



令和5年(2023年)10月10日発行

1~9...特集 つながって、生きる

10...インフルエンザ予防接種 11...「ナウダツ」催し

14...ひまわり 16...赤目 幽玄の竹あかり、観阿弥祭



「なばり暮らし応援商品券」は10月中にご利用ください (P15)

発行/名張市 広報シテプロモーション推進室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎ 0595-63-7402 FAX 0595-64-2560 ✉ pr@city.nabari.lg.jp

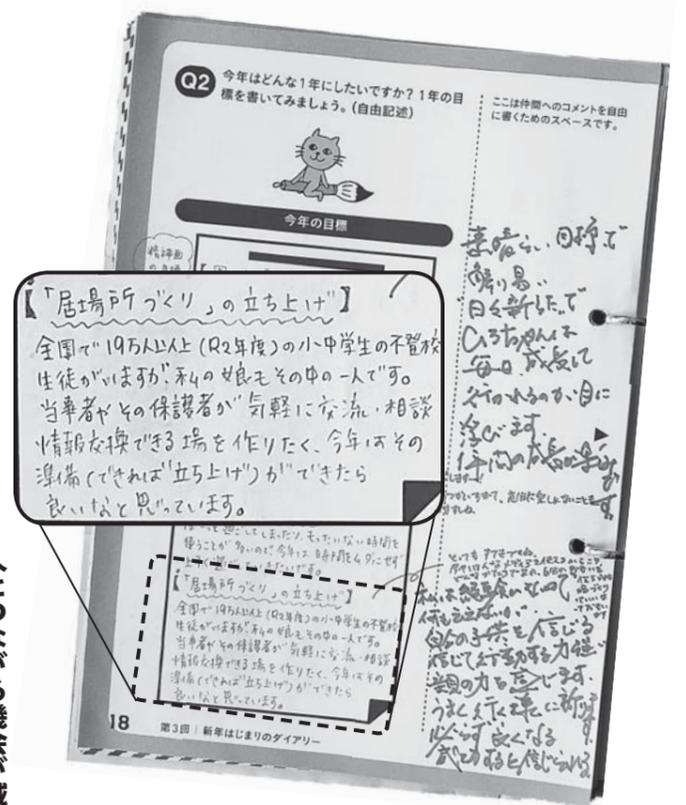


家にいながら、人や社会とのつながりをつくる「交換日記」

コロナ禍の中、新たなつながりづくりを目指して始まった「ステイホームダイアリー」。世代や立場が異なる人との交換日記に、3年間で、のべ150人が参加。現在は、日記の内容から、地域の心地よい「居場所」を集めて発信していく取組も進行中！詳しくは、地域包括支援センター（☎63-7833）へ

つながって、生きる

特集



娘の不登校を告げた日記



「ステイホームダイアリー」の参加者のひとり、藤原広美さんは、交換日記で子どもが不登校であることを告げ、「当事者の交流の場を作りたい」と目標を掲げました。「メンバーからの励ましの言葉がすごく嬉しかった」と話す藤原さんの物語は次ページ以降で…

人とつながる機会が減少したコロナ禍以降、ひきこもりや不登校の状態にある人が増えています。あなたにとって、人とつながり、安心できる「居場所」はありますか？

自分らしさを出しながら
安心して対話できる交換日記は
心地よい「居場所」に！

「コロナ禍の中、始まった「ステイホームダイアリー」」
コロナ禍で人とつながる機会が減っていた令和3年に始まった「ステイホームダイアリー」。世代や立場が異なる3人1組が交換日記で、家にいながら人とつながっていくという取組です。保健師などが、地域の中で「みんなとつながってほしい」と思う人に声をかけ、ボランティアをしたい人やひきこもりの人など、さまざまな人が参加。「気持ちをお聴いてもらえて幸せ」「見知らぬ人には、何でも伝えやすかった」「新たな一歩を踏み出した」「交換日記が自分の居場所になった」と

「人や地域とのつながりで健康で充実した生活を」
いった感想が寄せられています。ひきこもりや不登校が増えている中、人や地域とのつながりを生かして、健康で充実した生活を守っていくという考え方が注目を集めています。社会的に孤立し「生きづらさ」を抱える人にとって必要とされているのは、「ステイホームダイアリー」のように、人とつながり、安心できる「居場所」なのではないでしょうか。また、そんな「居場所」に出会えるきっかけづくりも重要です。



今年の参加者は
14歳から83歳！

令和5年「ステイホームダイアリー」参加者

藤原さん家の
長女・次男
不登校の記録
①



2017年
長女が小学3年生から学校を欠席しがちになり、保健室登校をするようになる。

2020年
小学6年生になると、めまいや吐き気、朝起きられないなどの症状が出る。「起立性調節障害」と診断され、1カ月間、学校を休むことも。



あんなに学校が好きだったのに...

親としては、何とか学校へ行かせたい!

私の育て方が悪かったのかな?

状況が違うのに「私だったら…」のアドバイスが辛い

もう人とのつながりを断ちたい



藤原 広美 さん
不登校の子どもを持つ母親。「ステイホームダイアリー」にも参加

自分自身や周囲の「こうしななければならない」といった固定的な考え方が当事者や家族を苦しめているのかもしれないニャ...

特集 つながって、生きる

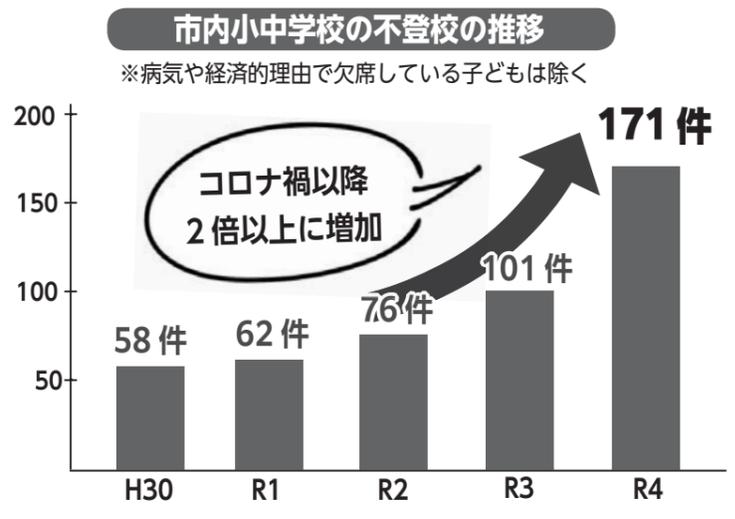
つながりたくな

「ステイホームダイアリー」に参加し、8月の「ひまわり」を考えるセミナー」では、不登校の子どもに向き合った体験談を語ってくれた藤原さん取材しました。子どもの不登校が始まり、人を避けるようになっていったという彼女の思いとは――

理由

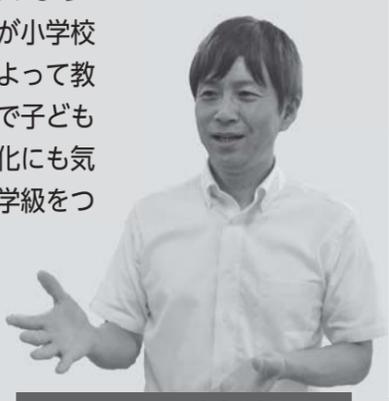
コロナ禍以降、市内の小中学校で不登校になる子どもが増加

不登校とは、文部科学省では、「心や身体の状態、家庭状況などが原因で、学校へ行かない、行きたくても行けない状況のため、年間30日以上欠席した子ども」としています。市内小中学校の不登校の件数は、コロナ禍前と比べ、2倍以上に増加しています。



子どもたちのSOSを見逃さないように

「マスクで友だちや先生の表情が分かりにくい」、「地域の人など様々な人との関わりが減った」などコミュニケーションの機会が少なくなったことが、コロナ禍前と比べて不登校が増加した背景の一つとされています。学校では、子どもたちのSOSを見逃さないようさまざまな取組を行っています。その一つが小学校高学年での教科担任制の導入です。教科によって教師が入れ替わることで、複数の教師の視点で子どもを見ることができ、子どもたちの小さな変化にも気づきやすくなります。また、居心地のよい学級をつくるために、友人関係や普段の様子を聞く「Q-U調査」を年2回実施するなど、学級集団の状態や満足度を把握、改善しながら、いじめや不登校などの未然防止、早期発見・対応に努めています。



学校教育室 生杉 智明

次ページへ

2021年4月

長女は中学校へ入学。
4月は学校へ通うことができた
が、5月の終わり頃から休みが
ちになり不登校になる。

次男は高校2年生になり、通
信制の高校へ転入。1日のほと
んどを自分の部屋で過ごし、会
話もほとんど無い状態

2020年

次男が高校1年生の時、「学校に行き
たくない」と言い、自分の部屋へこ
もる。無理やり学校へ行かせると「死
にたい」と号泣し、不登校になる。



次男

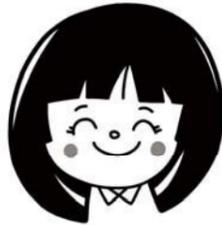
飼い猫の朱雀くん



藤原さん

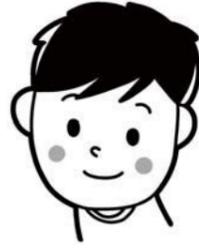
絵が大好きな藤原さん。ご家族のイラストもご本人に描いてもらいました!

私の大好きな長女と次男をご紹介します。これまで2人の不登校と向き合ってきました。



長女

中学3年生。幼少期から繊細な子で人が怒られているところを見ると怖くなったことも。絵が得意



次男

専門学生。小中学生の頃は、明るい性格で学校が大好きだった。グラフィックデザイナーが夢

その後、本人の希望で、2年生から通信制の高校へ転校することが決まりました。先生の勧めもあり、

「不登校の子どもが2人もいるのは、私のせいなのだろうか」。自分を責めたという藤原さん。「同年代の子の制服姿を見ると涙が出て、いつも通りに振る舞おうと気を使っていました」と思い返します。泣きたい時は車で外出し、

子どもたちが不登校に... 一体どうしたらいいの? 新型コロナの流行前に比べ、市内小中学校の不登校の件数は倍増しています。「ステイホームダイアリー」に参加していた藤原広美さんの子どももその中の一人でした。「長女が小学3年生の頃から、徐々に学校を休むようになりまし

「少しでも単位を取って転校させたい」と、数日の間、嫌がる次男を学校へ行かせることに。すると、ある日「学校に行かなあかんやったら、死にたい!」と号泣したそうです。それ以降、藤原さんは、無理に学校へ行かせようとはしませんでした。

「不登校の子どもが2人もいるのは、私のせいなのだろうか」。自分を責めたという藤原さん。「同年代の子の制服姿を見ると涙が出て、いつも通りに振る舞おうと気を使っていました」と思い返します。泣きたい時は車で外出し、気持ちが悪く着いてから帰宅することもあったそうです。

「不登校の子どもが2人もいるのは、私のせいなのだろうか」。自分を責めたという藤原さん。「同年代の子の制服姿を見ると涙が出て、いつも通りに振る舞おうと気を使っていました」と思い返します。泣きたい時は車で外出し、気持ちが悪く着いてから帰宅することもあったそうです。

藤原さんの事例は、ほんの一例です

ひきこもりになる理由は100人100様

20年のひきこもりを経験。当事者の声を伝えたい



一般社団法人 ひきこもりUX会議

林 恭子 さん



林さんが代表の当事者団体「ひきこもりUX会議」HP

9月3日に伊勢市で開催された「ひきこもり支援フォーラム」で講演した林恭子さん。高校2年生の時に不登校となり、その後、断続的に約20年ひきこもりしました。林さんの場合は、校則や体罰のある学校への違和感と、母親からの厳しいしつけやコントロールが原因だったと言います。

8人目でようやく信頼できる精神科の先生と出会えたことが大きな転機の1つとなり、「私のことを肯定してくれた初めての人。自分の気持ちを素直に話すことができたんです」と語る林さん。

その後、ひきこもりの当事者たちと出会ったことがきっかけで、「自分は一人じゃない」と感じ、現在は当事者団体「ひきこもりUX会議」で当事者の声を発信するなどの活動をしています。

ひきこもりとは、厚生労働省では、「学校や仕事に行かずに自宅にひきこもり、家族以外との関係がない状態が6カ月以上続いている状態」としています。令和4年度は、市内で73件(前年度比43%増)の相談や支援を行い、その背景は100人100様です。

本人の心

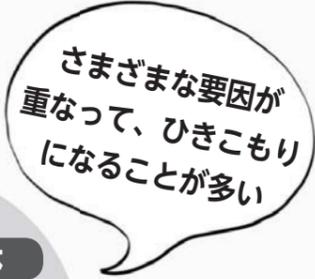
- ・寂しさ・無力感
- ・自信喪失・不安
- ・恐怖・ストレス
- ・完璧主義 など

社会の環境

- ・いじめ・差別・失業
- ・虐待・ハラスメント
- ・家族や友人関係
- ・学校や職場環境 など

本人の身体

- ・病気・障害
- ・身体能力
- ・生活能力
- ・生活習慣 など



【出典】ひきこもり支援ハンドブック(三重県)





2022年

次男は高校3年生になり進路を考え始める。この頃から会話が増え、部屋から出る時間が増えた。

2021年6月

長女の体重が減少し始め、悩んでいた中、まちの保健室に出会い、医療機関などにつないでもらえた。

特集 **つながって、生きる**

人との出会いが生きる力に

一度は人を避けるようになっていた藤原さん。さまざまな人とのつながりの中で、彼女の人生が変わり始めます。

「人とのつながり」も捨てたものじゃない

抱える悩みを相談しても分かってもらえず、人を避けるようになっていた藤原さん。彼女が前向きになれたのは、まちの保健室の職員との出会いがきっかけでした。「自然と自分の気持ちを打ち明けられて、心のモヤモヤがすっきりした」と藤原さん。その後、さまざまな人とつながっていくうちに、状況が変わり始めていきます。

まちの保健室の職員から勧められた「ステイホームダイアリー」。世代や立場が異なる人とのつながりの中で、「いろんな考えがあつていい、自分がどう生きたいかが大事なんだ」と気付かされ、「まずは、子どもたちの気持ちを大切にしたい」と思えるようになったと言います。そんな藤原さんは、今年8月の「ひきこもりを考えるセミナー」で自身の経験談を語ることに。「ぜひ、私たちのことを話してきて。私は恥ずかしい生き方をしていないから」。長女から、その後押しされたのです。講演会の中で藤原さんはこう語っています。

「人の心を孤立させるのも、人の心を回復させるのも人とのつながり。子どもたちには、これから生きていく中で、人とのつながりも捨てたものじゃないと気付いてほしいと願っています」

いま、藤原さんは、「不登校の子どもや、その親が集まれる居場所をつくりたい」という思いを実現しようと、活動場所を提供してくれる長慶寺の住職とともに、新たな一歩を踏み出したところです。

ステイホームダイアリーに誘われた!

- ▶ **自分の視野を広げたい! 参加する**
- ▶ 知らない人と交換日記? 無理です!
- ▶ とぼけたふりをする

まちの保健室へ行くのを勧められた!

- ▶ **せっかくなので行ってみる!**
- ▶ 相談するのがおっくう。行かない...
- ▶ 忙しいふりをする

藤原さんが選んできた 出会いを生む選択肢

一歩ずつ歩んでいます

多様な考え方に触れる



「新しいことに挑戦して視野を広げたい」と、「ステイホームダイアリー」に参加しました。

交換日記のメンバーは、普段、接点がない人たちばかり。気楽に「自分らしさ」を出せる居心地のよい場所になっていました。

手書きの交換日記は、その人の個性がすぐく伝わってきて、メンバーの多様な「自分らしさ」に触れられました。私の知らない考え方や経験などを目の当たりにし、「当たり前や普通って何? 人それぞれの考えがあつていい」と思えるきっかけに。「こうあるべき」という枠にとらわれず、相手の考えや違いを受け入れられるようになりました。



交換日記のメンバー同士が顔を合わせる機会もある

「まちの保健室」との出会いが私の人生を変えた



職場の同僚に勧められ、軽い気持ちで「まちの保健室」へ。おかげで、私の人生が変わりました。「相談」というと身構えてしまうけど、気付いたら自分の気持ちを話していました。何気ない雑談から私の悩みを自然と聞き出してくれ、共感してもらえたことで、心のモヤモヤがスッキリ!今でも私の心のより所です。

支援する側、支援される側という立ち位置ではなく「同じ子どもを持つ母親」として、藤原さんに寄り添っていました。出会った当初も「相談」というものではなく、「母親同士の雑談」といった感じでしたね。

何か特別なアドバイスをするというのではなく、藤原さんの話を聞くことで、少しでも気持ちが楽になればいいなという思いがありました。話をしながら、娘さんには支援が必要だと感じたので、すぐさま地区担当の保健師と連携し、医療機関などへつなぎました。

それから会うたびに、「最近どう?」と声を掛けて、「新学期が始まって2日連続で学校に行けたよ」と報告をくれることも。二人で一喜一憂しながら、一緒に娘さんのことを考えていきました。前向きに動き出した藤原さんに、これからも寄り添いながら応援していきたいです。



地域包括支援センター(元まちの保健室職員)

山本 淳子

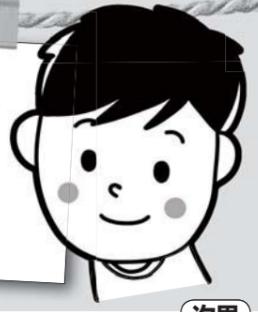


長女

長女は、現在中学3年生。学校にはほとんど行ってないが、彼女自身、不登校に対し悩みや迷いが無い。登校したら、友だちとも仲良く過ごし、部活にも参加している。高校進学に向け通信教材で勉強中！

2023年

次男は専門学校へ進学。現在は、ひとり暮らしを始めていて、いきいきとした生活を送っている！



次男

人とつながり、輝きを取り戻す！

まちの保健室に行ってよかった！

いろんな考え方があっていいんだ！

今度は、私もみんなに寄り添いたい！

自分らしく輝けてよかったニャ～



自分らしさを出せる居場所があって、素直な気持ちを出せた

新しい夢に一步踏み出せた！

子どもたちには、人とのつながりも悪くないと思ってほしい

これからの人生どう生きる？

- ▶ **人とつながり、人生を楽しむ！**
- ▶ 決められたレールの上を進む
- ▶ 楽しく生きるふりをする

地域貢献を目指す住職に出会った！

- ▶ **思いが合えば一緒に活動する**
- ▶ 難しい話をされそうなので関わらない
- ▶ 興味がないふりをする

不登校の体験談の講演を頼まれた！

- ▶ **子どもの後押しがあり、引き受ける**
- ▶ 人前で絶対に話したくない。断る！
- ▶ 聞こえないふりをする

みんなの居場所をつくろうと動き始める



私は絵を描くことが好きなので、取組の第一歩として、長慶寺で絵を描いたり手芸をしたりしながら交流できる居場所をつくろうとしています。不登校の子どもや親と一緒に「自分らしい生き方」を探せる場所として、SNSで「ふ+ふ（ふふぷらす）」も立ち上げました。



藤原さんの想いに共感し、お寺の活用を提案しました

長慶寺(蔵持町里)
住職 **平澤 永龍** さん

「残りの人生で何か名張りに貢献したい」と考えていた時に、フラッと近所の子どもがお寺にやって来たんです。「どうしたの?」と聞くと「今日は学校に行かなかった」と話してくれました。草引きをしながら半日ほど一緒に過ごしていると、ポツリポツリと学校や家での悩みを打ち明けてくれました。そのことがきっかけで、長慶寺を不登校で悩む子どもたちの居場所にできればいいなと思うようになっていました。

市へ「何か私にできることはないか」と相談をしていたところ、私と同じように、不登校の子どもや親の居場所をつくろうとしている藤原さんに引き合わせてもらうことができ、意気投合。ぜひ長慶寺を活用してほしいと伝えました。お互いを認め合い、支え合うことで誰もが生きやすい社会になると私は感じています。

長女の後押しで演台へ



「ぜひ、私たちのことを話してきて」と言う、長女の後押しもあり、講演会の依頼を引き受けました。

学校に行くこと以外の選択肢もあることを知ってもらい「いろんな考えがあってもいいんだな」という気付きにしてほしかったんです。「みんな違っていい」という考えの人が増えれば、もっと「生きやすいまち」になるんじゃないかな。



8月19日に武道交流館いきいきで「ひきこもりを考えるセミナー」を開催。約100人が参加し、藤原さんの体験談などに耳を傾けました。



私たちが
まち保です

お話聴かせて
いただきます!

子どもから
お年寄りまで

最近どお
く

特集 つながって、生きる
まちの保健室は
いつでもあなたに
寄り添います

まちの保健室の
職員大集合!



秘密は
守ります

まち保 利用者の 声

ひきこもりの息子の存在を知ってもらっているだけで私が心強いです(80代女性)



何でも話してね

いつでもいいから

よりそう力

身近な地域で「ゆるやかに」あなたを受け止める「まちの保健室」と、あなたの困りごとを「たらい回し」にしない仕組みが名張にはあります。

「生きづらさを抱える人の状態はさまざま

学校にいても、仕事をしていても、人の輪の中にも、孤独や孤立を感じることはありませんか。社会とのつながりがあっても、生きづらさや人とのつながりにくさを感じている人もいて、「外ごもり」と呼ばれることもあります。生きづらさを抱える人の状態、そこに至る経緯、要因はさまざま。それだけに、「自分にはこんな支援が必要」「この場合だと、ここに相談すればいい」と、自分の状況を把握し、的確に対応することはすごく難しいことです。そこで、「まちの保健室」は、雑談や世間話なども含め、皆さんにとって「とりあえず話を聞いてもらえる場所」でありたいと考えて

「困りごとを「たらい回し」にしない仕組み

大切なのは、多様で複雑、また、制度のはざまにある困りごとを「たらい回し」にしないこと。市では、高齢、障害、児童、困窮、保健、教育の各分野で「エリアディレクター」(調整役)を置き、市の各部署や専門機関の支援を調整。また、孤立しがちな人に伴走し、地域での自分らしい生き方を支援する「リンクワーカー」の取組を進めながら、関連機関が一人ひとりに寄り添える仕組みを築いています。



地域の総合相談窓口として、まちの保健室を市内15地域に設置しています。育児や介護の相談、健康づくり、高齢者などの見守り・訪問などを行い、地域や専門機関などとも連携。皆さんに寄り添いながら、一人ひとりの歩みをサポートしています。詳しくは、地域包括支援センター(☎63-7833)へ



まちの保健室では「雑談」も受け付けています

ひきこもりや不登校など孤独・孤立の状況にある人も含め、まちの保健室を活用したことがない人に、その活動をアピールしていこうと、ホームページをリニューアルしたり、ロゴマーク(右上)を作成したりしました。ロゴマークの中にある「最近、どお〜?」という言葉は、まちの保健室のキャッチフレーズ。雑談で会話を広げ、普段の様子や変化を知る手掛かりにしたいという思いを込めています。

生きづらさを抱えている皆さん、地域の活動や、行政・専門職の支援など、あなたらしさを大切にできる「つながり」を一緒に見つけていきませんか。一人ひとりのペースに合わせて伴走しながらサポートします。まちの保健室のホームページでは、おそらく全国初となる「雑談の予約」を受け付けていますが、敷居をできるだけ低〜く、間口を広〜くして、皆さんをお待ちしています。



地域包括支援センター
全世代包括支援係長
上田 紀子



楽しいイベント
考えませんか?

アドバイスの
押しつけは
しません

まち保 利用者の 声

育児・介護のダブルケア、どちらのことも聞いてもらえてありがたかったです(40代女性)



必要なサポートを
一緒に考えます



ワイワイ楽しく
雑談しましょ

まち保 利用者の **声**

育児をするのは当たり前だと、褒められることなんてなかった…。まち保さんに褒めてもらったとき、涙が出るくらい嬉しかった(20代女性)



多様で複雑な困りごとに寄り添える連携体制

80代の親が50代の子どもの生活を支える「8050問題」といった複雑な困りごとをはじめ、ひきこもりや不登校などの定義、また、介護や障害者などの福祉制度に当てはまらず“はざま”にあるような困りごとにも寄り添える包括的な連携体制を市では築いています。

まちの保健室が、地域の総合相談窓口として、さまざまな困りごとをまとめて受け止め、地域の多様な支援や活動、組織などにつながります。

まちの保健室

多機関連携
よりそいの輪

市役所各部署

市の高齢・障害・児童・困窮・保健・教育の担当部署に「エリアディレクター」(調整役)を置き、市の各部署や専門機関などによる支援を調整します。

孤立しがちな人

つながりづくり

エリアディレクターや保健師などが、「リンクワーカー」として、孤立しがちな人や家族に伴走しながら、自分らしく生きていくための「社会とのつながり」をつくる手助けをします。

専門機関



100人100様で
複雑に絡みあう課題

ひきこもり | 不登校 | ヤングケアラー | いじめ | 非行 | 児童虐待 | DV | 性自認
人間関係 | パワハラ | セクハラ | 失業 | ごみ屋敷 | 生活困窮 | 8050問題 | 認知症 | 介護 | 難病 | 依存症…

まち保 利用者の **声**

まちの保健室で話をしたことで、気持ちの整理ができて家族や学校でも思いを伝えられるようになりました(10代男性)



まち保 利用者の **声**

まち保さんに丁寧に対応してもらったことで、次は自分も困っている人の手助けをしたいと自然に思えるようになりました(30代女性)

複雑な事情を抱える人を多機関連携で支えます



市教育委員会
エリアディレクター
西口 成貴

祖母が要介護状態で、母親は精神疾患があり、子どもは発達障害がある。そんな3人家族がいました。その子は、祖母の介護もしなければならず不登校で、祖母の年金を頼りに生活していました。そんな状況なのに、学校が不登校だけを何とかしようとしても、解決できませんよね。

そこで、市役所のエリアディレクター同士で話し合い、例えばこの家庭については、子どもは、子ども発達支

援センターや発達外来、祖母は地域包括支援センター、母親は障害福祉室、また、困窮状態にあるので、生活支援室にもつなぎました。

ただ、家庭の状況は、あまり知られていないデリケートな問題であり、積極的にSOSの声を上げようとする人が多くないのも事実。そうしたことから、各機関で知り得た複雑な課題を見逃さず、多機関で連携できる体制を築いておくことが大切なのです。

まち保 利用者の **声**

用事のついでに立ち寄ったのですが、気づいたら、弱音も吐き出しているほど話し込んでいました(30代男性)

何気ない会話から
悩みが見つかることも



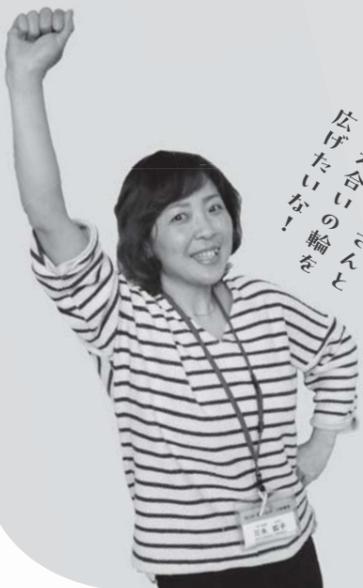
用事が無くて
気軽に来てね



いつでも
そばにいます



地域の皆さんと
支え合いの輪を
広げたいな!



緑あふれるマルシェ

「子育て世代に、緑あふれる名張を満喫してほしい」と、地元の工務店やカフェ、デザイナー仲間が青蓮寺湖畔でマルシェを始めて9年。雑貨や野菜、菓子などの販売、ライブステージなどに、市内外から多くの人を訪れ、生産者や出店者などとの幅広い出会いが広がっています。



活動の様子 Instagram



誰かの「やりたい！」を応援

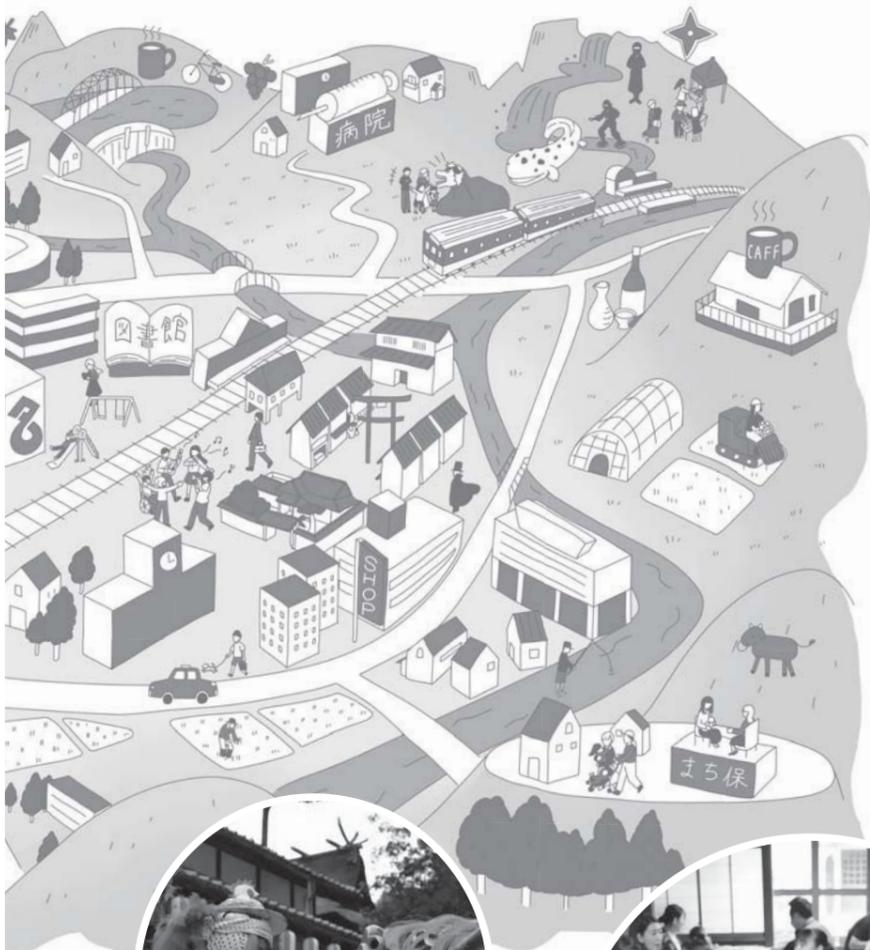
空き家を改修したワーキングスペース「FLAT BASE」。大学生がここを拠点にコーヒースタンドを始めたり、和菓子や着物など自分の趣味を生かした催しが開催されたり、「100年後、どんな名張になってほしいか」をワークショップ形式で発表し合ったり…。人と人、人と資源をつなぎながら、誰かの「やりたい！」を応援する場所になっています。



FLAT BASE Instagram

とつながり、安心できる「居場所」はありますか？

つながる場を



地域に根差した商店

地域に根差した商店は、馴染み客にとって、店主との会話を楽しんだり、ちょっとした悩みを相談できたりする居心地のよい空間になっています。



メタバース (仮想空間)

インターネット上に交流の場を作り出そうと検討を始める地域も現れています。



ワクワク夏まつり

同じ地域に住む人たちが、準備も含めて一緒になってワクワク盛り上がる夏まつり。地域を離れた人が楽しみに帰ってこられる機会でもあり、ふるさと感じ、一体感を持てる貴重な場となっています。



子どもたちと担う伝統

蔵持の獅子舞は、地域の子子どもたちが天狗役。伝統文化の継承を子どもたちにも託しながら、世代を超えた交流を楽しんでいます。



子どもの育ちを見守る「こども食堂」

「なばりこども食堂」には、地域の皆さんや学生、ボランティアなど、さまざまな人が関わっていて「子どもを地域のみんなで育てる」つながりを生んでいます。

一方で、長期間休みがちだったり、家から出にくい子どももいます。そこで、食料や文具などの雑貨を各家庭に配達しつつ、家族以外と話をするきっかけを作り、信頼関係を築いていこうという取組も始まっています。



なばりこども食堂

なばりこども食堂 水口 薫さん

「ちょっとしんどい」をちょっとだけ「楽」に。笑顔が絶えない「なばりこども食堂」に、子どもも親も、子どもたちと一緒に見守ってくれる人も、ぜひ気軽に顔を出してみてください。

その人自身が認められ、安心できる居場所を生み出していこう

同志社大学 社会学部 教授 永田 祐 さん



不登校やひきこもりなど生景は千差万別で、「こうすれば解決する」といった「万能薬」はありません。「社会に適応させよう」「引き出そう」と仕向けるばかりでなく、まずは、どうして「生きづらい」状態となっているのかに目を向けてみてください。また、「甘やかしている」「努力が足りない」といった自己責任を強調する社会的風潮は、本人や家族を苦しめるばかりか、「助けて」の声を上げづらくしてしまいます。

ひきこもりの当事者や経験者などを対象にした全国調査(※)で「どのような変化によって生きづらい状況が軽減または改善したか」を聞く

教えてください!
**皆さんが知ってる
 素敵な「居場所」**
 市では、広く皆さんに紹介できる「自分らしくなれる居場所」や「居心地のよい場所」を探しています。HPの投稿フォームやまちの保健室などに情報提供をお願いします。
 投稿フォーム

**名張育成園 アトリエ彩
 小西 綴奈さん**
 施設利用者の作品を社会とつなぎながら、その人らしく輝ける場所となることを目指しています。枠にはまらない個性ある作風にいつも驚かされますよ。



障害者アートで多彩な感性が輝く

本格的な創作活動ができる障害者アートの拠点「アトリエ彩」。アトリエには、ギャラリーや作品を展示するカフェを併設し、多彩な感性が輝く作品を楽しめます。



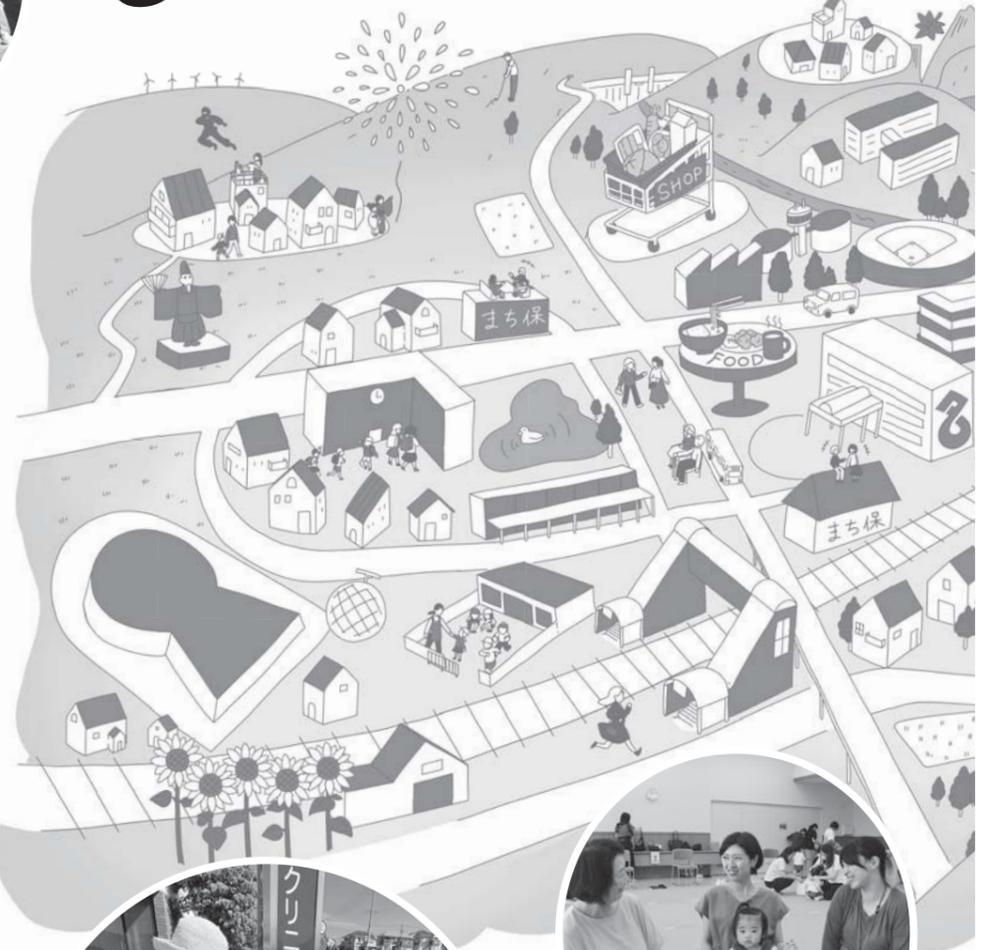
また、施設内には利用者のデザインを使用した自動販売機があり、購入代金の一部が画材などに還元される仕組みとなっています。



特集 **つながって、生きる**

あなたにとって、人と

まちじゅうに、



地域の支え合い活動

庭掃除や家事などの生活支援を行う地域の支え合い活動。「隠おたがいさん」では、ひきこもっていた若者が活動を通じて、社会につながっていくきっかけになったそう。支援する側もされる側も元気に!



地域のサロンでほっとひと息

桔梗が丘自治連合協議会が運営する「ほっとまち茶房ききょう」では、40～80歳代の幅広い年代のスタッフ30人がボランティアとして参加。地域住民が交流できる憩いの場となっています。



畑一面のひまわり畑

名張の夏の風物詩、みはたメイハンランドのひまわり畑。地域の皆さんと農業分野での就業を目指す障害者の皆さんと一緒に整備しています。



園芸療法士 奥田 由味子さん
 コミュニティガーデンの活動は、公園などでよくみられるようになりましたが、医療の現場では珍しい。緑を眺めていると心が落ち着くし、心地よい運動にもなり健康につながります。

診療所でコミュニティーガーデン

庭づくりを通じて参加者同士がつながれる場、それが「コミュニティーガーデン」です。地域に開かれた診療所を目指す「はしもと総合診療クリニック」の庭のデザイン・改修を担う奥田さんの提案で取り入れられました。

月に1回程度、診療所のスタッフと地域の皆さんが談笑しながら花を植えたり、植栽を剪定したり。患者と医療従事者という立場を超えた交流の場になっています。



地域の子育て広場

利用者同士はもちろん、利用者とボランティア、まちの保健室の職員などとのつながりを生んでいます。

※「ひきこもり・生きづらさ」についての実態調査(ひきこもりUX会議/2019年)

「出会う」が無く孤立してしまおうと、自分の役割や、自分が認められることが無くなり、自尊心や自己肯定感が低くなってしまいます。だからこそ、地域の中に、いろんな人が役割を發揮でき、自分の存在が認められる居場所を、たくさん生み出していく必要があるのです。「自分らしさを出せる安心できる居場所があり、いろんな生き方が認められる寛容な社会」を築いていくことは、生きづらさを抱える人に限らず、多くの人のために「生きやすい」社会につながっていくはずですよ。

名張の支援体制の特徴は、大きく3つあります。まちの保健室が各地域にあり、支援が必要な人を「ゆるやかに」受け止めていること、「たらい回し」にしない仕組み、そして、住民主体の取組が活発に進められ、まちじゅうにたくさんのお出合いの場があることです。

きる居場所が見つかったとき(45・4%)。次いで「自己肯定感を獲得したとき」(41・3%)となっています(当該選択肢は複数回答可)。「何かをしてあげる」というよりも、本人が持つ力を生かし、活躍してもらうという発想が大切。「支援する側」と「される側」として向き合うのではなく、対等な立場で、粘り強くともに考えていく姿勢が求められます。

高齢者 乳幼児 インフルエンザ予防接種

実施期間 10月1日～令和6年1月31日



インフルエンザ予防接種で、感染後の「重症化」を防ぎます。マスク着用などの感染予防も大切です。

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

予防接種指定医療機関 (住所/電話番号)			事前に医療機関へお申込みください ※「高」は高齢者、「乳」は乳幼児が接種可能			
かとう小児科医院 (桔梗が丘5 / 65-5311)	高	乳	さかい循環器内科クリニック (希中央3 / 62-0500)	高	堀井内科 (桔梗が丘5 / 65-5355)	高
なばりこどもクリニック (鴻之台3 / 62-2105)		乳	すぎのクリニック (鴻之台2 / 62-1700)	高	前沢整形外科 (桜ヶ丘 / 63-1008)	高
みらいのこどもクリニック (希中央4 / 62-3888)		乳	総合医療クリニック桔梗 (桔梗が丘5 / 66-1190)	高	ますだ呼吸器科クリニック (瀬古口 / 41-2277)	高
赤目養生診療所 (赤目町丈六 / 64-1055)	高		卓山医院 (桔梗が丘南1 / 65-0001)	高	松永整形外科クリニック (希中央4 / 64-7300)	高
秋山整形外科クリニック (蔵持町原出 / 62-7000)	高		武田産婦人科 (鴻之台1 / 64-7655)	高	夢眠クリニック名張 (東町 / 64-1717)	高
東整形外科 (桔梗が丘8 / 65-2130)	高	乳	田合医院 (木屋町 / 63-0271)	高	森岡内科クリニック (丸之内 / 63-0003)	高
上坂内科 (赤目町丈六 / 64-8211)	高	乳	たなかファミリークリニック (つつじが丘北5 / 68-8555)	高	矢倉医院 (新田 / 65-2251)	高
うえなみ内科クリニック (鴻之台2 / 63-9321)	高		ちひろ内科クリニック (希中央4 / 41-0005)	高	やすだクリニック (鴻之台1 / 61-2332)	高
おおふち医院 (梅が丘南1 / 62-7800)	高	乳	名張市立病院 (百合が丘西1 / 61-1100)		山尾医院 (つつじが丘北4 / 68-1055)	高
釜本医院 (木屋町 / 63-0345)	高	乳	寺田病院 (夏見 / 63-9001)	高	やまがみ眼科 (希中央4 / 62-0888)	高
上久保整形外科クリニック (松崎町 / 63-2211)	高		信岡医院 (桔梗が丘5 / 65-0023)	高	湯村内科 (松崎町 / 61-1212)	高
桔梗が丘四番町診療所 (桔梗が丘4 / 65-0102)	高		はしもと総合診療クリニック (蔵持町里 / 61-3366)	高	百合が丘クリニック (百合が丘東1 / 64-2000)	高
喜多医院 (桔梗が丘1 / 65-2088)	高		福喜多耳鼻咽喉科 (鴻之台3 / 63-1133)	高	わたなべ整形外科医院 (東町 / 64-1115)	高
木野整形外科 (桔梗が丘4 / 67-1515)	高		藤本産婦人科 (平尾 / 63-0995)	高	黒田クリニック (伊賀市 / 52-2099)	高
久保耳鼻咽喉科クリニック (桔梗が丘2 / 65-7111)	高	乳	ほりいクリニック (百合が丘東2 / 61-1231)	高	城医院 (伊賀市 / 52-0017)	高

高齢者 個人負担金 2,000円

対象 名張市に住民票があり、①または②に該当する人
 ①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の日常生活活動が極度に制限される程度の障害、またはHIVによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害のある人 ※年齢は接種時点
 ◎予診票は、各医療機関と市役所1階 健康・子育て支援室で配布



乳幼児 接種1回あたり2,000円の助成

対象 名張市に住民票のある生後6カ月から小学校就学前の乳幼児
 ※1人につき期間中2回まで助成
 ※窓口で助成額を差し引いた額をお支払いください。
 ※指定医療機関以外での接種は、領収証など必要書類を市役所1階健康・子育て支援室へ提出。後日助成額を口座へ振り込みます。申請期限は、令和6年3月29日迄まで (申請時の持ち物は、領収証、母子健康手帳、通帳、印鑑)



新しく
始まり
ます！

おたふくかぜワクチンなど

10月1日接種分から 費用を助成

おたふくかぜワクチンと、骨髄移植手術などによる免疫低下・消失による任意予防接種を対象に費用の助成を開始します。 ☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

おたふくかぜワクチン

助成額 上限 2,500円

対象 接種日時点で、名張市に住民票のある **1歳以上4歳未満の人**

市HP

骨髄移植手術などによる免疫低下・消失による任意予防接種

助成額 予防接種に実際に要した額

※対象要件あり 助成額に上限あり

市HP

申請方法

接種した年度の3月末日までに、市役所1階 健康・子育て支援室へ

◎ 申請内容を確認後、助成金を後日振り込みます。

申請に必要なもの

- ▶おたふくかぜ
 - ・申請書・領収証
 - ・印鑑・通帳など振込先の分かるもの
- ▶骨髄移植手術などによる免疫低下・消失による任意予防接種
 - ・申請書・領収証
 - ・印鑑・通帳など振込先の分かるもの
 - ・再接種した医療機関が発行した意見書
 - ・母子健康手帳など、医療行為前の定期予防接種の履歴が確認できる書類



防災用 ガラス飛散防止テープ 3,000巻を寄贈いただきました

9月1日の防災の日に合わせて、菊水テープ株式会社よりガラス飛散防止用テープ3,000巻の寄贈をいただきました。市民センター、学校、保育所などに配付します。

菊水テープでオープンファクトリー開催
普段は入れない工場の見学や、テープを使ったワークショップなどを開催！ひやわんも来るよ！

日時 10月28日(土) 午前10時～午後3時
場所 菊水テープ株式会社 名張工場 (八幡)
☎ 菊水テープ株式会社 ☎ 64・1212



NAUDATSU

大阪・関西万博をきっかけに
名張の産業を元気に！

名張市産業活性化推進協議会(通称ナウダツ)からのお知らせ



山椒を名張の新たな特産品に！

協力いただける事業者を募集

山椒の生産・販路拡大の可能性を探るため、料理や加工品を試作し、お客さんへ提供していただける事業者を募集します。

募集期間 10月16日(月)～12月15日(金)

☎ 市産業活性化推進協議会事務局 ☎ 63・7625



市HP

協力いただける事業者には名張産山椒100g(真空冷凍)をお渡しします。

市内企業によるSDGs イベント！

名張 EXPO2023 を開催

市内のものづくり企業が集結し、SDGsの取組紹介の一環として、規格外製品の販売、ワークショップなどを開催します！

日時 10月21日(土) 午前10時～午後5時

会場 アスピア(南町)◎詳しくは問合せ先へ

☎ (株)エミリオ・ロバ 奥田 ☎ 28・4273



市HP



一見 勝之

北川 裕之

シティプロモーションと観光がテーマ！

三重県知事と市長の円卓対話

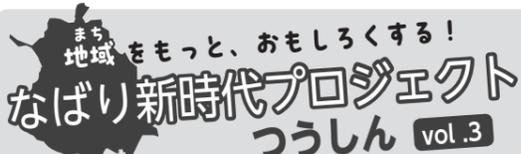
要約筆記 手話通訳
磁気ループあり

日時 11月4日(土) 午前10時30分～11時30分 場所 防災センター(鴻之台1)

◎ぜひお越しください(申込不要) ☎ 総合企画政策室 ☎ 63・7389



市HP



なばりの魅力をストーリー化！

☎ 広報シティプロモーション推進室 ☎ 63・7402



メンバーは、高校生や大学生、PTAや消防団、自治会、市民団体などまちづくりに関わる市民の皆さんや市職員など10～50代の約40人

市民参加の「ブランドイメージ創出ワークショップ」を開催中

ワークショップの様子は、市HPで詳しく掲載しています！▶▶▶



まちに愛着を持ち、まちに関わる「活動人口」を増やしていこうと、市では、「シティプロモーション」の取組を進めています。

その一環として、河井孝仁(たかよし)東海大学教授を地域力創造アドバイザーに迎え、市民参加のワークショップを開催。6月にスター

トしたワークショップ(全5回)は、9月に4回目までを終了。「名張は、どのような人がどのような形で、幸せになれるまちなのか」を見出しながら、市の「ブランドイメージ」創出に向け、いよいよ大詰めを迎えています。

●ワークショップ振り返り



「名張で幸せになる人」の人物像づくり

名張の実情を踏まえ、「スローライフを満喫したい」「自分らしく生きたい」など、名張で叶えたい希望をもつ架空の人物像を設定。「どんな人が名張で幸せになれるのか」、すなわち、「どんな人に名張の魅力を発信すればいいのか」が見えてきました。



名張の魅力を生かすストーリーづくり

メンバーが持ち寄った多様な名張の魅力を生かして、仮想の人物が「どのように幸せになっていくのか」をストーリーに。「名張ではこんなことができる」「こんな人に名張で元気になってほしい」といったメンバーの熱い思いが現れていました。



次回ワークショップ最終回(10月9日開催予定)
名張のブランドイメージの行方は？

住民税非課税世帯などが対象 給付金の申請は10月末まで

「電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金」(3万円)の申請締切は、**10月31日**までです。対象者は申請をお忘れなく!

- 対象** ①令和5年度住民税非課税世帯 (案内文書を送付しています)
- ②1月以降に予期せぬ理由で家計が急変した世帯(条件を満たす必要あり)

◎申請方法や条件など、詳しくは問合先へ

問 市重点支援給付金担当 ☎ 41 - 0520



市HP

年金 扶養親族等申告書が届いたら 10月末までに提出を

- 65歳未満で年金額が108万円以上の人
- 65歳以上で年金額が158万円以上の人

令和6年分 公的年金等の受給者の 扶養親族等申告書が届きます

※障害年金、遺族年金の人には届きません

必要事項を記入して、**10月31日**までに日本年金機構へ郵送で提出してください。

※各種税控除の該当がない人は申告書の提出は不要です

ご注意ください

この申告で、翌年中に受給する年金額にかかる所得税の源泉徴収額が決まります。

提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収額が多くなる場合があります。

※年金以外に収入がある人は、確定申告が必要な場合あり

問 扶養親族等申告専用ダイヤル

☎ 0570 - 081 - 240 / 03 - 6837 - 9932

税 会計・申告などでお悩みの人へ 「無料税務相談会」を開催

日時 ①11月11日(土) ②12月9日(土)
両日とも午後1時30分～4時30分

場所 ①アスパ3階(南町)
②ハイトピア伊賀3階(伊賀市)

対象 伊賀地域に在住・在勤の人

定員 各日6組程度 ※1組30分、完全予約制

◎申込方法など詳しくは問合先へ

問 東海税理士会上野支部 ☎ 51 - 0932

(平日 午前9時～午後3時/水曜日除く)

市税の納付が困難な人はご相談を

11・12月は差押強化月間です。期限までに納税しない人に、差押えを含む滞納処分を実施します。**納期限までの納税が困難な人はご相談ください。**

問 収納室 ☎ 63 - 7439



市HP 税ごよみ

第53回名張市社会福祉大会

10月28日(土) 午前10時から、福祉功労者の表彰式を顕彰者と関係者で実施します。

問 市社会福祉協議会 ☎ 63 - 1111

三重大学医学部医学科推薦入試 「地域枠B」推薦希望者募集

推薦要件 地域医療に携わる医師を確保するために、①～④の要件を全て満たす人を推薦しています。

- ①三重大学の推薦要件を満たす
 - ②出願予定者を扶養している人が市内に3年以上居住している
 - ③卒業後、市の地域医療に貢献することを確約できる
 - ④臨床研修後、指定する診療科(内科、外科、救急科、総合診療科)の医師として勤務すること
- ※④の要件は令和6年度入学者から適用

推薦枠 2人以内 **選考方法** 面接

申込 10月11日(火)～31日(火)(必着)に、推薦依頼書などの必要書類を、学校を通じて、問合先へ持参または郵送

問 医療福祉総務室 ☎ 63 - 7579



学生募集要項

成人の心肺蘇生、AED取扱いなど 普通救命講習I 受講者募集

日時 10月29日(日) 午前9時～正午

場所 防災センター(鴻之台1)

対象 市内在住・在勤の12歳以上の人

定員 20人

※先着順、受講無料

申込 10月12日(火)～22

日(日) 午前9時～午後9

時に消防本部、各署所

で直接か、市HPにある申込フォームから申込。電話申込不可

問 消防本部 救急室 ☎ 63 - 0997



ケンコーマイレージ対象



市HP

農薬などに頼らない野菜づくり 「自然農法セミナー in 名張」

講座日時/内容

▼10月21日(土) 「土づくりの考え方」

▼12月16日(土) 「硝酸態しょうさんたいについてまとめ」

◎いずれも午前10時～正午

場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)

講師 板坂 康行さん(株式会社MOA商事 自然農法普及員)

参加費 1回1人900円 ※申込不要

問 食と健康を考える会(中嶋) ☎ 64 - 6332

健脚向け約12kmのコース 錦生ウォーキング大会

日時 10月29日(日) 午前9時～午後2時30分

※午前8時30分受付開始

集合場所 錦生市民センター

※駐車場は、旧錦生小学校運動場

定員 100人 ※先着順、参加無料。小学生以下は保護者同伴

申込 10月10日(火)～23日(月)に、電話かファクス(63 - 3636)で問合先へ

問 錦生市民センター ☎ 63 - 0252



錦生市民センターから茶臼山山頂、「日本の里100選」深野を目指します!

市内在住ならどなたでも参加OK! 令和5年度 美旗市民大学講座

▶「第二次天正伊賀の乱と美旗の中世城館を語る」

日程 10月31日(火)

講師 松鹿 昭二さん(伊賀中世城館調査会 会長)

▶「美旗の中世城館を巡る(現地学習)」

日程 11月7日(火) ※要申込。申込は問合先へ

講師 松鹿 昭二さん(伊賀中世城館調査会 会長)

▶「伊勢国司 北畠氏について」

日程 令和6年2月27日(火)

講師 小林 秀さん(県総合博物館 学芸員)

時間 いずれも午後1時30分～3時30分

場所 美旗市民センター

問 美旗市民センター ☎ 65 - 3007

「認知症の人と家族の会」 つどい・交流会

日時 10月24日(火) 午後1時30分～4時

場所 伊賀市役所

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、事前に問合先へ

問 地域包括支援センター ☎ 63 - 7833

◆11月は「児童虐待防止推進月間」

「虐待かな」と思ったらご連絡ください(秘密厳守)。

児童相談所全国共通ダイヤル

24時間対応/通話無料

いちはやく
☎ 189

◆11月12日～25日は 「女性に対する暴力をなくす運動」期間

DVに関する女性からの相談をお受けします(秘密厳守)。

女性DV相談 ☎ 63 - 2517 平日 午前8時30分～午後5時

問 子ども家庭室 ☎ 63 - 7594 / 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63 - 7559

ライトアップで啓発呼びかけ

児童虐待防止のシンボル「オレンジリボン」と、女性に対する暴力根絶のシンボル「パープルリボン」の色で保健センターをライトアップし、児童虐待防止と女性の人権尊重を呼びかけます。

日時 11月1日(日)

午後5時45分～7時30分

※雨天時翌日延期

場所 保健センター壁面(朝日町)



施設ご利用ガイド

11月



ads ホール

(青少年センター) ☎ 64-3478

■ 桜丘祭(桜丘中学校・高等学校学生発表会)

日時 11月2日(木) 午前10時~午後3時

◎入場無料

☎ 桜丘中学校・高等学校事務局 ☎ 38-1201

■ Maebun Piano Concert 2023

日時 11月3日(金・祝) 午後2時~4時

◎入場無料

☎ 有限会社前田文具 ☎ 63-0159

■ 森ルリ子ジャズダンススタジオ発表会

日時 11月5日(日) 午後2時~3時30分

◎入場無料

☎ 竹内由里子 ☎ 080-3636-5763

■ 名張市観阿弥顕彰会創立55周年記念事業

名張市市制施行70周年記念事業

~観阿弥創座の地 名張~ 名張能楽公演

日時 11月18日(土) 午後2時~4時

※整理券の配布は終了しました

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892

■ adsホール映画上映会「銀河鉄道の父」

日時 11月19日(日) 午後2時~

4時10分 ※午後1時30分開場

入場料 900円(自由席)

◎adsホール、岡森書店白鳳店で

チケット販売中

☎ adsホール ☎ 64-3478



■ 名張学園祭

名張市にゆかりのある若者を中心に学園祭を開催!ダンスや舞台発表のほか、隣の朝日公園にはキッチンカーも出店します!

日時 11月23日(木・祝) 午前10時~午後4時

◎入場無料

☎ 名張地区まちづくり協議会 ☎ 64-2605

参加者募集

第23回 大人たちのdoki dokiコンサート

趣味で音楽を楽しんでいる皆さん、日頃の成果を披露しませんか?



開催予定日 令和6年2月25日(日)

対象 20歳以上のソロ・アンサンブル

参加費 1人 8,000円、2人 10,000円

◎3人以上は問合先へ

申込 11月12日(日)までに、adsホール(松崎町)にある申込書に参加費を添えて窓口へ

◎申込書はHPからも出力可

☎ adsホール ☎ 64-3478



武道交流館いきいき

☎ 62-4141

■ 初めてのリンパストレッチ

ストレッチでリンパの流れをよくして、余分な水分や老廃物の排出を促します。

日時 11月10日・17日・24日、12月8日・15

日・22日 ※いずれも金曜日 午後2時~3時

定員 15人 ※先着順 料金 4,200円(全6回)

持ち物 ヨガマット(バスタオル)、運動できる服装、タオル、飲み物

申込開始日 10月20日(金) 午前9時~

◎申込など詳しくは、武道交流館いきいきへ



マツヤマSSKアリーナ

(総合体育館) ☎ 63-5339

■ 11月の一般公開

(利用料:120円 ※中学生以下60円)

・バドミントン...1日(水) 午前9時~正午

・卓球...10日(金) 午前9時~正午、

16日(木)・22日(水) 午後1時~5時

■ パーソナルトレーニング

肩や膝が痛いあなたにおすすめ!

完全予約制(午前9時~午後0時30分、午後4時~8時)

料金 30分 3,000円、60分 6,000円

持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、飲み物、タオル

◎申込など詳しくは、マツヤマSSKアリーナへ



やなせ宿

☎ 62-7760

休館日:月曜日

祝日の場合翌日

■ 「ふる里の情景を撮る」写団なばり

日時 10月25日(水)~11月23日(木・祝)

午前9時~午後5時(最終日は正午まで)

■ ゲームマスター養成講座「アナログゲーム」

アナログゲーム(カードや駒などを使って遊ぶゲーム)の楽しみ方を学べます。

日時 11月16日(木)

午前10時~正午

対象 18歳以上

定員 12人 ※先着順、参加無料

申込 10月29日(日) 午後5時までに、名張伊賀ふれあい音楽舞(☎090-3582-0761)へ



■ 女性に対する暴力をなくす運動パネル展

日時 11月24日(金)~12月7日(木)

午前9時~午後5時

(初日は正午から、最終日は正午まで)



リバーナホール

☎ 62-7388 (福祉まちづくりセンター)

■ 名張市美術作家協会秋季展 併 チャリティ展

日時 11月16日(木)~19日(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)



自他尊重の職場づくりを
人権啓発企業研修会 開催

テーマ

職場のハラスメントとメンタルヘルス
~対策と対応で生き生き環境改善~

日時 11月10日(金) 午後3時~5時

場所 市役所1階 大会議室

講師 窪山 幸雄さん(大阪企業人権協議会 専任講師 産業カウンセラー)

定員 80人 ※参加無料

申込 11月6日(日)までに問合先へ

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7909



イクボスのマネジメント力向上
ワーク・ライフ・バランス企業研修

テーマ

イクボスで成果と笑顔が共にアップ
~誰もが活躍できる職場 活躍させる上司~

日時 10月16日(月) 午後1時30分~3時30分

場所 市役所1階 大会議室

講師 徳倉 康之さん(NPO法人ファザーリング・ジャパン理事、香川大学大学院特命准教授)

対象 ワーク・ライフ・バランスに関心のある人、「まちじゅう元気!イクボス宣言なばり」賛同事業所の経営者・管理職・人事担当

定員 100人 ※参加無料、申込不要

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7559



三重県最低賃金改定
時間額973円に引き上げ

10月1日から、県内で働く全ての労働者に適用されます(特定の産業に該当する事業場で働く労働者には特定最低賃金が適用)。

◎中小企業支援などあり。詳しくは、問合先へ

☎ 三重労働局労働基準部賃金室

☎ 059-226-2108



国が運営する退職金制度
「中小企業退職金共済」

単独で退職金制度を持つことが難しい中小企業が、従業員(パート含む)の退職金のために加入する退職金制度です。

☎ 中小企業退職金共済事業本部

☎ 03-6907-1234



宝くじの助成金で
備品を整備しました

(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を行っています。この事業により、蔵持地区まちづくり委員会と百合が丘東9番町自治会が活動備品(音響機器、チェーンソーなど)を整備しました。



☎ 地域経営室 ☎ 63-7484

「気にせんよ」じゃあ、ない!

私は23年前、三重県内に越して来ました。あと一週間ほどで引越しようころ、雑談していた知人から、「今度の引越して先って被差別部落なんだろう」と尋ねられました。私にとつてはまったく寝耳に水の話だったのですが、「ふーん、そうなん? でも、別に気にせんよ」と答えました。実際気にもしていませんでしたし、「今どき部落差別なんて、何言ってるんだ」という思いもあつたからです。その時は...

でも、実際に新しい住まいでの生活が始まりしばらくしたころ、私はあることに違和感を覚えます。自分の住所を書くこと、口にすることをためらう私がそこにいたのです。当時、私の自己紹介は、「こちらに越してきました」で始まりました。この被差別部落の生まれではないことを強調していたのです。なぜ? 被差別部落の人間と思われて、部落差別の対象にされたくないという一心だったので。被差別部落の人間かどうかは、その人がそこに生まれたかどうかだけではなく、今、そこに住んでいるか、以前、住んだことがあるか、両親はどうか、祖父母はどうか、さまざま「基準」によって「認識・認定」されます。これは多くの意識調査でも明らかになっていきます。いくら「引越してきた」といったところで、被差別部落出身の人間とみなされれば差別の対象になり得るのが部落差別です。あの時の知人への、「別に気にせんよ」という私の一言は、「部落差別なんて部落出身でない自分には関係ない、そんなこと気にもならない」という、部落差別の存在を知りながら、それを傍観(容認)することにも感じないという差別心そのものだったのです。この気付きは私にとって大きな転機になりました。部落差別を関係ないと言いつつ、自らに關わると思えばいとも簡単に差別する側に立つ、そんな差別心を持った自分自身を見せつけられた私。「それでいいのか? どう克服するのか?」を自らに問い、生き方につなげるこの大切さを考えさせられました。人と人の関係で成り立っている社会。その一員である私たちにとって「別に関係ない、別に気にしなくてよいこと」なんて、実は存在しないのではないのでしょうか。

ひまわり No. 523

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

別々の存在を知りながら、それを傍観(容認)することにも感じないという差別心そのものだったのです。この気付きは私にとって大きな転機になりました。部落差別を関係ないと言いつつ、自らに關わると思えばいとも簡単に差別する側に立つ、そんな差別心を持った自分自身を見せつけられた私。「それでいいのか? どう克服するのか?」を自らに問い、生き方につなげるこの大切さを考えさせられました。人と人の関係で成り立っている社会。その一員である私たちにとって「別に関係ない、別に気にしなくてよいこと」なんて、実は存在しないのではないのでしょうか。

子ども向けイベントやキッチンカー
なばり元気発信フェスタ2023

クレーンを使った子ども向けのイベントや、私立中学校・高等学校の入試説明会などを開催。百合が丘こども和太鼓隊「結」の演奏や、しゃぼん玉おじさんのショーもあります!
日時 11月5日(日) 午前9時~午後4時
場所 マツヤマSSKアリーナ周辺(夏見)
◎参加無料、申込不要
☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100

絵本を通して楽しい時間を!
しんちゃんの絵本ライブ

『ほがらか絵本畑』のしんちゃんこと三浦 伸也さんを招いて、楽しい絵本ライブを開催! ◎参加無料
日時 11月29日(水)
午前10時30分~11時30分
場所 防災センター(鴻之台1)
対象 市内在住の親子、子育て支援者
申込 10月31日(火)~11月22日(水)に、電話、こども支援センターかがやきの窓口で申込
※1歳未満のお子様をお連れの方は、おくるみかバスタオルをお持ちください
☎ こども支援センターかがやき ☎ 67-0250

子どもが安心して過ごせる場所
放課後児童クラブのご案内

各小学校区に放課後児童クラブがあり、地域の皆さんで組織された運営委員会が運営しています。入所方法など詳しくは各クラブへ
開設時間(原則)
▶授業のある日...下校時~午後6時
▶授業のない日...午前9時~午後6時
※土・日曜日、祝日など開設しない日があります。
☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594



集まれ! 未来の消防士&街を守る消防団
消防フェスタ

11月11日(土) 午前10時30分~午後3時

場所 市消防本部(鴻之台1) ※市役所駐車場をご利用ください

パワーアップして4年ぶりに帰ってきたぜ!



「ちびっこ消防車」、「ちびっこ救助隊」、「非常食試食体験」など、消防フェスタならではのイベントが盛りだくさん!
ステージでは、消防団員と吉本芸人によるトークショーや、へっぽこラジオ体操、アンシンダーがパフォーマンス! 消防隊のリアルな活動を見ることができる伊賀市消防本部との合同訓練も必見です!



消防士 YouTuber による案内動画もぜひご覧ください!

☎ 市消防本部 予防室 ☎ 63-1412

名張クリーン大作戦20周年イベント
みんなで守ろう 名張のエコ自然

楽しみながら名張の自然を学べる展示やブースが盛りだくさん! 市長秘書のオオサンショウウオ「弥助」も来るよ!
日時 11月12日(日) 午前11時~午後3時
場所 イオン名張店3階(元町)
◎詳しくは市HPで
☎ 環境対策室 ☎ 63-7496



11月18日・19日は入館無料!
名張藤堂家邸跡・夏見廃寺展示館



「関西文化の日」の11月18日(土)・19日(日)は、名張藤堂家邸跡と夏見廃寺展示館の入館料が無料に!
開館時間 いずれも午前9時~午後5時
☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892



11月の相談



詳細は市HP

記載の電話番号は、問合先です。
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	10日 午前10時～午後4時	市役所 63-7416
	交通事故相談	2日 午後1時～3時	
	行政相談	16日 午後1時～3時	
	司法書士相談	17日 午後1時～4時	
	行政書士相談	22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	
	法テラス法律相談 ※要予約	7日 午後1時～4時	
女性弁護士による法律相談 ※要予約	10日 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	14日 午後1時30分～4時 21日 午後1時30分～4時	人権センター 63-0018
	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 (3日 全祝除く)	男女共同参画センター 63-5336
	男性のための相談 ※予約優先	9日 午後5時～7時	
	メンタルヘルス相談 ※要予約	16日 午前10時～正午 28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
福祉・年金	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
	年金相談 ※1か月前～1週間前までに要予約	14日・28日 午前10時～午後3時	アスピーア (津年金事務所出張相談) 059-228-9112
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	アスピーア 22-0039
育児	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
	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	22日 午前9時30分～10時30分 受付	保健センター 63-6970
	離乳食教室	22日 午後1時30分～3時	
	助産師による母乳・育児相談 ※要予約	10日 午前10時～午後1時30分 17日 午後1時30分～	
教育	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
健康・医療	がん・難病相談	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
	食生活・健康相談	7日 午前9時～11時	健康・子育て支援室 63-6970
	新型コロナ 症状などの相談	24時間受付	受診・相談センター (伊賀保健所内) 24-8050



子ども支援センター かがやき



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 予約不要
(まずはここに参加しよう！)
11月17日 午前10時30分～

▼親子で遊ぼう「音楽工房リトミック」
11月7日 午前10時30分～/11時～
※10月17日～予約受付開始 各8組限定

▼健康相談・歯科相談・栄養相談
11月15日 午後2時～3時

▼助産師による「安心育児・おっぱい教室」
11月2日・9日・16日・30日
午前10時～(予約不要)/午後1時30分～(事前予約制・3組限定 ※個別相談のみ)

☎ 子ども支援センターかがやき ☎ 67-0250

使い忘れないで！ なばりくらし応援商品券 10月末で利用期間が終了！

☎ 商工会議所 ☎ 63-0080

10/31までのご利用を！

商工会議所 HP

なばりん検定 解説編

お子さんと一緒に、P16「なばりのあれこれ知ってQ」からお読みいただくと、より一層お楽しみいただけます。

川瀬巴水「赤目千手の瀧」

海外でもファンが多い版画家として知られる川瀬巴水(1883-1957)は、紅葉の赤目四十八滝を題材に、「赤目千手の瀧」を制作しています。

実は、この作品、米アップルコンピュータの創業者であるスティーブ・ジョブズが愛した作品として知られています。少年時代のジョブズが、友人の家で「赤目千手の瀧」など巴水の作品に出会い、一目ぼれ。後年、東京の画廊でこの作品を注文したそうです。この秋、ジョブズの美的センスをくすぐった版画の題材「赤目四十八滝」で創作活動なんていかがでしょうか？

川瀬巴水は観光協会HPでも紹介中

伊賀地域 二次救急 実施病院 11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【かかりつけ医を持ち、早めの受診を！】

◎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

日	月	火	水	木	金	土
			1 岡	2 名	3 上	4 名
5 名/岡	6 岡	7 名	8 岡	9 名	10 上	11 上
12 岡	13 岡	14 上	15 岡	16 名	17 上	18 名
19 名/岡	20 岡	21 名	22 岡	23 名	24 上	25 上
26 岡	27 岡	28 上	29 岡	30 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)

〔救急車で搬送以外は必ず事前連絡を〕
救急車の適正利用をお願いします

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

小児救急

▶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く

☆三重県救急医療情報センター (☎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)
※日曜・祝日・年末年始(12/31～1/3)は24時間対応

人口と世帯数

人口 75,428人 (-51人) 令和5年9月1日現在
世帯数 34,866世帯 (-12世帯) ()は前月比

…というわけで、P16の答えは①でした。

なばりのアレコレ
知ッテQ
「なばりん検定」に、親子でチャレンジ!
↑カコ間



今年で4年目!「幽玄の竹あかり」のヒミツ

放置された竹林を整備し、地域や学校など環境学習の場で竹あかりを制作。赤目滝で観光客に喜んでもらい、収益の一部を活動費に一。幽玄の竹あかりは、そんな持続可能な循環を生み出す「なばり竹あかりSDGsプロジェクト」の一環として始まったよ。



紅葉シーズン到来!紅葉の赤目滝は、葛飾北斎などと並び海外でも評価が高い川瀬巴水(版画家)も題材にしているんだけど、その作品を愛した世界的な著名人とは? **答えはP15**

① スティーブ・ジョブズ ② リンゴ・スター ③ ハイヒールリンゴ



赤目溪谷
幽玄の竹あかり

10月21日(土) ~ 令和6年1月28日(日)

※点灯時間は時期により異なります。詳しくは赤目滝HPをご確認ください。

12月1日(金)以降は、金~日曜日、祝日のみ開催

渓谷内入場料 大人600円、小中学生300円 ◎有料駐車場あり
※入山料、なばり竹あかりSDGsプロジェクト活動費含む



赤目滝HP

大学生が赤目滝を活性化!10月22日は縁日イベント

市内各所で地域づくりについて学んでいる追手門学院大生による、竹あかりの端材を使った水鉄砲や、輪投げの縁日などのイベントを赤目四十八滝で10月22日(日)に開催。ご家族みんなで遊びに来てね!

☎ 赤目四十八滝渓谷保勝会 ☎ 41-1180

編集後記 広報なばりへのご意見・ご感想はこちらから

講演に心打たれ、藤原さんが前向きになれた心の動きを広く伝えたいと感じました。「こうすべき」という考え方は、時に自分を疲弊させます。私も、多様な人とのつながりの中で、寛容な心を育てていきたいですね。(特命係長)

ステイホームダイアリーに私も参加。普段、関わりがない人だからこそ、交換日記の中では、素直に自分らしさが出せます。「自分」を再確認できるきっかけにも。皆さんは「自分らしさを出せる居場所」ありますか?(DJ)

学校や職場で人と接していても、心の中で孤独感を感じている人がいるかもしれません。周りには、いろんな人がいること、自分の居場所は今の場所だけではないことを皆さんに知ってもらいたいです。(くま)

まちのイラストを描かせてもらいました(P8~9)。名張には、人とつながることができる場所がたくさんあります。紙面で紹介できたのはほんの一部。皆さんが「自分の居場所」を見つけられることを願っています。(はる)

観阿弥創座の地名張 第54回 観阿弥祭

JAいがふるさと南部カントリーエレベーター(駐車場) 小波田バス停



会場 観阿弥ふるさと公園



日時 11月5日(日) 午前10時~11時30分

名張は能の大成者・観阿弥が初めて座をおこした地です。毎年11月、木々に囲まれた能舞台で「観阿弥祭」を開催。能楽愛好者団体による謡曲や仕舞、「名張子ども狂言の会」の狂言などが披露されます。

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892

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

庭木管理 消毒/肥料/剪定/造園他 トゥルー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

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** 見積り無料

KawaraSho 屋根、リフォーム全般 かわらぶぎ一級技能士、一級建築士在籍

〒518-0752 三重県名張市蔵持町原出581 TEL0595-61-2204 FAX0595-62-0250

散水調査などを行い、雨漏りの原因を徹底説明(無料)し、お見積りします!

止まらない雨漏りは無い

情熱リノベーション

0120-246-194 雨漏り専門修理 5,000件の調査実績 10年間無料メンテ

代表 小川 雨漏り診断士 水谷

【本社】津市久居野村町515-3

近畿大学 近畿大学工業高等専門学校 **市民公開講座**

令和5年 10/28(土) 10:30~12:00 受講無料

第1部 芭蕉・其角・西鶴
(講師)北村 純一/作家・一般社団法人日本ペンクラブ 会員
同時代の元禄の世に活躍した俳諧師三人の生きざま・俳句・交流。一人は「古池や蛙飛び込む水の音」の句で有名な伊賀出身の俳聖松尾芭蕉。次に「好色一代男」「世間陶算用」の作者として有名な小説家にして俳諧師でもあった井原西鶴。そして芭蕉の一番弟子で西鶴と友人だった奇才宝井其角。

第2部 方言とコミュニケーション~ことばの「使い方」の地域差~
(講師)山本 空/近畿大学工業高等専門学校 総合システム工学科 講師
方言という「大阪では「ありがとう」を「おおきに」と言う」といったような、「ことばの形」や発音の違いを思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。もちろんそれらも方言ですが、ことばの形や音声にあらわれない地域差も存在します。そのような「ことばの使い方」の地域差についてお話できたらと思います。

会場:近畿大学工業高等専門学校 1号館 大教室 Tel:(0595)41-0111
〒518-0459 三重県名張市春日丘7番町1番地 https://www.ktc.ac.jp

右記QRコードまたはお電話にてお申込み下さい。(当日参加可)

第27回 2024年度 参加費無料 当日参加校 資料参加校

私立中学校・高等学校 ●中学校 21校 ●高校 29校 ●中学校 18校 ●高校 20校

入試説明会 11月5日(日) 12:00~16:00

※上記時間内のご都合のよい時間でご参加いただけます。

昇英塾 ☎0120-37-5955 https://www.syoiei.ed.jp/ (受付時間) 土日祝を除く10時~12時30分、13時30分~17時

お申し込みフォームはこちら

- ◎教育講演会 元西大和学園学長 平林 春行先生
- ◎学研の科学実験教室
- ◎無料体験コーナー (QUREOプログラミング教室 子ども英語教室 Lepton オンライン理社 など)
- ◎謎解きチャレンジクイズ