎月1回開催しています。その名も「おにぎりくらぶ」といいます。

地域の役員会で子どもの支援や課題を考える中で、「家に保護者がいないとき、子どもでも簡単な食事が作れるようになればいいね」という話が出たのがきっかけです。

地域の人が講師となって、子どもたちがお米をとぎ、水加減を計り炊いておにぎりを握ります。だしを取り、野菜を切ってお味噌汁も作ります。おにぎりの大きさは不揃いですが、子どもたちは「おいしい」と大満足の様子。地域の人と、子どもたちが交流する機会にもなっています。



おにぎりの握り方を教わります



おにぎりとおかずの完成



# 4月の相談



記載の電話番号は、問合せ先です。  
相談場所の連絡先とは限りません。

相談名	日時	相談場所	電話番号
弁護士相談	8日金 午前10時～午後4時	市役所	63-7416
交通事故相談	1日金・21日 午後1時～3時		
行政相談	21日 午後1時～3時		
司法書士相談	15日金 午後1時～4時		
行政書士相談	28日 午後1時～4時		
消費生活相談・多重債務相談	平日 午前8時30分～午後5時15分	男女共同参画センター	050-3383-5470
法テラス法律相談 ※要予約	27日 午後1時～4時		
女性弁護士による法律相談 ※要予約	1日金 午前10時～正午、午後1時～3時	男女共同参画センター	63-5336
人権相談	12日 19日 午後1時30分～4時	人権センター	63-7909
女性のための相談 ※予約優先	毎週水曜日 午前9時～正午 毎週金曜日 午後1時～4時	男女共同参画センター	63-5336
男性のための相談 ※予約優先	14日 午後5時～7時		
メンタルヘルス相談 ※要予約	21日 午前10時～正午 26日 午後1時～4時		
外国人住民相談	火～日曜日 午前9時～午後5時	多文化共生センター	64-6711
女性DV相談 ※まずは電話で相談	平日 午前8時30分～午後5時15分	ふれあい女性相談室	63-2517
介護相談 ※「まちの保健室」でも実施	平日 午前9時～午後5時	地域包括支援センター	63-7833
障害者福祉相談	平日 午前8時30分～午後5時15分	障害福祉室	63-7591
職業相談	平日 午前8時30分～午後5時15分	ふれあい	63-0900
若者就職相談 ※要予約	平日 午前10時～午後4時	アスピア	22-0039
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
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	63-7830
教育よろず相談	平日 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	月・火・木・金曜日 午前10時～午後5時	青少年補導センター	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
食生活・健康相談	5日 午前9時～11時	健康・子育て支援室	63-6970
がん・難病相談	16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

## 子ども支援センター 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  
4月8日金 午前10時30分～  
※3月23日 予約開始。5組限定

▼サタパパ広場「パパ友を作ろう！」  
4月9日土 午前10時30分～11時～  
※3月23日 予約開始。5組限定

▼親子で遊ぼう「手形でこいのぼり」  
4月20日 午前10時30分～11時～  
※3月23日 予約開始。5組限定

▼健康相談 4月20日 午後2時～3時  
健康相談・歯科相談・栄養相談  
※3月17日 予約開始。5組限定

☎ 子ども支援センターかがやき  
(桔梗が丘西3) ☎ 67-0250

かがやき  
池岡 徠ちゃん

## 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 (予約先)

1歳6か月児健診	3歳6か月児健診
● 令和2年9月生 4月12日 13日	● 平成30年10月生 4月19日 26日
● 令和2年10月生 5月10日 11日	● 平成30年11月生 5月17日 24日

乳幼児健康相談 **予約不要**  
4月27日 午前9時30分～11時受付

離乳食教室 **要予約**  
4月27日 午後2時～3時30分

助産師による母乳・育児相談 **要予約**  
4月8日 22日 午前10時～  
4月1日 15日 午後1時30分～

## なばり子育てライン

妊娠・出産・育児・教育の  
情報をご覧いただけます！  
友だち登録をお願いします！

LINE ID @nabaricity

## 新型コロナ 症状などの相談

発熱などのある人の  
受診方法 (市HP)

① まずは電話でかかりつけ医など、身近な医療機関にご相談ください。

② 相談先が分からないときや休日・夜間は、「受診・相談センター」へ

☎ 24-8050 午前9時～午後9時 (伊賀保健所内 / 休日可)  
◎ 時間外は、三重県救急医療情報センター (☎ 059-229-1199) へ

発熱などかぜ症状  
があるときは…

## 人口と世帯数

人口 76,832人 (-70人)  
世帯数 34,653世帯 (-7世帯)

令和4年2月1日現在  
( )は前月比

## 伊賀地域二次救急実施病院 4月

伊賀地域の医療体制確保のため、3病院で二次救急医療を実施しています

☎ 医療福祉総務室 ☎ 63-7579

◎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、受け入れできない場合があります。

**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

※岡波総合病院 ▼月曜日…午後5時～翌日午前9時 ▼水曜日…午後5時～翌日午前8時45分 ▼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	2
					上	名
3	4	5	6	7	8	9
名/岡	岡	名	岡	名	上	上
10	11	12	13	14	15	16
岡	岡	上	岡	名	上	名
17	18	19	20	21	22	23
名/岡	岡	名	岡	名	上	上
24	25	26	27	28	29	30
岡	岡	上	岡	名	上	名

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)  
〔救急車での搬送以外は必ず事前連絡を〕

### 小児二次救急

名張市立病院 小児救急医療センターは、24時間365日小児二次救急の対応をしています。けがや交通事故などの外科系疾患は除きます。

### 地域医療を守るために、ご協力ください

- ・かかりつけ医を持ち、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。
- ・下記の電話相談をご活用ください。

☆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

☆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)

次号予告

新年度当初予算

〔選挙のお知らせは3月下旬に臨時号を発行〕

まじじゅう元気  
**健康ガッテン!**  
健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

ガッテンいただけませんか?  
ますでしようか?

そろそろ花粉症の季節です!  
保健師 足立 恵里

3月から4月にかけて花粉症の原因となるスギやヒノキの花粉の飛散がピークを迎えます。体の免疫力を高めると、症状を抑えることが期待できるってご存じでした? 今月は、白血球を増やし、免疫機能を高める生姜を使ったレシピをご紹介します!



**ガッテンポイント ▶ 生姜で花粉症改善!**



生姜には白血球を増やし、免疫力を高める成分がたっぷり!

体がポカポカ! 免疫力UPの万能スープ  
**ほうれん草の生姜スープ**

材料 ほうれん草(1/2束)・ベーコン(2枚)  
顆粒スープの素(小さじ1)、水(400ml)、すりおろし生姜(小さじ1)、塩(少々) **A**

作り方 ほうれん草とベーコンを細かく切って、鍋に上記Aの材料とベーコンを入れ、煮立ったらほうれん草を投入。火を止め、塩で味を整えます。

**編集後記** 広報なばりへのご意見・感想はこちら ▶

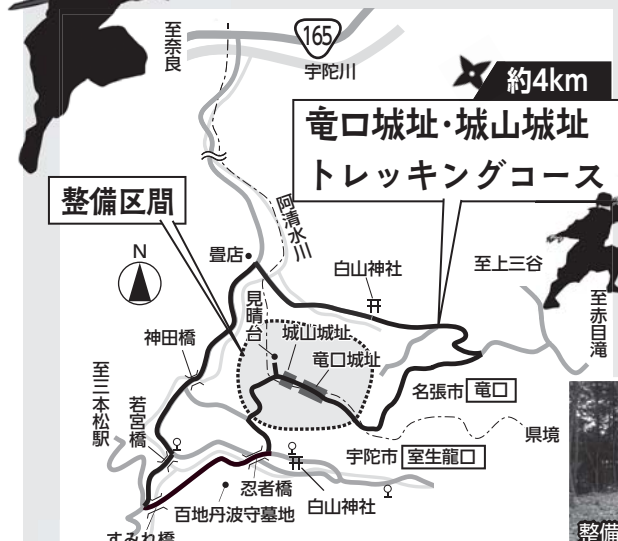
令和3年度県広報コンクールで「広報なばり10月号」が特選に。「単色だが読みやすい。紙面には笑顔が溢れ、前向きな姿勢が伝わる」といった講評を頂きました。今後も、広報担当者一同、精進してまいります。(デスク)

同コンクール「映像部門」でアンシンダーがコロナ対策を呼び掛ける動画も特選に。地元愛とアイデアにあふれているとの講評が。現在、広報、ウェブ、映像などの各媒体を組み合わせた効果的な広報に挑戦中です。(特命係長)

実家の台所を片づけると、不用な鍋や皿が大量に! 「鍋とか皿って、どう捨てるの?」と困っていた私に、妻から「さんあーる(ごみ分別アプリ)」で調べてみたら一言。おかげで問題解決! ほんまに便利です。(プラム)

燃やさないごみの手選別作業に立ち会いました。火災につながるごみを一袋ずつ丁寧に取り除く作業は、本当に大変。注射針が入っていることもあるそうです。ごみを出したあとのことも考えて、分別の徹底を! (DJ)

伊賀流忍者の開祖 百地三太夫の居城を目指す  
**新トレッキングコースが完成**



市の「忍者ツーリズム創造事業」の一環で、百地三太夫一族の砦とされる竜口城址・城山城址周辺が整備され、3月に新たなトレッキングコースとして完成しました。



地域の中で1年以上かけて準備しました  
地縁法人 錦生自治協議会 会長 藪本 寧男さん

錦生地区や室生地区の人に協力いただき、総勢約40人で、木の伐採や階段・補助ロープの設置などを行いました。多くの人に楽しんでいただきたいですね。

山頂から伊吹山・御在所岳も見えますよ  
同協議会 文化生涯学習部会 部長 橋本 明美さん

城山の山頂からは、天気の良い日だと、伊吹山や御在所岳を望めます。この山岳コースは1周すると約2時間かかります。歩き応えのあるコースで健康づくりにもピッタリ!

**参加者募集** 竜口城址・城山城址トレッキングコースを歩く

日時 3月20日(日) 午前9時~正午ごろ ※8時30分から受付  
集合場所 白山神社(名張市竜口) ※周辺に駐車場あり  
対象 市内在住で、軽登山などに慣れた人 ※少雨決行  
定員 30人 ※参加無料。申込多数の場合、抽選  
申込 3月15日(火)までに、電話、ファクス(63-3636)で問合せ先へ  
☎ 錦生市民センター ☎ 63-0252 (平日:午前9時~午後5時)

**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** 床下無料診断 コキブリ、ハチねずみ他

**庭木管理** 消毒/肥料/剪定/造園他 ツルグリー定期管理システム

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

瓦屋根設計コンクール 第16回賞金賞受賞 亀山市立関中学校校舎

**株式会社 瓦勝** KawaraSho

屋根から考えるリフォーム 外壁、樋もおまかせ下さい

http://www.kawarasho.jp  
〒518-0752 三重県名張市蔵持町原出581  
TEL0595-61-2204 FAX0595-62-0250  
Email takanori@kawarasho.jp

かわらぶき一級技能士在籍 一級建築士

福祉医療型緊急通報サービス **つながりコール**

「つながりコール」はお客様宅に設置した通報装置を通して健康に関する相談、出動員による安否確認、お客様の緊急連絡先への連絡を受け付けるサービスです。

安心 月額 2,750円 (税込) (機器レンタル代も含みます)

株式会社 ソバーニ ☎0595-62-5082  
名張市箕曲中村18番地の2 受付/平日9:00~17:00

「おめでとう」の笑顔とともに70年

- 初節句のお祝いに、場所を取らない壁掛けタイプが人気です
- 「水引コサージュ・髪飾り」お手頃価格でご提供
- 今どきの結納相談会開催中! お気軽にご来店を

宮参り扇子 ふくさ ふろしき 掛軸 進物線香 慶弔・金封各種承ります

**小島結納品店**  
名張市丸之内 総合福祉センターふれあい東すぐ Tel: 0595-63-0919