



令和4年(2022年)6月10日発行

2~5...特定健診・がん検診 6~7...BE YOURSELF (あなたらしく)  
9...職員採用試験 10...いきいき教室 14...ひとり親世帯給付金

新型コロナウイルスワクチン4回目接種のお知らせを同時配布しています

「なばり市議会だより」は、8ページをご覧ください

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



## 環境回復のシンボル「名張のホタル」を次代へ ホタルの守人

名張のホタルは、江戸時代、藤堂家に献上されるなど、その歴史は古く、全国でも有数の発生地でした。しかし、昭和40年代以降、住宅開発が進み、その数は減少。一時はホタルが見られなくなり、その数は今号では、「名張のホタル」を次の世代に残そうと保全活動をされている吉岡正夫さんの取組をご紹介します。

ホタルの保全活動は私がこの世に生きた証

50歳になった頃。このまま人生が終わるのは寂しい、残り少ない人生で生きた証を残したい、そう思ったのがきっかけです。ホタルの保全活動の研究をしている大学の先生に手紙を出し、保全方法を教えていただき、本格的に活動を始めました。私が行っていることは、ホタルの幼虫のエサとなるカワニナなどの放流です。ホタルの成虫を放流するだけでは、自然に増えてはいきません。エサを放流する方法は、時間はかかりますが、私がいなくても、人の手をかけずにホタルが生育でき、自然と増えていく。まさに私が生きた証を残せるのではないかと考えました。

### ホタルの守人 吉岡 正夫さん

50歳でホタルの保全活動を開始。今年で20年目を迎える。市内外からも保全活動の依頼を受けている。ゲンジボタルとヒメボタルの保全に取り組む

### ホタルの光が子どもたちの原風景になれば

ホタルは環境回復のシンボル。20年前は、ほとんどホタルは飛んでいませんでした。目に見えて増え始めたのは、活動を始めてから4年目。継続して取り組んできたことで、昨年は、約3万4千匹のホタルが飛び交うまでになり、着実に数は増えてきています。

ホタルの幼虫は川岸に生息しています。流れてきたごみも川岸に溜まってしまふため、幼虫やカワニナの生育の妨げになり本当に困っています。だから、川のごみ拾いも、ホタルの保全活動にとって重要な取組です。でも、不法投棄が後を絶たず、ダンプリン杯分のごみが捨てられていたこともありました。

生育環境を保つことは難しいですが、壊すことは簡単です。ホタルがいなくならないためにも、不法投棄は絶対にやめてほしいです。かつてホタルが多く飛び



ホタルの幼虫のエサとなるカワニナ



エサを放流しながらごみ拾いも行う



鉄橋付近でエサとなるカワニナを放流

交っていたころは、名張のホタルを見るために、大阪方面から近鉄電車を行っていたこともあったそうです。実は2年前、電車の車窓からホタルが見られるように、鉄橋近くでもホタルを飛ばしたいとまちづくりの役員でもある元近鉄電車の副社長に提案しました。ホタルが飛ぶまでにはあと1~2年はかかりそうですが、これまでの経験を生かし、実現させたいです。名張の宝であるホタルが乱舞する風景が、いつまでも子どもたちの記憶に刻まれるようになればいいですね。体力が続く限り、ホタルの保全活動を続けていきたいです。



不法投棄という身勝手な行為で困るのは、人間だけではなく、そこに住む全ての生き物に迷惑がかかります。今ある自然は当たり前ものではありません。次の世代に残すためにも、今一度、環境を守るために自分たちができることを考えてみませんか？

# 集団がん検診

実施期間  
7月28日(木)～12月18日(日)

対象は、名張市に住民票がある対象年齢の人

※現在、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



ブラックジャックによるしく 佐藤 秀峰

検診項目		胸部検診 (肺がん・結核)	大腸がん	胃がん	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		あり			
対象年齢(令和5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		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	2日間採便し提出	バリウムを飲んでレントゲン撮影	乳房レントゲン	超音波検査	細胞診
自己負担金		500円 喀痰検査1,000円	900円	1,500円	1,600円	2,300円	1,400円
日程	会場	受付時間帯					
7月	28日(木) 保健センター	A・B C	○	○			
	29日(金) 武道交流館いきいき	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
8月	4日(木) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
	8日(月) 子ども支援センターかがやき	A・B D			● 託児付き	● 託児付き	● 託児付き
	9日(火) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
A・B C		○	○	○	○	○	
9月	8日(木) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
	29日(木) 保健センター	A・B C	○	○	○	○	○
10月	3日(月) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
	10日(月・祝) 子ども支援センターかがやき	A・B D			● 託児付き	● 託児付き	● 託児付き
	12日(水) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
11月	25日(金) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
	28日(月) 武道交流館いきいき	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
12月	8日(木) 市役所	A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○
		A・B C	○	○	○	○	○

※ [●印]は、託児付きがん検診です。がん検診は、桔梗が丘西第2集会所(子ども支援センターかがやき横)で行います。

6月15日(水)から  
電話受付開始  
☎63-6970

- ◎ 下記事項をお聞きします。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・受付時間帯
  - A…午前9時～10時
  - B…午前10時～11時
  - C…午後1時～2時30分
  - D…午後1時30分～2時30分
- ※受付(日時や検診項目の変更を含む)は、土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分
- ※定員のある項目は先着順

## 検診別の注意事項

- ◎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「集団がん検診」は受診できません。▶検査当日に「入れ歯安定剤」を使用していると、結果判定ができない場合があります。
- ◎乳がん検診…▶マンモグラフィかエコー検査のどちらかを選んでください。▶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…▶半年以内に不正出血などの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。▶生理中は受診できません。
- ◎肺がん検診…▶65歳以上の対象者は肺結核検診も含まれています。▶肺がん検診の喀痰検査は、問診の結果、50歳以上(昭和48年3月31日までに生まれた人)で、喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の人が対象です。※最近6カ月以内で痰に血が混じったことがある人は、医療機関の受診をお勧めします。
- ◎大腸がん検診…▶便の潜血反応による検査ですので、生理中は受診できません。

5つの **よくある質問**

**Q1** 胃がん検診前は水分を飲んじゃダメ?

**A** 前日夜9時以降は飲食禁止!  
前日の夜9時以降は喫煙・飲食(水も含む)禁止です。ただし、常用薬を服用される人は事前に主治医に確認してください。

**Q2** 乳がん検診の「エコー」と「マンモ」は、どっちを受診したらいいの?

**A** 40歳以上はマンモの受診を!  
40歳以上の人にはマンモグラフィを推奨していますが、隔年で交互に受診される人もいます。妊娠中や授乳中の人はエコー検査を受診してください。

**Q3** 便秘気味だけど大腸がん検診を受診できるかな?

**A** 1回分でも検査は可能  
検診精度は下がりますが1回分でも検査は可能です。なお自己負担金は変わりません。

**Q4** がん検診は、毎年受けないといけないの?

**A** 毎年、受診してください!  
がんの恐ろしい点は、初期症状がないところ。昨年は異常がなかったからと言って今年は受診しなくてもよいということではありません。

**Q5** がん検診は、名張ケンコー!マイレージの対象?

**A** 集団も医療機関も対象です!  
検診項目ごとにポイントがもらえます! 受診結果や領収書などを令和5年3月末までに市役所1階健康・子育て支援室やまちの保健室へお持ちください。



**医療機関でのがん検診**

実施期間  
7月1日(金)~11月30日(水)

※大腸がん検診は11月28日(月)、乳がん検診は令和5年2月28日(火)までとなります。

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	40歳以上 昭和58年3月31日までに生まれた人		20歳以上 平成15年3月31日までに生まれた人	55歳以上 昭和43年3月31日までに生まれた人	40歳以上 昭和58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) ●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 注:国保の人は要注意	●乳房レントゲン ●問診
自己負担金	4,000円	5,100円	1,200円	1,800円	1,600円	1,400円
2,300円	〔 市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は無料です。 ※医療機関にある「がん検診自己負担金減免申立書」の記入が必要です 〕					オプション検査 視触診 プラス720円 超音波検査 プラス4,600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。					

注:国民健康保険に加入の人は大腸がん検診と肺がん検診(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医療機関でのがん検診 ②集団でのがん検診 ③名張市国保特定健診 肺プラスまたは、肺大プラス

**委託医療機関一覧表**

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					
東 整形 外科	桔梗が丘(65-2130)			○		○	○	
上 坂 内 科	赤目町丈六(64-8211)			○		○	○	
う え な み 内 科 クリニック	鴻之台(63-9321)			○		○	○ <sub>予</sub>	
お お ふ ち 医 院	梅が丘(62-7800)			○		○	○ <sub>予</sub>	
釜 本 医 院	木屋町(63-0345)	○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>		○	○	
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)			○ <sub>予</sub>		○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	
さ かい 循 環 器 内 科 クリニック	希央台(62-0500)		○ <sub>予</sub>	○		○	○	
す ぎ の クリニック	鴻之台(62-1700)					○		
総 合 医 療 クリニック 桔 梗	桔梗が丘(66-1190)		○ <sub>予</sub>	○		○	○ <sub>予</sub>	
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(41-2323)	○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	○		○	○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>
中 西 内 科 医 院	桔梗が丘(65-0586)			○		○		
信 岡 医 院	桔梗が丘(65-0023)			○		○	○	
は し も と 総 合 診 療 クリニック	蔵持町里(61-3366)		○ <sub>予</sub>	○		○	○	
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)	○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	○		○	○	
前 沢 整 形 外 科	桜ヶ丘(63-1008)					○		
ま す だ 呼 吸 器 科 クリニック	瀬古口(41-2277)			○ <sub>予</sub>		○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	
夢 眠 クリニック 名 張	東町(64-1717)			○ <sub>予</sub>		○ <sub>予</sub>		
森 岡 内 科 クリニック	丸之内(63-0003)			○		○	○ <sub>予</sub>	
矢 倉 医 院	新田(65-2251)	○ <sub>予</sub>		○ <sub>予</sub>		○	○	
や す だ クリニック	鴻之台(61-2332)			○ <sub>予</sub>		○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	
山 尾 医 院	つつじが丘(68-1055)	○ <sub>予</sub>		○		○	○	
湯 村 内 科	松崎町(61-1212)		○ <sub>予</sub>	○		○	○	
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)		○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>		○ <sub>予</sub>	○ <sub>予</sub>	
城 医 院	伊賀市別府(52-0017)			○		○		
名 張 市 立 病 院	百合が丘(61-1100)							○ <sub>予</sub>

○<sub>予</sub> は予約が必要です。事前に医療機関に連絡してください。診療時間などは医療機関でご確認ください。

# 医療機関での国保 特定健診

☎ 保険年金室(国民健康保険)  
☎ 63-7445

## 対象者には、受診券を6月下旬に送付

対象：40～74歳(昭和22年9月1日～昭和58年3月31日生まれ)の国民健康保険加入者 ※治療中の人も対象  
※5～8月に国保へ加入した人は、手続きの2カ月後に送付

## 実施期間 7月1日(金)～11月30日(水)

※特定健診肺大プラスのみ11月28日(月)まで  
※令和4年9月～11月に75歳になる人は、誕生日前日まで

## 健診内容・自己負担金

次の①～③のいずれかを選べます。

詳しい検査内容は、市ホームページに掲載



### ① 国保 特定健診 自己負担金 500円 ※通常約11,000円

血液検査(脂質、血糖、貧血、尿酸、腎・肝機能)、血圧測定、尿検査、身体測定(身長・体重・腹囲)、心電図

### ② 特定健診 肺プラス 自己負担金 900円 ※通常約14,000円

「特定健診」の内容に、肺がん検診などが加わります。

### ③ 特定健診 肺大プラス 自己負担金 1,500円 ※通常約16,000円

「特定健診 肺プラス」の内容に、大腸がん検診が加わります。

## 医療機関での後期高齢者健診

☎ 保険年金室(後期高齢者) ☎ 63-7105

## 対象者には、受診券を6月下旬に送付

対象：後期高齢者医療制度の加入者 ※75歳になるのが、5～7月の人は8月下旬、8月の人は9月下旬に送付

## 実施期間 7月1日(金)～11月30日(水)

## 健診内容・自己負担金 無料

血液検査(脂質、血糖、貧血、尿酸、腎・肝機能)、血圧測定、尿検査、身体測定(身長・体重)、心電図

医療機関名	住所(電話番号)	特定健診	肺プラス	肺大プラス	後期高齢者健診
東 整形 外科	桔梗が丘(65-2130)	○	○	○	○
上 坂 内 科	赤目町丈六(64-8211)	○	○	○	○
うえなみ内科クリニック	鴻之台(63-9321)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
おおふち医院	梅が丘(62-7800)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
かとう小児科医院	桔梗が丘(65-5311)	○ 予	○ 予		○ 予
釜 本 医 院	木屋町(63-0345)	○	○ 予	○ 予	○
喜 多 医 院	桔梗が丘(65-2088)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
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)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
さかい循環器内科クリニック	希中央(62-0500)	○	○	○	○
総合医療クリニック桔梗	桔梗が丘(66-1190)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
卓 山 医 院	桔梗が丘(65-0001)	○			○
ちひろ内科クリニック	希中央(41-0005)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
寺 田 病 院	夏見(41-2323)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
信 岡 医 院	桔梗が丘(65-0023)	○	○	○	○
はしもと総合診療クリニック	蔵持町里(61-3366)	○	○ 予	○ 予	○
藤 本 産 婦 人 科	平尾(63-0995)	○	○ 予	○ 予	○
ほりいクリニック	百合が丘(61-1231)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
堀 井 内 科	桔梗が丘(65-5355)	○	○	○	○
前 沢 整 形 外 科	桜ヶ丘(63-1008)	○	○		○
ますだ呼吸器科クリニック	瀬古口(41-2277)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
夢 眠 クリニック名張	東町(64-1717)	○			○
森岡内科クリニック	丸之内(63-0003)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
矢 倉 医 院	新田(65-2251)	○	○	○ 予	○
やすだクリニック	鴻之台(61-2332)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
山 尾 医 院	つつじが丘(68-1055)	○	○	○	○
湯 村 内 科	松崎町(61-1212)	○	○ 予	○ 予	○
百合が丘クリニック	百合が丘(64-2000)	○			○
黒 田 クリニック	伊賀市桐ヶ丘(52-2099)	○ 予	○ 予	○ 予	○ 予
城 医 院	伊賀市別府(52-0017)	○ 予			○ 予

◎ 15 地域で集団健診を実施。日程は、受診券に同封の案内をご覧ください。

## 特定健診、後期高齢者健診は「名張ケンコー!マイレージ」の対象!

国保特定健診や後期高齢者健診はもちろん、ご自身で人間ドックや職場の健診などを受けた場合も、健診結果と質問票を保険年金室へ提出いただくとポイントがもらえます。



感染対策にご協力を!

## コロナ禍でも大切な特定健診・がん検診の受診を



保健師 上田 育美



受診前に自宅で発熱や風邪症状がないかの確認を!



マスクの着用、咳エチケット、手指消毒にご協力を



「密集」しないよう人と人の距離を取りましょう



「密閉」空間にしないよう、こまめな換気を行います



「密接」した会話や発声は避けましょう

## 特定健診は、あなたの生活習慣を見直すチャンスです!

内臓肥満に高血圧、高血糖などが合わさった状態をメタボ(メタボリックシンドローム)と言います。動脈硬化を起こしやすくなり、**心疾患や脳血管疾患など命に関わる病気につながる危険性が高まるので、注意が必要です!**

特定健診を受診して、自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すきっかけに役立ててくださいね。

### 生活習慣を改善! 保健師からのアドバイス

- ・タバコは百害あって一利なし!
- ・お酒は飲みすぎない。週に1回は休肝日を!
- ・無理なく継続できる運動を。ウォーキングが最適!
- ・食事の量は腹八分目に。ゆっくり噛むことも大事!
- ・体重や腹囲、血圧を毎日記録することも大事!



保健師 北田 優子

「要精密検査」の判定が出てもし言い訳をして放置していませんか？

# 健(検)診はその後が大事！

精密検査



## 言い訳1 症状もないし、大丈夫でしょ？

### 名張市民の死因ワースト3

- 1位 悪性新生物(がんなど)
- 2位 心疾患
- 3位 脳血管疾患

これらの病気は、  
早い段階に自分で  
気づくのが難しいのです…



出典：令和3年度版みえの健康指標

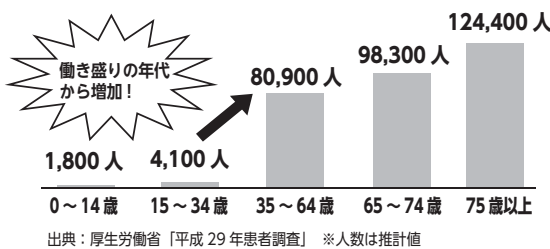
保健師 上田 育美

がんは、名張市民の死因第1位。にもかかわらず、精密検査の受診率は低いのが現状。症状がないからと「精密検査」を受けずに放置しないで！**症状が出るのは、がんがかなり進行してからです。**



## 言い訳2 忙しくて精密検査に行く時間がない

### がんの年齢別患者数

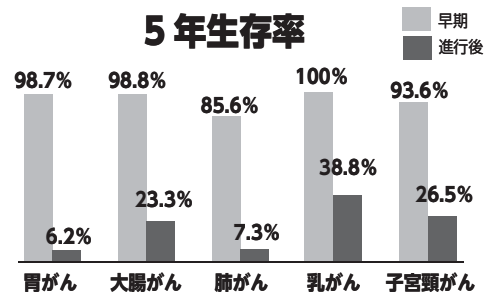


保健師 獅子原 名都子

忙しくても精密検査にかかる時間は、365日から考えれば、わずかな時間ですよね。何をしても体が資本。仕事も大事ですが、それより大事なものは自分の体です。



## 言い訳3 「がん」が見つかるのが怖い…



保健師 北田 優子

発見が早ければ早いほど、生存率や回復する可能性が高くなります。精密検査を先延ばしにして、気づけば手遅れになっていたという方が怖いですよ！

## 「要精密検査」の結果をそのまま放置していませんか？



保健師 獅子原 名都子

「要精密検査」の結果が出ているのに、「忙しいから」などと言い訳をしてそのまま放置していませんか？**がんは、早期発見し治療をすれば90%以上が治ります。**

「要精密検査」で放置しておくと、がんの早期発見、早期治療にはつながりません。「要精密検査」の結果が出たら、早期発見のチャ

ンスと考え、紹介状を持って、主治医あるいは二次医療機関で精密検査を必ず受けてください。

また、結果で異常が見られなかった人も、油断は禁物！毎年、定期的に健(検)診を受けることが大切です。いつまでも元気で健康にいられるためにも、今の生活習慣を見直すきっかけにしてみたいはいかがですか？

まずは、特定健診・がん検診を受診することから！詳しくは3～5ページを読み返してください。

6/23 ▶ 29 男女共同参画週間

# YOURSELF!

## 「女らしく」ではなく、あなたらしく!

考えるきっかけになる冊子をご紹介します 〇 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7559

名張を舞台に自分らしく輝く女性を取材 **pick up**

## なばりのキラキラウーマン

### 子どもの笑顔が私のエネルギー源

みずくち  
**水口 薫さん**  
みんなの居場所  
「こどものとなり」プロジェクト  
なばりこども食堂 代表

**親**から夕飯代をもらっていても、自分で買に行ける場所にスーパーがなくて、駄菓子屋でお菓子を買って夕飯を済ませている子どもがいると知りました。そんなとき、たまたまニュースで「こども食堂」の活動を見て自分もやってみることにしました。

「こども食堂」で食べることが親子の会話のきっかけになったり、親にとってもほっとできる場所になっていたりすることが嬉しいです。親に心の余裕ができると、子どもと向き合うゆとりが生まれるのだと思います。

### デザインが好き! 真っすぐで熱い思い

りか  
**美山 莉香さん**  
Rita Design  
(リタデザイン) 代表

**働**いていたデザイン会社が経営不振となり、女性社員だけ突然解雇。面接の度に出産の予定を聞かれ、新たな就職先も見つからず…。フリーランスとなって1年ほどで子どもを授かり、子育てに専念しました。

「やっぱりデザインがしたい」と起業。子どもが3歳の頃でした。それから10年。デザインの仕事で結果を出すことはもちろん、スキルあるお母さんの力になればと、在宅ライターの雇用にも注力。子育てしながら社会とつながる場になればと考えています。

### 市民に頼られる消防士をめざして

やまこ  
**池田 歩美さん**  
名張消防署

**男**性の隊員と同じく私も火災などの災害現場に出動します。現場で軽い資機材を渡してくれたりしますが、チームの足を引っ張らないよう、体力づくりは欠かせません。

高校生のとき、救急車で搬送された際、男性隊員ばかりで恥ずかしさや不安を感じたものです。「だったら、女の私が救急隊員になろう」と消防士に。女性の消防士は珍しくて驚かれますが、「人の命を守りたい」という気持ちや、最低限の体力があれば、間違いなく女性も消防士として活躍できますよ。

### 相手を想う仕事がしたい

やまこ  
**大和 千夏さん**  
東海マツダ販売(株)  
名張店 営業

**こ**の営業さんだからこの店で車を買いたい! そう、父が話していたのを覚えています。当時の営業担当の人は、子どもだった私にも優しく接してくれました。お客様と深くつながり、その人を想って仕事をする—。そんな車の営業の仕事は私を選びました。

高額商品を取り扱うため、いかにお客様から信頼していただけるかが大切。車の困りごとがあったときに一番に顔が浮かぶような営業担当になりたいですね。そして、自分らしい働き方で人生を切り拓いていきたいと思っています。



名張市男女共同参画センター  
**男女共同参画つうしん**



「なばりのきらきらウーマン」  
好評連載中! 6月で13人目

偶数月に発行。男女共同参画に関するニュースやイベントのほか、仕事、家庭、地域活動など「自分らしく」生きている女性を取材した「なばりのきらきらウーマン」が人気!冊子は、市民センターなどに置いてあるほか、市HPにも掲載中

令和3年度に登場いただいた6人の記事を要約してご紹介します



名張市 男女共同参画ハンドブック  
**「分かち愛」のすすめ**

夫婦円満の秘けつや夫婦 NG ワード集、カゾク会議お助けシート、育休制度Q & A、避難所での男女の役割など、実例を交えながら、「男女共同参画」を分かりやすくご紹介!冊子は、市民センターなどに置いてあるほか、市HPにも掲載中



「分かち愛のすすめ」は、動画でもご紹介!ぜひ、ご視聴ください。





「男女共同参画の視点に立った防災ポイントBOOK」より転載

# BE

## 「男らしく」

### 「男女共同参画」を

#### 被災体験で得た教訓

pick up

## 避難所運営は男性？ 炊き出しは女性？

### 避難所で何が起きた？

避難所運営が男性に偏ると、オムツや生理用品などの〈物〉、更衣室や間仕切り、授乳室などの〈スペース〉のニーズがつかめなかった。渡し方に配慮ができなかった。

責任ある仕事が男性に集中し、心身を疲労させた。一方、終わらぬ食事作りを女性が担い、過労に陥るなど、男女相互に無理を強いる場面が見られた。

### 熊本地震で得た教訓

防災や避難所運営マニュアルを作成する段階から女性の参画が不可欠。女性自身も自ら要望を声にし、積極的に関わろう。

性別にかかわらず、「自分は何がやれるのか、得意なのか」声を上げられる雰囲気作りが必要。そのためにも、普段から地域での活動や交流が求められます。



熊本市男女共同参画センター 編

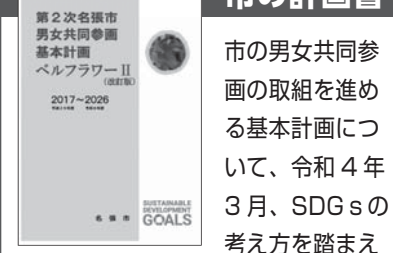
熊本地震を経験した私たちが提案する  
**男女共同参画の視点に立った  
防災ポイントBOOK**



避難所は、地域であり家庭。多様な立場の人にどう対応するか、生きたヒントが見つかる！

「熊本市男女共同参画センター はあもにい」が発行。熊本地震の際に「女性、男性、若者（少年少女）、高齢者、障がい者、外国人、性的少数者、支援者に何が起きたのか」がアンケート調査や体験談などをとにまとめられています。

### 市の計画書



ながら、中間見直しを行いました。市HPでご覧いただけます。



名張市・名張市男女共同参画センター 編

### 男女共同参画の視点に 立った防災ハンドブック

上冊子などを参考にした  
名張市版のハンドブック

冊子は、市民センターなどに置いてあるほか、市HPにも掲載中



### 地域の資源を 次世代へつなげたい

重森 舞さん  
(一社) 瀧川 YORIAI  
事務局長



耕作放棄地や空き家の利活用、大学生と地域資源の発掘。赤目四十八滝キャンプ場運営の傍ら、子どもたちが地元を誇りに思えるよう、地域活性化プロジェクトの企画・運営に携わっています。ワクワクする魅力的な企画を立て、結果的に地域の課題も解決できたという姿勢で取り組んでいます。

料理は夫の方が上手ですし、5人の子どもたちも当番制で家事を担当。同居している夫の両親や近所の皆さんも強力な味方です。やりたいことはブレーキをかけずに挑戦したいですね。

### 男女平等の意識を 強く持って活動を！

江南 登美さん  
市内で初となる  
女性の校長



大阪から名張へ帰ってきた当時、職員室には「女はお茶くみ」の慣例が残っていました。同年代の女性教職員同士で集まって、悩みや困りごとを話し合ったものです。

1991年、母校の赤目小学校で校長に。子どもたちのために学校や教育を変えたいという強い想いで取り組みました。「女性初」を周りが意識し続け、最も神経が疲れた時代でしたね。いまは、名張の女性史の聞き書きなどもしていますが、もっと、女性が活躍し輝ける世の中になってほしいと願っています。

令和4年6月 臨時号

# なばり市議会だより

No. 104

市議会の動きをコンパクトにまとめてお伝えします。今号は、解散に伴う名張市議会議員選挙後の新体制をご紹介します

編集/議会広報特別委員会 発行/名張市議会 ● 三重県名張市鴻之台1-1 ☎ 63-7834 FAX 64-8870 ✉ gikai@city.nabari.mie.jp

## 第19期市議会新体制スタート!



(上段左から) 藤川 美広、坂本 直司、足立 淑絵、山下 登、富田 真由美、柏 元三、阪本 忠幸、木平 秀喜、小林 勝

(下段左から) 常俊 朋子、細矢 一宏、吉住 美智子、永岡 禎(監査委員)、福田 博行(議長)、荊原 広樹(副議長)、川合 滋、三原 淳子、幸松 孝太郎



福田 博行

第72代名張市議会議員

### 【議長就任のごあいさつ】

このたび、4月28日に行われた臨時会におきまして、第72代名張市議会議員に就任させていただきました。

市議会の自主解散により、市議会議員選挙が市長選挙と同日に行われ、北川新市長が誕生されるとともに、市議会も新たな出発となります。

それだけに市民の皆様の市政や議会への注目度はさらに高まっており、この時こそ議会が持つ権能をさらに高め充実させる必要があると考えています。

また、議会は議決機関であり、限られた時間の中で議員同士が十分に議論できる環境をより整える必要があると考えています。

今後は、そのための環境整備に努めてまいります。

名張市議会への一層のご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

### 正副議長選挙結果

令和4年4月28日の臨時会において正副議長選挙を行い、議長に福田博行議員、副議長には荊原広樹議員が選出されました。  
※いずれも指名推選により選出(候補者1人)



荊原 広樹

第74代名張市議会副議長

議長 福田 博行 副議長 荊原 広樹

監査委員 永岡 禎

#### 議会運営委員会

【委員長】細矢 一宏 【副委員長】坂本 直司  
山下 登、常俊 朋子、三原 淳子、吉住 美智子、永岡 禎、川合 滋

#### 総務企画委員会

【委員長】常俊 朋子 【副委員長】細矢 一宏  
木平秀喜、幸松 孝太郎、永岡 禎、川合 滋

#### 教育民生委員会

【委員長】富田 真由美 【副委員長】足立 淑絵  
藤川 美広、荊原 広樹、坂本 直司、柏 元三

#### 産業建設委員会

【委員長】阪本 忠幸 【副委員長】小林 勝  
山下 登、三原 淳子、吉住 美智子、福田 博行

#### 議会広報特別委員会

【委員長】足立 淑絵 【副委員長】坂本 直司  
藤川 美広、荊原 広樹、木平 秀喜、阪本 忠幸、幸松 孝太郎

#### 市立病院経営改革特別委員会

【委員長】川合 滋 【副委員長】吉住 美智子  
柏 元三、常俊 朋子、三原 淳子、永岡 禎

#### 全員協議会政策調査部会

【部会長】富田 真由美 【副部会長】足立 淑絵  
藤川 美広、小林 勝、荊原 広樹、柏 元三

新体制をご紹介します



# 令和5年4月採用 名張市職員採用試験案内

どんな仕事かヒトコトで言うのは難しいですが…

## かけがえのない日常を支える仕事です

なばりの皆さんの健康づくりを応援したい!



健康づくりを応援! 「地域包括支援センター」所属

### 足立 恵里

以前、看護師として病院に勤めていました。患者さんへのケアなど、前職の知識を生かしつつも、「病気で買い物にも行けない。頼れる人もいないし、どうしたら…」など、相談いただく内容が幅広いので、一つひとつ学びながら経験を増やしています。時には、世間話をしたり住民の皆さんと近い距離で関わる事ができるのが魅力のひとつですね。

なばりの緑の下の力持ちになる!



万が一に備える部署「危機管理室」所属

### 下垣内 琢巳

「ハザードマップの見方は?」「防災ラジオの調子が悪くて」といったお困り事に丁寧に説明できるように、勉強の毎日です。知識や経験が深まると、「このまちを災害から守るんや!」という熱い気持ちがさらに強まります!日々、成長を感じられる職場です。

### 採用職種、試験日など

職員試験委員会事務局 (人事研修室内)

☎ 63-7315

※各試験日が複数ある場合は、記載している日程のうち、いずれか指定する日となります。

#### A 日程

<採用職種/採用予定人数>

- ▶一般事務職(上級・中級) / 5人
- ▶土木技術職(上級・中級) / 2人
- ▶保健師 / 2人
- ▶管理栄養士 / 1人

受験案内配布開始日 6月6日(月)

募集期間 6月6日(月)~6月24日(金)

1次試験 【1日目】7月10日(日)

【2日目】7月16日(土)・17日(日)・18日(月・祝)

#### B 日程

<採用職種/採用予定人数>

- ▶一般事務職(初級) / 1人
- ▶一般事務職(職務経験者) / 1人
- ▶消防職 / 2人
- ▶救急救命士 / 1人
- ▶給食調理員 / 2人

受験案内配布開始日 8月15日(月)

募集期間 8月15日(月)~9月2日(金)

1次試験 【1日目】9月18日(日) 【2日目】

9月23日(金・祝)・24日(土)・25日(日)

#### C 日程

<採用職種/採用予定人数>

- ▶一般事務職(障害者を対象) / 1人

受験案内配布開始日

8月29日(月)

募集期間 8月29日(月)~9月

16日(金)

1次試験 10月23日(日)

### 必見! 職員のアツイメッセージ

Message from seniors



詳しくは、市HPをチェック!

若手職員が、仕事への思いを語る動画を公開中! お見逃しなく!



出前トークに伺いました!



※写真はイメージです

今年度は合計94のテーマをご用意! テーマ一覧は、市ホームページなどに掲載しています。皆さんからのご注文をお待ちしています!

時間 90分程度 対象 市内在住、在勤、在学の10人以上のグループ

申込 1カ月前までに、希望するテーマ・日時など、必要事項を注文書に記入し、メール(pr@city.nabari.mie.jp)、ファクス(61-0815)、電話で問合せ先へ

☎ 秘書広報室 ☎ 63-7402

## 市職員が地域に伺いお話しします!

# 「出前トーク」をご注文ください

要望の多いテーマ

TOP.3



"知って学んでダメされない" 消費者トラブル

悪質業者の手口は年々巧妙に…。消費者トラブルの被害に遭わないためのポイントを、分かりやすくお伝えしています!



"防災対策について" 地震・風水害に備えよう

家庭でできる防災対策などをレクチャー!



名張市の地域医療について

「かかりつけ医って必要なの?」地域医療の大切さをお伝えします。

R3年度 最多開催

"知って学んでダメされない" 消費者トラブル

手作りボードなどを使って注意点を分かりやすくお伝えします

市民相談室 高木 裕美子



### 参加された人の声



60代男性

怪しい電話やメールが来ても、「一人で悩まず、落ち着いて!」と教わりました。その後、本当に身に覚えのない請求のメールがきたけれど、慌てず対処できました。

今まで「私は大丈夫!」と思っていたけど、被害に遭いそうになったことも…。悪質業者のいろんなやり口を教わるためにも、積極的に参加しています。



70代女性

多彩な教室  
ぞくぞく!

# 武道交流館いきいき教室

☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141



小学生対象  
夏休み編

教室名	活動日時・対象(小学生が対象)	参加費	持ち物
筆ペンで「メッセージカードを作ろう!」	7月25日(月) ※先着各15人 低学年 午前10時~11時30分 / 高学年 午後1時~2時30分	1,200円 (材料費込み)	特になし
夏休みわんぱく絵画教室	7月26日(火) 午前10時~正午 ※先着16人	1人700円	描きたい題材・画材
夏休みかけっこ道場	7月27日(水)・29日(金)、8月3日(火) ※先着各20人 低学年 午前9時30分~10時30分 / 高学年 午前11時~正午	1,500円 (全3回)	タオル、飲み物
夏休み読書感想文教室	1回目:7月28日(木) 2回目:8月5日(金) ※先着 低学年8人 高学年10人 低学年 午前9時30分~10時30分 / 高学年 午前11時~正午	1,000円 (全2回)	読んだ本、 筆記用具、原稿用紙
新聞記者になってみよう ~祖父母・親子と作る新聞~	8月2日(火) 午前10時~正午 ※先着10組(子どもと祖父母や親とペア)	1組500円	マスキングテープ、 筆記用具
夏休み書道教室	8月8日(月) ※8月1日(日)までに申込 ※先着各10人 低学年 午前10時~11時30分 / 高学年 午後1時~2時30分	1人800円	書道道具一式、 半紙・新聞紙

申込 6月20日(月)午前9時から開講日前日までに、武道交流館いきいき窓口で申込用紙と参加費を添えて同窓口へ  
※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。



## 6月25日(土) 武道体験教室 第1・2道場、弓道場で受付。各教室の開始時間前にお越しください

- ▶ 少林寺拳法、弓道…午前10時~正午
- ▶ 日本拳法…午前10時~11時30分
- ▶ 剣道…午後1時~2時
- ▶ 柔道…午後1時~2時30分
- ▶ 空手道…午後2時30分~4時

対象 小・中学生(保護者同伴)、一般 ※柔道は小学生のみ

申込 6月24日(金)までに、電話・ファクス ☎ 64-1822 で、「体験希望の教室」など必要事項を問合せ先へ

夏も楽しく  
定期教室

教室名	活動日時・対象(どなたでも)	参加費	申込開始日
ジムトレーニング講習会(夏)	7月2日(土)~9月17日(土)(7月16日、8月13日除く) 毎週土曜日 午後1時~1時50分 ※先着6人	10,000円(全10回) 1回スポット1,200円	6月14日(火)
バレトン 午前クラス(夏)	7月28日(木)、8月25日(木)、9月22日(木) 午前10時~10時50分 ※先着20人	1,500円(全3回) 1回スポット800円	6月23日(木) 午前9時から
バレトン 午後クラス(夏)	火曜クラス…7月5日・19日、8月2日・30日、9月6日・20日 木曜クラス…7月7日・21日、8月4日、9月1日・15日・29日 ▶火曜クラス 午後2時30分~3時20分 / 木曜クラス 午後3時~3時50分	各3,000円 (全6回)	火曜クラス…6月14日(火) 木曜クラス…6月16日(木) いずれも午後1時30分から
松山比香里先生と 楽しくエアロビクス(夏)	7月5日(火)~9月13日(火)(8月16日除く) 毎週火曜日 午後1時~1時50分 ※先着20人	6,000円(全10回) 1回スポット800円	6月14日(火)
赤ちゃん体操と 産後ストレッチ(夏)	7月25日(月)、8月22日(月)、9月26日(月) 午後1時~1時50分 ※先着10組(首の座ったところから1歳の誕生日までの赤ちゃんとママ)	1,500円 (全3回)	6月13日(月)

申込 各教室の申込開始日以降に、武道交流館いきいき窓口で申込用紙と参加費を添えて同窓口へ

### 第38回市民陸上競技大会 兼 マスターズ陸上競技大会開催



「第16回美し国三重  
市町対抗駅伝」代表  
選手選考レース

日時 8月11日(木・祝)  
午前8時受付開始

場所 メイハンフィールド(夏見)

対象 市内の幼児年長、市内在学の小・中学生、高校生、一般、マスターズ

参加費 幼児・小学生・中学生…1種目700円、  
高校生・一般・マスターズ…1種目1,000円  
※保険代含む

リレーは1チーム2,000円

申込 6月20日(月)~7月20日(火)に、市  
陸上競技協会のホームページから  
メールで問合せ先へ



☎ 市陸上競技協会(川合) ☎ 63-0782

### 地域がもっと、おもしろくなる!

## omo-local 通信

オモ・ローカル vol.8

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



旧町の城下川を彩る花いかだ



花菖蒲は東町の畑から運び移植

## 川を彩る花菖蒲の花いかだ

毎年、5月下旬ごろ、旧町の築瀬水路(城下川)に、紫や白の花菖蒲を載せた「花いかだ」が浮かび、梅雨時期の風物詩として親しまれています。

花いかだの活動は、水環境保全に取り組む市民団体「川の会・名張」が中心となり、地域ぐるみで、花菖蒲の植え付けなどの活動を約30年にわたり続けられています。

川の会・名張のメンバーの林辰郎さんは「花いかだを見に来て、風情あるまちなみも楽しんでもらいながら、水辺の環境についても考えるきっかけになれば」と話します。

花いかだや川沿いの紫陽花は、6月中旬まで楽しむことができます。夜になると川面を飛ぶホタルを見ることができるかもしれません。皆さんも、ぜひ訪ねてみてください。

**監視しています!**  
インターネット上の  
差別的な書き込み

2021年度は  
95件を削除



市では、伊賀市や県と協力し、インターネット上での差別や人権侵害につながる書き込みの早期発見と拡散防止のためモニタリング(監視事業)を実施しています。一人ひとりがお互いを思いやる気持ちを持ち、冷静に行動しましょう。

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7909

インターネット上の人権侵害に関するご相談

**みんなの人権110番** ※最寄りの法務局(津地方  
務局)につながります  
☎ 0570-003-110

**「福祉・保育・看護の就職フェア」  
参加者募集**

日時 6月26日(日) 午前10時～午後3時(70  
法人参加、午前はオンラインのみ)  
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  
関心のある一般の人や学生  
申込期限 6月23日(金) ※参加無料  
◎オンラインでも開催(6月15日(日)締切)、詳しくは特設サイトへ  
☎ 県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター  
☎ 059-227-5160

**罪を犯した人の改善更生に協力を!  
第72回「社会を明るくする運動」**

犯罪や非行のない地域社会を築くため、各ご家庭を対象とした個別募金「愛の資金」にご協力ください。



更生ペンギンのホゴちゃん

☎ 名張保護司会事務局 ☎ 63-7575

**介護有資格者再チャレンジ研修  
(Web研修、介護実技研修)**

■Web(インターネット)研修  
受講期間 8月1日(月)～令和5年2月17日(金)  
の間の3週間(日程のリクエストも可)  
対象者 介護などの資格を持ち、現在、介護  
の仕事をしていない、または介護職として就職・  
復帰後概ね1年未満の人  
申込期限 令和5年1月20日(金)(先着150人)  
◎インターネット環境がない人はご相談ください。

■介護実技研修  
日程 令和5年2月21日(火)・22日(水)  
対象者 Web研修受講者で受講を希望する人  
会場 県社会福祉会館(津市桜橋)  
申込期限 令和5年1月20日(金)(先着150人)  
◎申込方法など詳しくは、問合せ先へ

☎ 県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター ☎ 059-227-5160

**「生活援助従事者研修」  
受講者募集**

■生活援助従事者研修  
研修期間 9月14日(火)～11月29日(火)  
※通信講座での研修。ただし、実技科目・修了  
試験は県社会福祉会館(津市桜橋)へ通学と  
なります。  
定員 39人 ※申込多数の場合は抽選  
対象 県内在住のおおむね70歳未満の人で、研  
修修了後に福祉・介護職場に就職していただ  
ける人(現在、無職であること)  
申込期限 8月22日(日)(必着)  
◎受講無料。ただし、テキスト代は自  
己負担

☎ 県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター ☎ 059-227-5160

**空調設備工事のため  
図書館の利用を制限します**

利用制限期間 7月～8月下旬

空調設備工事期間中、冷房運転ができなくなるため、おはなし会などの定例行事の中止や閲覧席のスペースを縮小するなど、一部利用を制限します。ご理解とご協力をお願いします。

☎ 図書館 ☎ 63-3260

**「放課後児童クラブ」の  
補助員を募集(学生可)**

放課後児童クラブで補助員として、宿題や遊びの見守り、読み聞かせ、工作指導などの支援をしていただける人を募集します。市内小学校区の放課後児童クラブからの要請で運営委員会が面接を行い、直接雇用します。  
※雇用条件などは、各運営委員会によって異なります。

登録資格 18歳以上(高校生は除く)  
登録方法 履歴書に写真を貼り、郵送または市役所1階子ども家庭室(〒518-0492 鴻之台1-1)の窓口へ

☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594

**ファーストエイド(応急手当)  
受講者募集**

日時 6月29日(火) 午前9時30分～11時30分  
場所 防災センター(鴻之台1)  
内容 止血法、傷・やけどの手当、熱中症の対応など  
定員 15人 ※先着順、受講無料  
対象 市内在住・在勤の15歳以上の人  
申込 6月10日(金)～19日(日)(午前9時～午後9時)に、消防本部、各署所で直接申込  
◎電話申込不可。詳しくは市HPで  
☎ 救急室 ☎ 63-0997



**救命率向上のために—  
AED 設置施設登録にご協力を**

市では、「AED協力事業所登録制度」により、ご登録いただいた事業所の情報を公開し、広く市民にAED設置施設を知ってもらうための活動をしています(市内77施設 4月1日時点)。  
登録要件 緊急時、設置しているAEDを貸し出せることなど  
登録方法 申請書(市HPから出力可)に、必要事項を記入のうえ、問合せ先へ提出  
☎ 救急室 ☎ 63-0997



AED設置施設登録目印のステッカー

**従業員に優しい働き方に取組む  
企業として登録しませんか?**

県では、働き方の見直しや、誰もが働きやすい職場環境づくりなどに積極的に取り組む企業などを登録しています。  
対象 県内に本社または主な事務所があり、県内で事業活動を行う常時雇用者がいる法人(営利・非営利は不問。国や地方公共団体は除く)  
申込期限 7月29日(金) 午後5時必着  
◎申込方法など詳しくは、問合せ先へ  
☎ 県雇用経済部雇用対策課 ☎ 059-224-2454 FAX 059-224-2455

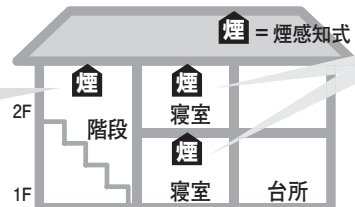


設置・点検  
していますか? **住宅用火災警報器**

☎ 消防本部予防室 ☎ 63-1412

- まだ設置していない → すぐに設置を!(設置は義務です)
- 点検していない → 半年に一度は点検ボタンなどで作動確認を!
- 作動しない → 電池の交換や、定期的に本体の取り替えを!

寝室が2階以上にある場合は、避難経路となる階段に設置が必要です



寝室には、全て設置が必要です

※設置が義務付けられているのは「煙感知式」の住宅用火災警報器です



### 首輪などに付けてほしいワン！ 狂犬病予防注射済票(メダル)

狂犬病予防注射を接種し、狂犬病予防注射済票(メダル)の交付を受けていない場合は、市役所4階環境対策室で手続きしてください。

**持ち物** ▼狂犬病予防注射済証(動物病院などで交付) ▼一頭につき550円(交付手数料)  
※集合注射や指定の動物病院では、接種時に注射済票(メダル/今年度は黄色)をお渡しします(手続不要)。

☎ 環境対策室 ☎ 63-7492



### 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** 6月17日(金)~24日(金) 午前8時30分~午後5時15分 平日のみ

◎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



### 令和4年度生涯学習講座 受講者募集 「介護を楽しむ」「明るく老いる」体験

認知症介護に演技の手法を取り入れた体験講座  
**日時** 8月6日(土) 午前10時~11時30分 ※参加無料  
**場所** 武道交流館いきいき(蔵持町里)  
**講師** 菅原 直樹さん **定員** 40人 ※先着順  
**申込** 6月20日(月)~7月1日(金)に住所、氏名、電話番号を記入し、問合せ先へ

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892 ☎ 63-9848  
✉ syougaijaku@city.nabari.mie.jp



### 「認知症の人と家族の会」 つどい・交流会を開催

**日時** 6月28日(火) 午後1時30分~4時  
**場所** 伊賀市役所(伊賀市四十九町)  
**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



### 家族介護者が集う 「楓の会」をご存じですか？

介護仲間とのんびり交流したり、介護についての悩みや気付きを話し合ったりしています。興味のある人は、問合せ先へ

☎ 福祉まちづくりセンター ☎ 62-7388



### お困りごとを話してみませんか？ 介護者サロン「さくら喫茶」

毎月第3水曜日 午後1時30分~3時30分に、イオン名張店3階の福祉まちづくりセンターで、介護者が集うサロンを開催しています。申込は不要です。お気軽にご参加ください。

☎ 福祉まちづくりセンター ☎ 62-7388



### 「総合計画審議会」 審議会委員を募集します

新しいまちづくりを進めるため、未来を見据えた市政運営の長期ビジョンを策定します。市民の皆さんに審議いただくため審議会委員を募集します。

**対象** 市内在住・在勤の18歳以上の人など(任期内の平日に開催される審議会に参加いただける人) ※公務員などを除く

**募集** 若干名 **任期** 7月~令和5年3月  
**選考方法** 提出いただいた書類により選考(必要に応じて面接を行います)

**応募** 6月20日(月)までに、応募用紙に必要事項を記入のうえ、郵送、ファクス、メールまたは持参し問合せ先へ

☎ 総合企画政策室 ☎ 63-7389 ☎ 64-2560  
✉ kikaku@city.nabari.mie.jp



### 「都市計画審議会」 市民公募委員を募集します

**対象** 市内在住の18歳以上(8月1日時点)で、平日開催の会議に出席可能な人 ※他の審議会などの委員、市議会議員、市職員を除く

**募集** 3人 **任期** 2年 ※委嘱日から令和6年7月末まで。報酬などの支給あり

**応募** 6月23日(火)~7月11日(月)に、持参または郵送で、申込書(市HPから出力可)・応募動機などを書いた小論文(1,000字程度)を本人が問合せ先へ提出

☎ 都市計画室 ☎ 63-7764

## 年金通信

☎ ねんきんダイヤル ☎ 0570-05-1165/03-6700-1165

## 年金額(4月~令和5年3月)のお知らせが届きます！

◎公的年金を受給されている人へ、6月の年金振込日前に、「年金額改定通知書」「年金振込通知書」が送付されます。必ずご確認ください。

#### 年金額改定通知書

今年度の受給年金額が記載されています。

#### 年金振込通知書

令和4年6月に振り込まれる年金額や、年金から支払う介護保険料や国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、個人住民税の額が記載されています(※)。

▶障害年金や遺族年金を受給している人にも届く、年金額が分かる書類です。

▶厚生年金、国民年金の受給者は日本年金機構から、共済年金の受給者は各々の共済組合から送付されます。

※介護保険料や国民健康保険税、後期高齢者医療保険料の8月以降に天引きされる金額は、市から7月に送付する保険料(税)額の決定通知書をご確認ください。

### 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。

■ 産業振興センターアスパ(南町)

**日時** 7月12日(火)・26日(火) 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 (音声案内 ①選択▶②選択)

■ 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

### 国民年金基金に加入しませんか？ 老齢基礎年金に上乗せができる公的な年金制度です

**対象者** 国民年金第1号被保険者(国民年金保険料免除者は不可)、または65歳までの国民年金任意加入被保険者

**利点** ▼掛金は全額「社会保険料控除」で、受取時も「公的年金等控除」対象 ▼生涯受け取る終身年金が基本 ▼受け取る年金額は確定。掛金額も払込み終了まで一定。掛金の調整は可能。 ※任意脱退は不可。解約返戻金制度なし

☎ 全国国民年金基金三重支部  
☎ 0120-65-4192



### マイナンバーカード 土・日曜 受取・更新 休日窓口を開設

マイナンバーカードの受け取りや電子証明書の更新専用の窓口を、市役所1階総合窓口センターで休日に行います(完全予約制)。

**休日窓口(午前9時~正午)**

**7月** 3日(日)・16日(土)・23日(土)・31日(日)

**8月** 6日(土)・7日(日)・20日(土)・28日(日)

**9月** 3日(土)・11日(日)・17日(土)・25日(日)

◎カードの受け取り・更新は、事前に専用ダイヤルへ予約してください。

予約専用ダイヤル ☎ 63-7160

※平日 午前8時30分~午後5時15分

◎電子証明書の更新は、マイナンバーカードとパスワードが必要。パスワードを忘れた場合は、運転免許証や健康保険証など(1点)をご持参ください。

☎ 総合窓口センター ☎ 63-7440



### 水道の職員になりました 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

☎ 上下水道部経営総務室 ☎ 63-4114

# 施設ご利用ガイド 7月

## ads ホール (青少年センター) ☎ 64-3478

■ のりおよしお主義～漫才師の主張～  
出演者 西川のりお・上方よしお、テンダラ一、チュートリアル、紅しょうが など

日時 7月10日(日)  
午後2時開演  
入場料 5,000円

◎大いに笑っていただきます! チケットはadsホールなどで好評発売中!



☎ adsホール ☎ 64-3478

■ フラ発表会 ※入場無料  
日時 7月17日(日) 午後1時～4時30分

☎ 富森 小夜子 ☎ 48-6254

■ Mix Collection vol.1～文化祭×学園祭×音楽祭～ ※入場無料

日時 7月24日(日) 午前10時30分～午後6時  
☎ 佐山 ☎ 22-2868

■ ピアノ発表会 ※入場無料  
日時 7月31日(日) 午後0時30分～4時

☎ 乾 裕香 ☎ 090-4767-2791

## あの名作が名張にやってくる… 映画「ひまわり」上映決定!

ウクライナの広大なひまわり畑で撮影され、戦争で引き裂かれてしまう男女の悲しい愛の物語を描いた映画「ひまわり(1970年上映)」を上映します。



©1970 - COMPAGNIA CINEMATOGRAFICA CHAMPION(ITT) - FILMS CONCORDIA(FR) - SURF FILM SRL. ALL RIGHTS RESERVED.

■ チャリティー上映会  
日時 7月2日(土) 午後1時開場  
※午後1時30分開演

場所 adsホール(松崎町)  
入場料 900円  
◎収益の一部および会場での募金は、日本赤十字社へ寄付します。

☎ adsホール ☎ 64-3478

## マツヤマSSKアリーナ (総合体育館) ☎ 63-5339

■ 7月の一般公開  
(利用料:120円 ※中学生以下60円)  
・バドミントン…6日(日) 午前9時～正午  
・卓球…8日(金)・29日(金) 午前9時～正午、20日(日) 午後1時～5時

■ パーソナルトレーニング  
トレーニングが続かないあなたにオススメ!  
日時 完全予約制(トレーナーと要相談)  
費用 30分 3,000円、60分 6,000円  
※コース割引あり。詳しくは、問合せ先へ

## やなせ宿 休館日:月曜日 祝日の場合翌日 ☎ 62-7760

■ 「園児が描いた絵」展  
日時 6月29日(日)まで 午前9時～午後5時(最終日は正午まで)

■ 「フォトクラブ虹」展  
日時 7月1日(金)～31日(日) 午前9時～午後5時

## リバーナホール ☎ 62-7388 (福祉まちづくりセンター)

■ 第4回YMクラブ特別展  
日時 6月30日(日)～7月3日(水)  
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)

■ 伊賀名張の美術愛好家の作品展  
日時 7月7日(日)～10日(水)  
午前10時～午後6時(初日は正午から、最終日は午後4時まで)  
主催 あすなる展

■ 写団なばり 組写真・連作写真展  
日時 7月15日(金)～17日(日)  
午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで)

■ 伊賀地区高校美術展(KNIT展)  
日時 7月20日(日)～24日(木)  
午前10時～午後6時(最終日は午後1時まで)

■ 昆虫写真展「ムシ・むし・虫」  
日時 7月29日(金)～8月2日(日)  
午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで)  
主催 浅名 正昌

## 歌声を披露してみませんか? 「名張第九を歌う会」出演者募集

adsホール(松崎町)で、12月18日(日)に開催される「市民コンサート第九」に出演しませんか。コロナ対応しながら、合唱練習をスタート!ぜひ、ご参加ください。  
日時 6月11日(土)以降、毎週土曜日午後7時～9時 ※申込不要  
場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)  
☎ 「名張第九を歌う会」事務局(山田) ☎ 090-7045-3383



## 税 耐震・バリアフリー改修などで固定資産税(家屋)を減額

- ①耐震改修 → 翌年度分を2分の1減額  
対象 令和6年3月31日までに改修工事が完了する住宅  
※改修工事で、長期優良住宅の認定を受けた場合は3分の2を減額
- ②バリアフリー改修 → 翌年度分を3分の1減額  
対象 令和6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 → 翌年度分を3分の1減額  
対象 令和6年3月31日までに改修工事が完了する住宅 ※改修工事で、長期優良住宅の認定を受けた場合は3分の2を減額  
※①～③は、いずれも工事完了後、3カ月以内に申請してください。
- 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  
対象 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6年3月31日までに新築工事が完了する住宅  
※④は、新築工事の完了日から翌年の1月31日までに申請してください。

◎いずれの改修も、築年数、工事内容、減額対象となる床面積などの要件があります。詳しくは、市HPまたは問合せ先へ

☎ 課税室 ☎ 63-7437

## 手話奉仕員養成講座 (入門・基礎) 受講者を募集

聴覚障害者とのコミュニケーションで困ったことはありませんか? 全講座7割以上参加可能な人が対象です。※未受講者優先  
日時 7月9日から令和5年3月25日までの月3～5回の土曜日  
午後1時～4時15分(全27回)  
場所 防災センター(鴻之台1)・教育センター(百合が丘西5)  
定員 15人 ※応募者多数の場合は抽選  
受講料 3,300円(テキスト代)  
申込 6月10日(金)から24日(金)までに問合せ先へ直接申し込むか、ファクス(63-4629)、メール(chokaku@city.nabari.mie.jp)のいずれかで、氏名(ふりがな)、住所、生年月日、連絡先(携帯番号)、手話経験の有無を記入し問合せ先へ

☎ 障害福祉室 ☎ 63-7591 FAX 63-4629

## 若者移住定住チャレンジ支援事業! 空き家・空き店舗活用を応援

グランプリ 100万円…1件 ※経費の3分の2以内  
準グランプリ 50万円…1件  
補助事業期間 8月1日(月)～令和5年2月28日(日)  
※書類審査、面談で決定  
申込期限 6月30日(日) 午後5時必着  
◎応募対象や事業内容には条件があります。詳しくは、市ホームページで  
☎ 商工経済室 ☎ 63-7824

# ヤングケアラー

先日、新聞の記事を見ながら母が言いました。

「最近、ヤングケアラー(※)って問題になっているんやね。私なんか、それって問題なの？似たことが前からあったんちゃうのって言いたくなるわ。昔は、子守をしながら学校に来ている子がいたよ」

戦中生まれ之母からは、「昔はみんなが学校に行って当たり前前の時代じゃなかった」とこれまでよく聞かされてきました。

「でも、子どもが小さい子の世話やお年寄りの介護をしなくちゃならないのは大変やろなあ。そのことが理由で自分の時間がなくなってる宿題ができないとか、進学をあきらめなければならぬとか聞いたことがあるわ。そうすると将来の夢まであきらめなければならぬことになることも」と私。

母は、「そうなんや。家の事情で、夢をあきらめないといけないなんて、かわいそうな話やなあ。昔、子守していた子。赤ちゃんをおんぶして授業を受けてたけど、よく居眠りしていたわ。『また居眠りなんかして、あかんやん』とその時は思ってた。でも、とても疲れてたんやろなあ。大変やったんやろなあ

って思う」

今の時代、私たちは「みんな学校に行けて当たり前」と思いがちです。でも、学校に行きづらかったり、宿題に取り組みなかつたりする子どもの生活背景には、ヤングケアラーの問題が隠れているかもしれません。それぞれの家にはさまざまな事情があり、それらは周りからは見えにくいケースが少なくありません。また、介護や家事を担っている子ども自身にとつては、それが当たり前になつてしまつていて、特に問題と思つていないかもしれませんが、子どもたちの学ぶ機会が奪われることはあつてはなりません。

すべての子どものための、「育まれ、守られ、参加し、教育を受ける権利」が保障されるよう、この問題について多くの大人がまず知ること。そして、私たちにできることはなにか考えていきたいです。

## 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

あつてはなりません。すべての子どものための、「育まれ、守られ、参加し、教育を受ける権利」が保障されるよう、この問題について多くの大人がまず知ること。そして、私たちにできることはなにか考えていきたいです。



### 新型コロナ対応 子育て世帯生活支援特別給付金

## ひとり親世帯へ給付金を支給

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、食費などの物価高騰に直面する低所得のひとり親世帯に対して、生活支援のための給付金(子ども1人あたり5万円)を支給します。

※「子育て世帯生活支援特別給付金」に係る予算は6月定例市議会で審議されます。

☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594

### 令和4年4月分の児童扶養手当の受給者

#### 申請不要

- ▶ 6月13日金に案内文書を送付予定
- ▶ 6月30日金に給付金を支給予定

公的年金などを受給しているため児童扶養手当が支給されていない人で、令和2年中の所得が児童扶養手当の所得制限限度額を下回る人

または

新型コロナの影響で家計が急変し、令和2年2月以降の任意の1カ月の所得が児童扶養手当の所得制限限度額を下回る人

#### 要申請

申請方法などは、「広報なばり」7月号でお知らせします。

「子育て世帯生活支援特別給付金」の受給者には、**生活応援米(名張産コシヒカリ)**を支給します

子ども1人あたり10kg ☎ 農林資源室 ☎ 63-7625

応援米の支給は申請が必要です

詳しくは、給付金の案内文書に同封のお知らせなどをご覧ください。

## 十分注意!

刈払機での作業



長袖、長ズボン、保護めがねなどを着用!

周辺の障害物を取り除き、周囲に人を近づけない!

☎ 農業委員会 ☎ 63-7658  
☎ 地域経営室 ☎ 63-7484

### —6月は食育月間— 家族みんなで いざ、実践!

## 早寝・早起き・朝ごはん

毎日の食事に野菜を一皿プラスして、規則正しい生活習慣の心がけが大切です!



☎ 学校教育室 ☎ 63-7882



設定 28°C

## —6月は環境月間— COOLBIZ 実施中!

環境にも家計にも優しい「節電」に取り組みませんか?

### 市役所クールビズ実施期間

5月1日~10月31日

☎ 環境対策室 ☎ 63-7492

Q

今月の ちょくちょく寄せられる疑問

## 道路に穴があいている! 危険なので直してほしい



市道損傷で寄せられる情報は、年間100件以上! 皆さんが通る道路は大丈夫ですか?

☎ 維持管理室 ☎ 63-7681 FAX 63-4677  
✉ kanri@city.nabari.mie.jp

A

ズバっと 簡潔回答

## 市役所にご連絡ください

市道で損傷していたり、危険な場所を見つけたら情報提供をお願いします!

### 損傷を発見したら連絡してほしいこと

- ▶ **市道の損傷を発見した場所**  
市道なのかどうか判断できない場合でも、まずはご連絡ください。各道路管理者へ連絡します。
- ▶ **損傷の程度**  
穴ぼこやでこぼこ、段差など発見した損傷の程度も教えてください!
- ▶ **電話・メール・ファクスで連絡を**  
お手持ちのカメラやスマホで損傷場所を写真撮影していただくと助かります!

## 今月の案内人



市道の守り人 岡田 航平  
profile 市道の保全活動に余念がない維持管理室職員

しっかりと直します! ※このあとヘルメットもしっかりと直しました

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!





# 7月の相談



詳細は市HP

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	
法律・債務など	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日金 午後1時～3時		
	行政相談	21日金 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日金 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		
	法テラス法律相談 ※要予約	27日金 午後1時～4時		050-3383-5470
	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・悩みなど	人権相談	12日金 午後1時30分～4時 19日金 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日金 午後5時～7時		
	メンタルヘルス相談 ※要予約	21日金 午前10時～正午 26日金 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	
福祉	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	
就労	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	
育児・教育	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	
	犯罪や非行に関する相談	月・水・金曜日 午前10時～午後4時	更生保護サポートセンター 41-0774	
	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	
	健康・医療	食生活・健康相談	5日金 午前9時～11時	健康・子育て支援室 63-6970
		がん・難病相談	16日金 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  
7月8日金 午前10時30分～  
※6月21日金～予約開始。5組限定

▼サタパ広場「七夕飾りを作ろう!」  
7月2日土 午前10時30分～11時～  
※6月7日金～予約開始。5組限定

▼親子で遊ぼう「水遊びグッズ作り」  
7月20日金 午前10時30分～11時～  
※6月21日金～予約開始。5組限定

▼健康相談 7月20日金 午後2時～3時  
健康相談・歯科相談・栄養相談  
※6月16日金～予約開始。5組限定

▼子育て講座 「子どもに起きやすい事故に対する予防と手当および感染症対策」  
日時 7月11日金 午前10時30分～正午  
場所 子ども支援センターかがやき  
対象 市内在住の子育て中の保護者  
定員 先着7人 ※参加無料  
※申込は、6月14日金～7月2日土に問合せ先へ

☎ 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 (予約先)

1歳6か月児健診 ● 令和2年12月生 7月5日金・12日金	3歳6か月児健診 ● 平成31年1月生 7月26日金・27日金
● 令和3年1月生 8月2日金・9日金	● 平成31年2月生 8月23日金・30日金

乳幼児健康相談 **予約不要**  
7月13日金 午前9時30分～11時受付

離乳食教室 **要予約**  
7月13日金 午後2時～3時30分

助産師による母乳・育児相談 **要予約**  
7月8日金・22日金 午前10時～  
7月1日金・15日金・29日金 午後1時30分～

## 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

▶受診・相談センター ☎ 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

## 人口と世帯数

人口 76,447人 (-15人) 令和4年5月1日現在  
世帯数 34,709世帯 (+58世帯) ( )は前月比

## 伊賀地域二次救急実施病院 7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上	2名
3名/岡	4岡	5名	6岡	7名	8上	9上
10岡	11岡	12上	13岡	14名	15上	16名
17名/岡	18岡	19名	20岡	21名	22上	23上
24岡	25岡	26上	27岡	28名	29上	30上
31名/岡						

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 北川市長施政方針

ガッテン! 健康ガッテン!

まちじゅう元気

健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

食中毒にならないために!

保健師 田藤 裕子

「このおかず、昼も食べるし、冷蔵庫に入れやんでもええか…」 「肉は焼きすぎやん方がうまいねん」というそのあなた、ちょっと待った!

気温や湿度が高くなると心配なのが食中毒。その原因のほとんどが、食品の取扱いの不注意です。家庭ですっきりと対策を!

家庭に潜む 菌の増殖する夏…

病原性大腸菌 (O-157)

食肉などについていることが多い!

黄色ブドウ球菌

調理する人の手や指から感染するやっかいな奴!

カンピロバクター

生肉が加熱不十分だと感染しやすいんだ! しっかり火を通そう!

ガッテンポイント ▶ 食中毒予防の「三原則」を徹底!

- 1 菌をつけない  
まな板は、生で食べる食品と肉・魚用で分けるのが鉄則!
- 2 菌を増やさない  
冷蔵庫でも菌は増殖します。食材は早めに使い切ろう!
- 3 菌をやっつける  
食材はできるだけ75℃以上で、1分以上加熱を!

編集後記

広報なばりへのご意見・感想はこちら ▶

名張に住んで初めて自然のホテルに出会ったという人も多いのだとか。ホテルは、自然と人が共存している「あかし」。ホテルだけでなく、周りの環境や「人里」との共存も考えた保護活動に関心を持ってもらえれば(デスク)

全国の自治体広報紙のほとんどはA4判・カラー。雑誌のような体裁です。少しうらやましくもありますが、モノクロでも見やすく伝わる紙面にしよう、試行錯誤の繰り返し。今回の受賞は励みになります(特命係長)

机の中を整理していたら数年前の健診結果が。「どんな結果やったかな」と見ていると今よりはるかに軽い体重に驚きました。体重や血液検査など、何かと「数値」が気になるお年頃…。きちんと自分の体と向き合えねば(プラム)

毎年、この時期は家族でホテル鑑賞会。幻想的な光が心を癒します。ホテルが飛び交う光景は当たり前ものではありません。次の世代に残していくためにも、自分たちに何ができるのか。家族と一緒に考えたいと思います(DJ)



晴れやかな日差しの中、北川裕之市長が4月25日に初登庁。市職員が出迎えた後、就任式を行いました。

「公約にも掲げた『新しい産業が息吹くまち』『若者が定着するまち』『誰もが安心して暮らせるまち』、そんな10年先を見据えた名張のまちづくりを職員の皆さんと、そして、市民の皆さんとともに進めていきたい」

「財政が厳しい、人口が減っていく…。気持ちが沈みがちになるかもしれないけれど、しっかりと前を向いてわくわくするような、若い人たちがこのまちに残りたいと思ってもらえるような、そして、どの世代の人も安心して暮らしていけるような、そんな魅力あるまちをしっかりとつくっていききたい」



初登庁後、記者から椅子の座り心地を聞かれた北川市長

就任式で、そんな熱い思いを職員に語りかけた北川市長。新市長のもと職員一丸となって、皆さんとともに、市の様々な課題解決に取り組んでまいります(新市長の施政方針は次号でお伝えします)。

就任式の模様は、動画で公開中!

7年ぶり4度目 全国広報コンクールで「広報なばり」が入選

「広報なばり」令和3年10月号が、全国広報コンクール(広報紙部門)で入選しました。市部には全国から62点の参加があり、記事の切り口や読みやすさなどを基準に評価されました。

広報紙が、「地域の課題を自分ごととして感じ、行動するきっかけになる」ように、今後も工夫を重ね、紙面を充実させていきます。

受賞した「広報なばり」令和3年10月号

市ホームページ 広報アーカイブ

コロナ禍で孤独を感じる人に寄り添いながら、感染防止の継続をはじめ、コロナ禍で何か他者のために行動に移していただくきっかけにしたいと編集した号です。取材にご協力いただいた多くの皆さん、ありがとうございました。

広告

ハウスクリーニング エアコンクリーニング 家事代行 定期清掃管理 害虫駆除シロアリ 庭木管理

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

家庭用/業務用

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

病院・介護施設 店舗・事務所・工場 ほか

床下 無料診断 ゴキブリ、ハチ ねずみ他

消毒/肥料/剪定/造園他 ツール・グリーン定期管理システム

安心と信頼の地元

タスキ エスプリ ☎65-8411 esprit@shore.ocn.ne.jp ISO14001認証 名張市新田1249-4

広告

瓦屋根設計コンクール 第16回賞状金賞受賞 亀山市立関中学校校舎

KawaraSho 株式会社 瓦勝

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