

広報なばり

3

NO.1294

おな
みんな同じまちの
な か ま
仲間です！

おいでよ！
たぶんかきようせい
多文化共生センター

今月のナバリスト 多文化共生センター (NabiChan) 松崎瑠美さん
NabiChan 交流サロン (テーマ：ブラジル) に参加した皆さんと

外国人だからと気負わずに、 まずは日本語であいさつしてみよう！



多文化共生センター（NabiChan）サポーター
橋爪 博志さん 宇野 智子さん 福永 伸一さん

私たちは日本語教室のボランティア講師や交流イベントのスタッフ、外国人に災害対応や防災を伝える「名張外国人防災リーダーズ」などで、外国人住民をサポート。外国人住民と友だちになるつもりで接しています。帰国したからとお土産をくれたり、友だちを連れて遊びに行くと言ってくれたりする日本語教室の生徒さんもいるんですよ。

仕事以外で日本人と関わる機会がほとんどない、という外国人も多いんです。近所に住む外国人と出会ったら、ぜひ声をかけてみて！「外国人だから」と気負わずに、日本語でいいのでまずはあいさつから。困っていたら、多文化共生センター（NabiChan）を教えてください。

外国語で会話できなくても… 「やさしい日本語」なら 通じやすい！

「やさしい日本語」とは、難しい言葉を言い換えるなど、相手に配慮した分かりやすい日本語のこと。やさしい日本語で、近所の外国人とコミュニケーションをとってみませんか？

「やさしい日本語」で伝えるポイント

- ゆっくり話す
- 1文を短く区切って話す
- 最後まではっきり言う
- あいまいな表現はしない
- 難しい言葉は言い換える
- 敬語は使わず「です」「ます」を使う
- 方言やカタカナ語は避ける
- 写真や実物を見せて伝える

言い換え例

「土足厳禁」→「靴を脱いでください」
「両親」→「お父さんとお母さん」
「キャンセルする」→「やめる」

名張が大好き！ずっと住み続けたい

日本のアニメや文化が大好きだから、息子を日本で育てたくて名張に。最近、家族を守るための知識をつけようと、「名張外国人防災リーダーズ育成研修」にも参加しました。私が学んだ防災の知識を名張に住む中国人に伝えたいです。

隣のおばあさんが作った野菜を分けてくれたり、お祭りの時にお菓子をくれたりと、とても親切で嬉しいです。自然豊かで静かな名張が大好き！名張に家を買ったので、ずっと住み続けたいです。



卓 上斌（タク ショウヒン）さん＝写真左 ご家族



中国出身

名張で
暮らす

あいさつから始めよう！ 外国人とのお付き合い

市では、「互いの違いを認め合い 共に支え合い 誰もが元気で 幸せに暮らせるまち 名張」を目指して、多文化共生のまちづくりを進めています。みなさんも同じまちに住む仲間として、ぜひ近所の外国人に声をかけてみて！外国人住民とのコミュニケーションに困ったら、多文化共生センター（NabiChan）がお手伝いしますよ。 ☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63・7909

名張市
多文化共生
指針



名張で暮らす外国人住民は…

39 カ国 1,353 人

（令和7年2月1日現在）

名張に住む外国人に
インタビュー！

日本に住んで困ったのは言葉の壁

技能実習生として日本で学んだ後ベトナムに帰ったのですが、やっぱり日本で暮らしたくて名張に。日本に住んで困ったのは言葉の壁。今は日常会話はできますが、病院での会話などが心配なので、日本語教室に通っています。

会社の人はいつも親切で、「生活のことで困ったら相談してね」と言ってくれます。これからも名張に住みたいので、ベトナムに残してきた妻と子どもを今年中に呼ぶつもりです！



ベトナム出身



レー・ハイ・タイン さん

名張で色々な人と交流したい！

技能実習生として名張に来て、冬の寒さにびっくり。でも、名張は安全で静かなまちなので、大好きです！困っていることは特にはないですが、日本語はアクセントが難しく言葉の意味が分からないこともあるので勉強中。ひらがな・カタカナは読めますよ！

名張に住んでいて、周りの人が優しくしてくれるのが嬉しいです。分からないことを親切に教えてください。毎日が楽しい！これからも名張で色々な人と交流したいです。



フィリピン出身



ヘルビット・チャリサ・カルクイバ さん（左）
クバル・マリサ・アバド さん（右）



外国人住民や地域住民をサポート！ 名張市多文化共生センター

NabiChan では、相談対応や通訳・翻訳、多言語による情報提供など、外国人住民と地域住民をサポートします。近所の外国人が困っていたら、ぜひ NabiChan を紹介してくださいね。

外国人住民の皆さんへ

NabiChan では、名張に住む外国人や日本人となかよくなれるイベントをしています。外国人住民のための教室もあります。困ったときは NabiChan に相談してください。



ホームページ

学習支援教室

毎週土曜日 10:00 ~ 12:00
外国につながる子どもたちに、学校の宿題などを教えています。



先生が優しく教えてくれるから、とても楽しく勉強できます！勉強以外にも色々おしゃべりしたり、休憩中にカルタやトランプで遊んだりして、先生とも仲良し。学習支援教室が大好きだから、いつも来るのが楽しみ！



学習支援教室の生徒
恵美さん 愛理さん

日本語で教えます。あなたもぜひ先生に！

NabiChan の学習支援教室や日本語教室のボランティア講師のほか、伊賀市の外国人向け学習支援にも協力しています。サポーターになったのは、外国人住民が日本語を理解できるようになる手助けがしたいと思ったことがきっかけ。外国の文化や歴史に興味があるので、これからも積極的に関わっていきたいです。

教えたいことがうまく伝わったり、「分かった！」と笑顔を見せられると嬉しい！日常生活で使わない単語や言葉の小さな違いが難しいようなので、絵を見せて詳しく伝えるなど工夫して教えています。基本は日本語で教えるので、誰でも先生になれます！国際交流や外国人支援に興味があるなら、まずは学習支援教室の先生から始めてみては？



NabiChan サポーター
岡田 彩花さん 拓己さん
(大学3年生)

国際交流に興味がいいたら…ぜひサポーター登録を！

NabiChan のサポートをしていただける人を随時募集しています。国籍は問いません。通訳・翻訳のほか、イベントのお手伝

い、日本語教室や学習支援教室の講師など、外国語が話せなくてもできる活動も！ご協力いただける人は、多文化共生センターにご連絡ください！

なびちゃん NabiChan



☎ 0595 - 64 - 6711

開館時間：9:00~17:00
休館日：月曜日・年末年始

なばりえ
Navarie2階
市民情報交流センター内

困ったことがあれば
いつでも相談してね！

外国人の立場から
相談のりますよ！



多文化共生センター（NabiChan）職員

まつざき るみ
松崎 瑠美

にん ぶんせい
任 文静（中国出身）

日本語教室

曜日・時間は相談可
（基本は毎週土・日曜日）



休憩時間は楽しくおしゃべり！

入門・初級レベルを中心に、日本語を教えています。日本語のレベルに合わせて、市内の他の日本語教室も紹介しています。

交流サロン

偶数月の第3日曜日
10:00 ~ 12:00

様々な国をテーマに開催する交流サロン！

2月はブラジルについて紹介し、お菓子やゲームを楽しみながら、外国人住民と日本人住民が交流しました。

誰でも参加OK！気軽に交流しましょう！



2月の交流サロンでは、中国人の子どもたちがダンスを披露してくれました！



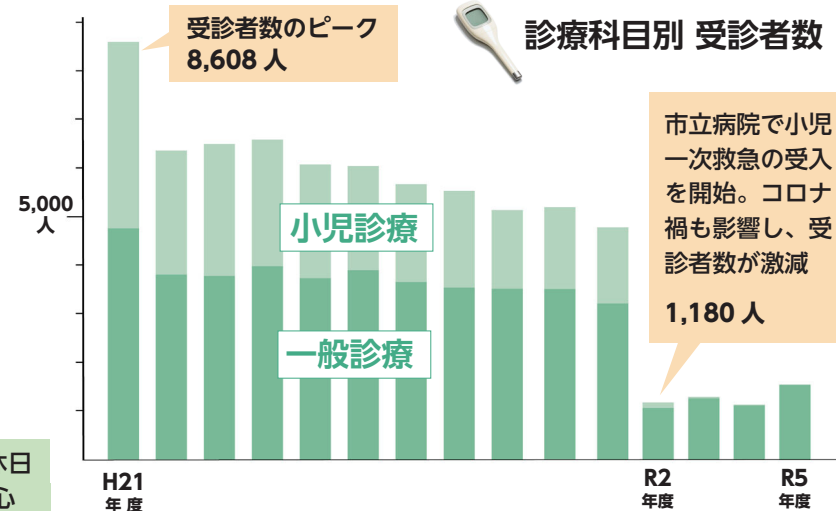
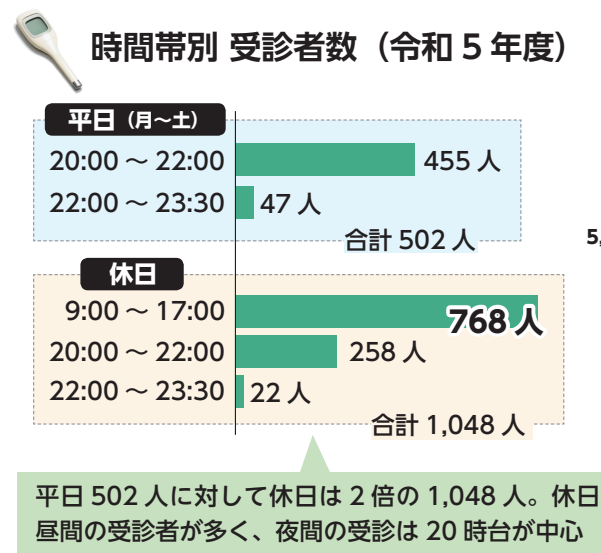
NabiChan ワールドフェスタ



ベトナムの伝統的な遊び「オー・アン・クアン」

外国や日本の伝統的な遊びを楽しんだり、各国の民族衣装を着てみたりと、外国や日本の文化体験や交流が楽しめる国際交流イベント！

昨年11月に開催したイベントには、外国人と日本人合わせて100人以上が参加しました。



医師確保が困難な中、受診者数は減少。 持続可能な運営に向け、診療時間を見直し

医師の高齢化が進み、応急診療所の当番医師の確保が課題となっています。今年度からは、名賀医師会により、当番医師の年齢上限を 70 歳から 75 歳に引き上げていただきました。三重大学医学部附属病院や市立病院などからも医師の派遣を受けてきましたが、医師の働き方改革もあり、今後の見通しが立たない状況です。

なんとか医師を確保しようとする一方で、応急診療所の受診者は減少していて、平日夜間の受診者数は 1 日平均 2 人を下回り、月に平均 7 日程度は受診者がいない状況が続いています。



市と名賀医師会で話し合いを進める中、持続可能な運営を目指し、4 月から、応急診療所の診察時間を見直すことになりました。市民の皆さんには、大変ご不便をおかけしますが、4 月からは「受診が必要かどうか」などの相談に医療従事者が電話で応じる「救急・健康相談ダイヤル 24」も実施予定ですので、気になる症状があれば、早めの受診を心がけていただきますよう、お願いします。

医療福祉総務室
地域医療・福祉監査担当室長 阪本

こうした中、当番医師の確保や受診者数の減少などを総合的に判断し、4 月から応急診療所は「休日のみ」の対応とさせていただきます。

早めの受診を心がけて

応急診療所はあくまで、応急的に処置・投薬を行う施設です。検査などの設備も整っていないので、病状の原因の診断までは難しいのが実情です。

もちろん、緊急に治療する必要がある場合は、二次医療機関を紹介しますが、これまで通り、気になる症状があれば、早めにかかりつけ医で受診いただくことが大切です。



4月から、 「休日のみ」診療します



当番医師の確保や受診者数の減少などを総合的に判断し、
応急診療所の平日診療と小児科を廃止します。

☎ 医療福祉総務室 ☎ 63・7579

	令和 7 年 3 月まで	4 月以降
診療科目	内科・小児科	内科のみ
診療時間	月～土曜日 20:00～23:00 日曜日・祝日・年末年始 9:00～12:00 15:00～17:00 20:00～23:00	月～土曜日 ※診療なし 日曜日・祝日・年末年始 9:00～12:00 17:00～20:00

- ▶ 受付は診療終了時刻の 30 分前まで
- ▶ 発熱や風邪症状のある場合は事前にご連絡ください。
- ▶ 小児救急（外科を除く）は、名張市立病院「小児救急医療センター」が 24 時間 365 日対応します。



応急診療所の果たす役割

救急車を呼ぶほどではないけれど、かかりつけ医に連絡がつかない、翌朝や休日明けまで家で様子を見ているのは心配…。そんなときに頼りになるのが、応急診療所です。

応急処置で対応可能な軽症患者が市立病院などの二次救急に集中すると、命に関わる重症患者への対応が遅れる場合も…。医師不足が深刻化する中、二次医療に携わる医師の負担を軽減し、地域医療を守っていくためにも、応急診療所は大きな役割を担っています。

医師の高齢化と受診者の減少

応急診療所の診療は、名賀医師会と名賀保険薬局会の協力により、医師、薬剤師、看護師（2 人）、医療事務、案内の 6 人体制で運営しています。

そのうち医師は内科など様々な分野の約 40 人が交代で担当していますが、医師の高齢化に伴い、当番医師の確保が課題となっています。一方で、小児科の一次救急を市立病院でも受け入れることとなった令和 2 年度以降、応急診療所の受診者が激減しています。



人形を用いた分娩介助の実技練習を受ける救急隊員

出産の不安を軽減させたい

救急隊員を対象とした分娩介助研修 (2/5)

市は、出産予定日などを事前に登録いただく「妊婦情報事前登録制度」を2月にスタート。出産の兆候が始まり急を要する状態となった際に、登録情報をもとに救急車で迅速に搬送します。

こうした中、妊婦の搬送中に必要な知識と技術を高めていこうと、2月5日、救急隊員を対象とした研修を実施。助産師から分娩について学んだり、分娩介助や難産時の対応を確認したりしました。今後もあらゆる場面で、できる限り妊娠や出産をサポートできるよう取り組んでいきます。



妊婦情報事前登録制度

災害に備え福祉施設と連携を

市内初の福祉避難所開設運営訓練 (1/23)

避難所生活で何らかの特別な配慮を必要とする人(要配慮者)を一時的に受け入れる「福祉避難所」。市内では、特別養護老人ホームや知的障害者支援施設など17施設を指定しています。

市指定
避難所

1月23日には、市内初となる福祉避難所の開設運営訓練をグリーンピア名張で実施。市と施設が連携を取りながら、要配慮者の受け入れ手順の確認などをしました。参加した施設の職員は「実際に動いてみると手探り状態に。訓練を重ね、災害時に備えておきたい」と話します。いつ起きるかも分からない災害に向けて、官民が協力して取り組んでいきます。



福祉施設内で、職員が段ボールで簡易部屋を作り、受け入れ準備を行う



施設に到着した要配慮者に体調などを丁寧に聞き取り、部屋を割り当てた

夜のやなせ宿を楽しみ「ナイト」

やなせ宿でナイトイベント「やなせ夜話」(2/1)

昨年11月のアコースティックライブ「袖振り合うも多生の縁(唄会)」を皮切りに、「やなせ夜話」と銘打った、旧細川邸やなせ宿のナイトイベントが話題を呼んでいます。

2月1日には、「蔵元と愉しむ地酒とお料理」に60人が来場。地酒の飲み比べや、燻製品やピザなどお酒にピッタリの料理に舌鼓。来場者からは「和の落ち着いた雰囲気と日本酒がマッチ」「いつもと雰囲気が違うやなせ宿で地酒が楽しめて最高」「夜のイベントも味がありますね」との声も聞かれました。

ナイトイベント第3弾として、2月23日には、街コンイベント「町屋で愉しむお酒と出逢い」を開催。今回の試行を踏まえ、やなせ宿では、「やなせ夜話」のほか、コスプレのロケ地登録など、まちなか活性化に向けた新たな試みに積極的に取り組んでいます。



やなせ宿の夜の落ち着いた雰囲気と地酒や料理を楽しんだ

LINEで便利



名張市公式LINEでお子さんの生年月日などを登録いただくと、年齢に合わせたお知らせを配信

サポート充実



妊娠・出産・子育ての切れ目ないサポートを、シティプロモーションサイトに掲載中



ナッキー号の妊婦・子ども・子育て世帯 無料乗車キャンペーンを延長します！



ナッキー号

妊婦や子育て世帯、若い世代の皆さんにもバスを利用していただこうと、昨年8月から実施していたナッキー号の無料乗車キャンペーン。当初は3月末までの予定でしたが、好評につき、4月以降も引き続きキャンペーンを行うことになりました！普段バスに乗らないというあなたも、この機会にお子さんを連れてバスに乗ってみてはいかが？ 固 都市計画室 63・7749



時刻表など、詳しくは市HPで
駅や市役所、市立病院など、市内を循環しています！

キャンペーンの利用者数

1,947人 (1月末時点)

今までナッキー号を使っていなかった皆さんに、利用していただくきっかけになっています。

今まで使ってなかったけど、通学で利用するようになりました！



子どもを連れて出かけやすくなった！子どもが気軽にバスに乗る機会にもなっています。



ナッキー号 無料乗車

令和8年3月31日まで延長



乗車無料の対象・利用方法

- ① 妊婦…母子健康手帳がマタニティマークを提示してください。
- ② 18歳未満(高校生含む)の子ども…生徒手帳、生徒証明書、健康保険証などのいずれかを提示してください。小学生以下は提示する必要はありません。
- ③ 子ども1人につき保護者1人…18歳未満の子どもの同乗を運転手にお伝えください。2人目以上の同乗者は運賃が必要です。

※子ども子育て応援シート(4席)も継続します。

名張市こども支援センター
かがやき

こども支援センターかがやき

9:30~17:00 日・月曜日、祝日休館

桔梗が丘西 3-3-107 67・0250



かがやき
大好き！
大脇 理央
ちゃん

いつ来ても温かく迎えてくれる先生がいて、親子で安心して過ごせるステキな場所です。いつも楽しい時間をありがとう！

▼はじめて広場

4月18日金 10:30~

まずは、こちらの広場に参加してね！

▼サタパパ広場

「体を動かして遊ぼう！」

4月12日土 10:30~11:00~

※3月12日(日)~

前日までに

要予約



▼親子で遊ぼう「こいのぼり作り」

4月25日金 10:30~11:00~

※3月12日(日)~前日までに要予約

▼健康相談・歯科相談・栄養相談

4月16日(土) 14:00~15:00

▼安心育児・赤ちゃんルーム

4月10日(土)・24日(土) 10:00~(予約不要)

4月3日(土)・17日(土)

13:30~(事前予約制・

3組限定・個別相談のみ)



予約はこちら



ごみの分け方・出し方

伊賀南部環境衛生組合 53 - 1120

令和7年4月～9月

基本編

ごみステーション	分別項目	回収頻度	回収方法・注意事項	
	燃やすごみ 生ごみ、紙くず、容器 包装プラスチック、枝・ 木切れなど	週2回	 ●市の指定ごみ袋（スーパーなど取扱店で購入）で出す	 ●袋が閉まらないほど ごみを詰め込まない ●ごみをはみ出さない ※ほうきなどの掃除用品や傘に限り、特大（45ℓ）の指定袋であれば、はみ出してもOK
	燃やさないごみ プラスチック製品、食器類、アルミホイル、ガラス、おもちゃなど	月1回	●木の枝は、太さ7cm以下で。1回に2袋まで（燃やすごみ） ●ホース類は1m以内に切って出す（燃やさないごみ） ●ガラスの破片や刃物などは紙に包み、指定袋に「ケン」と表示して出す（燃やさないごみ）	
資源ステーション	小型家電 携帯電話、デジカメ、ドライヤー、炊飯器、扇風機、電気ポット、ゲーム機器、電動おもちゃ、ケーブル類など	月1回	 ●透明または半透明の袋（45リットル以下）に入れ、必ず袋の口を結んで出す 分解してもOK ●袋に入りきらなければ「粗大ごみ」 ●乾電池類は抜いてから出す ●携帯電話など個人情報が含まれるものは、データを消去して出す ●パソコンはメーカーに回収依頼	
	びん類・缶類・ペットボトル	月1回	●びん類・缶類・ペットボトルともに、使い切り、きれいにし出す ●びん類は飲食物などが入っていたびんと化粧品用のびんが対象（乳白色の化粧品用びん、ガラス食器、割れたびんは「燃やさないごみ」）	
	乾電池類 スプレー缶 ライター	月1回	 ●電子機器や電動おもちゃを廃棄する際は、リチウムイオン電池やボタン電池などを必ず取り外して「乾電池類」へ！ ●電極はテープで覆って出す  ●スプレー缶やカセットボンベは、使い切った後、屋外で穴をあけ、ガスを抜いてから出す	 電池が発火 衝撃映像！  スプレー缶 正しい出し方
	紙・繊維類	月1回	●紙類は片手で持てる重さにして、紐で十字に結んで出す ●繊維類は透明または半透明の袋（45リットル以下）で出す	
	廃食油	3カ月に1回	●植物性食用油のみ ●廃食油専用のポリ容器にこぼさないように出す	
	体温計・温度計 （水銀表示のもの） 蛍光管・電球類 （LED含む）	4・7月	●割れているものは「燃やさないごみ」	
	金属類	5・8月	●体温計・温度計は水銀表示のもの（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」）	
		6・9月	●針金ハンガーやフライパン、鍋などが対象（ホーロー含む）	

資源ごみの日に設置している回収かごに入れてください

※小型家電、紙類、繊維類の回収かごは設置していません



なばりの春のお楽しみ



開催期間（一部区間を歩行者天国に）

3月24日月～4月11日金

イベント日（荒天中止）

4月5日土 10:00～16:00

模擬店・キッチンカー・ステージイベントなど



車両通行止め（歩行者天国）

- ①…開催期間中通行止め 9:30～21:30
※イベント日は8:00～21:30
- ②…イベント日のみ通行止め 9:00～16:30

18:30頃～提灯点灯 ※開花状況により変更あり

ひめみこ春まつり（4月5日土 10:00～15:30）

夏見廃寺跡周辺で、ひめみこクイズラリーやペットボトル（照明器具）作りのワークショップなど。当日は夏見廃寺展示館が入場無料。夏見廃寺跡では4月5日までペットボトルを点灯。詳しくは、隠夏見ひめぼたるプロジェクト（名谷/ 090 - 8137 - 5924）へ

問 名張桜まつり実行協議会（名張商工会議所内） 63 - 0080

◎ 桜まつり期間中、ナッキー号は「総合体育館」に停まりません。「名張市役所」で降車してください。問 都市計画室 63 - 7749

広報eモニター
TOMONI
ともに、みらいを。

LINEを使った読者アンケート /
広報eモニター 募集
広報掲載の市の取組などに対して、ご意見を伺います

10回以上の回答で
**QUOカード
1,000円分**

対象 市内在住の中学生以上（市議会議員、市職員除く）

定員 150人 ※応募多数の場合は抽選

任期 4月1日～令和8年3月31日

応募方法 3月14日金に、市公式LINE

登録者の皆さんへご案内します。 ※事前に登録願います

問 広報シティプロモーション推進室 63 - 7402



今年度の広報eモニターさんの声

- ▶ 広報紙にじっくり目を通すようになった（20代）
- ▶ まちのことをよく知るきっかけとなった（30代）
- ▶ 名張に興味や関心がわいた（40代）
- ▶ 以前にもまして市政に関心が持てるように（50代）
- ▶ 編集者の気持ちも感じられるね（60代）



令和 7 年

4月~9月

※ 10 月以降の収集日程は、広報なばり 9 月号に掲載

ごみ収集日程表

ごみや資源は「収集当日（8:30まで）」に出してください

問 伊賀南部環境衛生組合 ☎ 53 - 1120

- 「地域回収」は、独自に紙・繊維類を回収している地域です。地域に配布されるチラシなどで回収日・場所などを確認してください
- 集積所の管理は、それぞれの地区でお願いします ● 暴風などで収集を中止する場合あり（市 HP や LINE などでお知らせ）

D地区

収集日

資源ステーション

資源…びん・缶類、スプレー缶、ペットボトル、乾電池、小型家電
紙・繊維類…新聞、雑誌・ざつ紙、段ボール、紙パック、繊維類

4月

5月

6月

7月

8月

9月

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

南町・松崎町・朝日町

鴻之台・希央台1・2番町

桔梗が丘西・さつき台・薦生・
八幡・西田原・鶴山・家野・葛尾

梅が丘

里・原出・芝出・大屋戸・松原町・
夏秋・短野・下三谷・緑が丘

下比奈知・上比奈知

滝之原

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

地域
回収

地域
回収

地域
回収

地域
回収

地域
回収

地域
回収

地域
回収

地域
回収

ごみ集積所

燃やすごみ

燃やさないごみ

毎月第3水曜日

【祝日も収集】

毎週火・金曜日

【祝日も収集】

4/16

5/21

6/18

7/16

8/20

9/17

令和7年度 職員採用試験

☎ 職員試験委員会事務局(人事研修室内) ☎ 63 - 7315

■ A 日程 募集期間 4 月 14 日月～5 月 2 日金

募集職種 一般事務職(職務経験者・上級・中級)、土木技術職(職務経験者・上級・中級)、保健師、管理栄養士
1 次試験 1 日目…5 月 18 日回、2 日目…5 月 24 日回・25 日回・31 日回、6 月 1 日回

■ B 日程 募集期間 7 月 28 日月～8 月 15 日金

募集職種 一般事務職(初級)、土木技術職(初級) 消防職、救急救命士
1 次試験 1 日目…9 月 21 日回、2 日目…9 月 27 日回・28 日回、10 月 4 日回・5 日回

■ C 日程 募集期間 8 月 25 日月～9 月 12 日金

募集職種 一般事務職(障害者対象)
1 次試験 11 月 2 日回

※試験日程・職種は今後変更する場合があります。採用予定人数など詳しくは市 HP で



市スポーツ協会「いきいき教室」参加者募集

☎ 武道交流館いきいき ☎ 62 - 4141

◎活動日時が変更になる場合や、参加人数が少なく実施できない場合があります。詳しくは武道交流館いきいき HP で



- 楽しく柔道 参加費 9,000 円 (高校生以下 6,000 円)
- 健康太極拳 参加費 8,000 円
- パンチングエクササイズ 参加費 8,000 円
- ヨーガセラピー 参加費 8,000 円
- きもの着付け 参加費 8,000 円
- めざせー 5 オエクササイズ 参加費 4,500 円
- アロマストレッチ 参加費 4,500 円

※参加費は 1 年間の費用

申込 3 月 11 日回 9:00 から、申込用紙に参加費を添えて武道交流館いきいき窓口へ

活動場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)



○ 市立病院採用試験 ○

☎ 職員選考委員会事務局(市立病院事務局内) ☎ 61 - 1100

募集職種 看護師、薬剤師、診療放射線技師、臨床検査技師、管理栄養士、臨床工学技士、医療ソーシャルワーカー、事務職(総務・医事)

試験日 4 月 26 日回

募集期間 3 月 10 日月～4 月 4 日金

採用予定日 令和 8 年 4 月 1 日回

※採用予定日以前の採用についても、随時募集しています。受験資格・採用予定人数など詳しくは市立病院 HP か問合せ先へ。

10 月から「地方独立行政法人名張市立病院」として運営を開始するため、身分が法人職員となります。



- ① 水曜卓球・木曜卓球 参加費 7,000 円
- ② 春季レディースゴルフ 参加費 8,000 円
- ③ 低学年テニス・高学年テニス 参加費 10,000 円
- ④ 一般テニス 参加費 18,000 円
- ⑤ 美しい姿勢&歩き方講座 参加費 7,000 円
- ⑥ 楽しい幼児体育 参加費 6,000 円
- ⑦ 梅が丘卓球(小・中学生対象) 参加費 3,200 円

※参加費は半年間の費用

申込 3 月 11 日回 13:00 から(②は 3 月 26 日回締切、③④は 3 月 31 日回締切。⑦は 5 月 27 日回 9:00 から申込開始)、申込用紙に参加費を添えて武道交流館いきいき窓口へ

◎教室により活動場所が異なります。詳しくは、武道交流館いきいき(☎ 62 - 4141)へ直接か HP で

自分の気持ちを聴いて欲しい…
子ども相談室に話してね

子どもからの相談ダイヤル
☎ 0800 - 200 - 3218 (無料)

大人からの相談ダイヤル
☎ 0595 - 63 - 3118

困っていること、不安なこと、なんでも話してね。他の人に知られたくないことは誰にも言わないので安心してください。子どもに関することであれば大人からの相談も受け付けています。

相談できる日

水曜日以外の平日 8:30 ～ 17:15、水曜日 10:30 ～ 19:00

◎電子メール(kodomosoudan@city.nabari.lg.jp)やインターネットからも受け付けています。

☎ 子ども家庭室 ☎ 63 - 7594



受付フォーム

粗大ごみ



収集受付
・問合せ

伊賀南部粗大ごみ受付センター ☎ 64 - 8700

受付時間 8:30 ～ 17:00 (土・日曜日、祝日、年末年始除く)

① 伊賀南部粗大ごみ受付センターへ電話して、粗大ごみの品目、点数を伝えます(1 回に 5 点まで)。収集日や収集場所も調整します(時間指定不可)。

② 「粗大ごみ処理券(1 点 200 円)」を処理券販売所(スーパー、市役所 4 階環境対策室など)で購入します。



処理券販売所

③ 粗大ごみの目立つ所に「粗大ごみ処理券」を貼り付け、収集当日の 8:30 までに、予約時に指定した収集場所に出します。

※伊賀南部クリーンセンターに粗大ごみを直接持ち込むこともできます。その場合、10kg ごとに 120 円の搬入手料が必要(粗大ごみ処理券は不要)。

家電リサイクル対象品

テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機、エアコン

● 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】に持ち込む ※リサイクル券が必要(郵便局の専用振込票で購入)

◎詳しくは、家電リサイクル券センター(☎ 0120 - 319 - 640)



詳細は市 HP

● 伊賀南部粗大ごみ受付センターに収集を依頼(☎ 64 - 8700) ※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

ごみや資源の自己搬入



搬入受付 月～金曜日(祝日除く)、第 3 日曜日 8:30 ～ 12:00、13:00 ～ 16:30

- 分別できていないごみ、不透明の袋やコンテナに入ったごみは搬入できません。
- 搬入手料(10kg ごとに 120 円)が必要 ※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、資源は手数料不要
- 枝木類、木材などは「1m 以下、太さ 10cm 以下」にして、コンテナなどに入れず、透明または半透明のごみ袋に入れて搬入 ※家庭からの草木のみ受入
- 陶磁器類は紙に包まず、バラの状態での搬入



市役所でも小型家電や乾電池類などを回収

- 市役所 1 階ロビーで、小型家電(40cm × 18cm の投入口に分解しないで入るものが対象)、乾電池類、ライター、使用済インクカートリッジを回収しています。
- 小型家電の回収ボックスは市民センターにもあります。

※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。

名張市公式

LINE

でめっちゃ便利!



登録は
こちら



✓ 収集日を忘れない!

住所を登録すれば、あなたの地区の収集日が通知されます。



明日は「資源」「蛍光管」「電球類」「ライター」の日です。お忘れのないよう排出をお願いします。

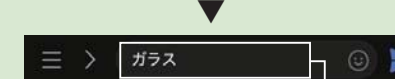
資源はびん・缶類、スプレー缶、ペットボトル、乾電池、小型家電です。

✓ 出し方がすぐ分かる!

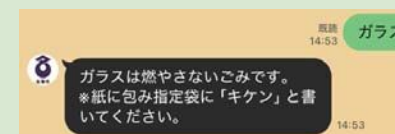
ごみや資源の出し方を簡単に調べられます。



☎ を押すと、入力画面が…



入力画面に、調べたいキーワードを入力して、▶ を押すと…



自動応答で排出方法を教えてくれます

⚠️ ごみ分別アプリ「さんあ〜る」は 3 月末で終了します

4 月以降利用できません。市公式 LINE の登録を。

ads ホール 催し
(青少年センター)

☎ 64 - 3478

■ 日本民謡和泉会第三十九回公演
和と伝

日時 4月13日 日 11:30～16:00
※入場無料 ◎詳細は日本民謡和泉会・谷本 (☎ 090 - 7918 - 0178)

■ 第29回ピアノ発表会
日時 4月20日 日 13:00～15:00
※入場無料 ◎詳細は五島 (☎ 66 - 5779)

■ 田森^{もとじ}元治先生御退官記念コンサート 田森先生と愉快的仲間たち！
日時 4月27日 日 13:30～16:00
入場料 一般1,000円、高校生以下500円、幼児以下無料 ◎詳細は田森元治先生御退官記念コンサート実行委員会 (☎ 059 - 225 - 1362)

マツヤマ SSK アリーナ
催し (総合体育館)

☎ 63 - 5339

■ 4月 オープンアリーナ (一般開放)
(利用料:120円 ※中学生以下60円)
・バドミントン…9日 日 9:00～12:00
16日 日・23日 日 13:00～17:00
・卓球 … 11日 金 9:00～12:00、
18日 金・25日 金 13:00～17:00

■ マツヤマSSKアリーナ
トレーニングジム
時間 9:00～21:00
費用 初回登録500円、1回利用600円、1カ月フリーパス4,200円

弁護士が応じます
「遺言相続無料電話相談会」

☎ 三重弁護士会事務局
☎ 059 - 228 - 2232

遺言書の書き方、相続についての疑問など、後々トラブルにならないよう相談に応じます。

日時 4月15日 日 10:00～16:00
相談ダイヤル

059 - 228 - 3143
◎通話料は相談者負担となります。



ひとり親・寡婦家庭対象
博要の丘で楽しもう！

☎ 市母子寡婦福祉会 (藤原)
☎ 090 - 7603 - 5634

餅つきや、シャボン玉はのちゃんとシャボン玉体験を楽しみましょう！
日時 4月13日 日 10:00～15:00
場所 博要の丘 (伊賀市種生)
参加費 1世帯500円 (会員特典有・当日入会可) 定員 30人
申込 3月31日 日 までに電話で申込

「不動産鑑定士による
無料相談会」

☎ 都市計画室 ☎ 63 - 7698

地代・家賃などの諸問題の相談に応じます。 ◎申込不要
日時 4月2日 日 13:00～16:00
場所 市役所3階305会議室

リバーナホール 催し

☎ 63 - 7824 (商工経済室)

■ 第7回YMクラブ特別展 (テーマ春)
日時 4月3日 日～6日 日 10:00～17:00 (3日は12:00から、6日は16:00まで) ◎詳細は、YMクラブ・菊澤 (☎ 090 - 7674 - 1566)

■ 名張市美術作家協会作品展
日時 4月10日 日～13日 日 10:00～17:00 (10日は12:00から、13日は16:00まで) ◎詳細は、名張市美術作家協会・板野 (☎ 68 - 0073)

やなせ宿 催し
月曜休館 (祝日の場合翌日)

☎ 62 - 7760

■ 「お抹茶教室」受講生募集
日時 4月～令和8年3月の間に10回 ※第1講は4月5日 日 11:20～12:30

参加費 年間3,000円
講師 廣瀬^{そうこう}宗幸さん、廣瀬^{そうじ}宗司さん (裏千家流茶道 准教授)
定員 5人程度 (先着順)
申込 3月12日 日 10:00 以降に電話で問合先へ

催し

春の名張藤堂家邸を満喫しよう！

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63 - 7892

■ ハクモクレンの香り漂う
中庭を特別開放
日時 3月22日 日～30日 日
9:00～17:00 (24日 日 は休館)
入館料 一般200円、高校生100円

■ 企画展「美術作品展～雅～」
Vol.1 飯田^{みやび}淳子^{じゅんこ} 日本画作品展
日時 3月27日 日～31日 日 9:00～17:00 (最終日は16:00まで)

◎作品展の期間は入館無料
※3月29日 日 は桔梗が丘中学校茶道部によるお茶会を実施。(300円 (お菓子付き)、30席限定・当日受付)



418 (ヨイハ) デー特別企画
歯のことなんでも電話相談

☎ 三重県保険医協会
☎ 059 - 225 - 1071

「入れ歯が合わない」「子どもの歯並びが気になる」など、歯のお悩みに歯科医師が直接応じます。
日時 4月13日 日 10:00～15:00
受付電話 ☎ 059 - 225 - 1071
☎ 059 - 225 - 8747
◎時間帯によって、電話がつながりにくい場合があります。

社会福祉士が応じます
「成年後見相談会」

☎ 伊賀地域福祉後見サポートセンター ☎ 21 - 9611

日時 (場所 【いずれも市役所3階】)
4月8日 日 (304会議室)、5月13日 日 (305会議室)、6月10日 日 (305会議室)、7月8日 日 (304会議室)
各日 13:30～14:30
定員 各日2組 ※先着順
申込 前日までに、問合先へ電話かファクス (21 - 8123) で申込

学校体育施設
利用団体

☎ 市民スポーツ室 ☎ 63 - 7100

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 日～令和8年5月31日 日

対象 市内在住・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 日 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) と、スポーツ安全保険加入依頼書 (控) の写しを同窓口へ



「スポーツ安全保険」加入者

☎ (公財)スポーツ安全協会
☎ 059 - 372 - 8100

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)
掛金 年齢や活動内容により異なります。詳しくは問合先へ
◎パンフレットは、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



「補助金活用セミナー」
参加者

☎ 市事業承継人材マッチング支援協議会 (フミダス) ☎ 63 - 2143

日時 3月19日 日 18:00～20:00
場所 アスピア (南町)
講師 池田 茂さん (事業承継コーディネーター)
定員 15人 (先着順) ◎参加無料
申込 3月10日 日～18日 日 までに、電話、ファクス (64 - 8100)、電子メール (seminar.humidas@nabarimie.com) のいずれかで申込

「初心者狩猟免許取得講習会」
受講者

☎ (一社)三重県猟友会
☎ 059 - 228 - 0923

講習日 (受付開始 8:45)

・第1回 6月7日 日 (申込: 4月1日 日～25日 金)
・第2回 7月12日 日 (申込: 4月1日 日～6月6日 金)
場所 メッセウイング・みえ (津市)
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取得希望の人

定員 各100人 (先着順)
受講料 ▼三重県猟友会会員でない人
13,000円 (1種類のみ)
16,000円 (2種類以上)
▼三重県猟友会会員の
5,000円 (一律)
◎申込方法など詳しくは、問合先へ



「普通救命講習Ⅰ」
「上級救命講習」受講者

☎ 消防本部 救急室 ☎ 63 - 0997

■ 普通救命講習Ⅰ (成人の心肺蘇生法、AEDの取扱い、止血法など)

①日時 3月27日 日 13:00～16:00
申込期間 3月14日 日～23日 日
定員 20人 (先着順)



②日時 4月13日 日 9:00～12:00
申込期間 3月24日 日～4月6日 日
定員 20人 (先着順)



■ 上級救命講習 (心肺蘇生法、外傷の手当てなど)

日時 4月19日 日 8:30～17:30
申込期間 4月1日 日～10日 日
定員 15人 (先着順)



【共通事項】

場所 防災センター (鴻之台1)
対象 市内在住の中学生以上の人、市内在勤の人
◎電話申込不可。申込フォームから各署所 (9:00～21:00) で直接申込

募集

小・中学校 講師
(常勤・非常勤)

☎ 学校教育室 ☎ 63 - 7882

登録資格 教員免許を持っている人 (年齢不問)
登録方法 登録票 (市HPに掲載) を問合先へ提出してください。



家庭児童相談員
(会計年度任用職員)

☎ 子ども家庭室 ☎ 63 - 7594

困難を抱える子どもや、家庭の支援など、子どもの明るい未来をサポートする「家庭児童相談員」を募集します。
必要な資格 社会福祉士、保育士、看護師、教員免許など (いずれか)
応募方法 履歴書を郵送または市役所2階人事研修室 (〒518-0492 鴻之台1-1) へ提出
◎詳しくは問合先へ

「第49回名張ピアノコンクール」
出場者

☎ 名張文化協会事務局
☎ 64 - 2132

日程 6月15日 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
参加費 幼児6,000円、小学生10,000円、中学・高校生12,000円、大学生・一般13,000円
申込期限 4月11日 日 (消印有効)
◎詳しくは問合先 (火・水・金曜日 9:30～12:30) へ電話か電子メール (nababun@asint.jp) で

名張・伊賀の歴史を学ぶ
「名張歴史読書講座」受講者

☎ 名張歴史読書会 (高見)
☎ 090 - 9193 - 6359

日時 毎月第2金曜日 10:00～12:00
場所 図書館2階視聴覚室
年会費 4,000円 定員 40人
申込 4月5日 日 までに問合先へ

4月1日から 令和7年度の固定資産税帳簿の閲覧・縦覧ができます

☎ 課税室(固定資産税担当)
☎ 63 - 7437

■ 固定資産税縦覧帳簿の縦覧

縦覧期間 4月1日☎～30日☎
※8:30～17:15

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☎～30日☎
※8:30～17:15

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（名寄帳は縦覧・閲覧期間のみ手数料無料）。本人確認できるもの（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。（法人の場合は委任状に社印の押印が必要）



ネーミングライツ・パートナー
（事業者）募集

☎ 維持管理室 ☎ 63 - 2151

市内公園などに、ふさわしい愛称を付けることができる権利（ネーミングライツ）を取得するネーミングライツパートナーを募集します。

対象施設 平尾山カルチャーパーク（桜が丘）、朝日公園（朝日町）、鴻之台3号公園（鴻之台）、対象市道7路線

◎詳しくは市 HP で



マイナンバーカード・電子証明書
休日窓口（受取・更新）を開設

☎ 戸籍・住民登録室 ☎ 63 - 7440

休日窓口で受取・更新を希望する人は、必ず事前に予約してください。

開設日時 4月13日☎・26日☎、5月11日☎・24日☎、6月8日☎・21日☎
◎いずれも9:00～12:00

■ 予約専用ダイヤル

☎ 63 - 7160
（平日8:30～17:15）

■ オンライン予約

市HPから申込
（24時間対応）



令和7年度水質検査計画
を策定しました



☎ 上下水道部浄水室 ☎ 63 - 4117

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7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。

市営住宅入居者 募集

中川原市営住宅など 3戸



☎ 伊賀南部不動産事業協同組合

☎ 48 - 6311

入居募集 中川原市営住宅2戸、夏見市営住宅1戸

申込期間 3月17日☎～25日☎
8:30～17:15（平日のみ）

◎伊賀南部不動産事業協同組合（鴻之台2）で申込書を配付中

医療と介護サービスを
よく利用する皆さんへ



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

同一世帯で、令和5年8月から令和6年7月までの間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6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。

◎対象となる人には、国民健康保険は3月下旬、後期高齢者医療制度は4月上旬に案内を送付（令和5年8月から令和6年7月までの間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。詳しくは、加入保険者へお問い合わせください。

◎社会保険などの加入者は各健康保険担当へ

「市民意識調査」の回答に
ご協力をお願いします

☎ 総合企画政策室 ☎ 63 - 7389

市の総合計画「なばり新時代戦略」に掲げられた施策・取組の効果を検証するため、「市民意識調査」を行います。対象は、18歳以上の市民のうち、無作為に抽出した4,000人です。オンラインでの回答をお願いします。

◎調査票などがお手元に届いたら、3月31日☎までの回答にご協力をお願いします。



タクシー料金・自動車燃料費
の一部を助成

☎ 障害福祉室 ☎ 63 - 7591

対象 ▼身体障害者手帳1・2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳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 ①②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8年3月までの月数分

申請 3月24日☎から、市役所1階障害福祉室で受付開始

◎必要書類など詳しくは市HPで



特別障害者手当・障害児福祉手当
申請を受け付けています

☎ 障害福祉室 ☎ 63 - 7591

■ 特別障害者手当（20歳以上）

支給額 月額28,840円
令和7年度からは月額29,590円

■ 障害児福祉手当（20歳未満）

支給額 月額15,690円
令和7年度からは月額16,100円

◎申請には医師の診断書などが必要です。手当の認定審査があり、該当しない場合があります。詳しくは問合先へ



「看護学生修学資金」受給者

☎ 市立病院事務局総務企画室
☎ 61 - 1100

市立病院や市内の医療機関で、看護師などとして従事することを目指す看護学生を支援します。

貸与額

看護師課程の人…月額50,000円

准看護師課程の人…月額30,000円

申込 4月1日☎～5月9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先へ



お知らせ

毎年必ず狂犬病予防接種を
集合注射は4月8日から

☎ 環境対策室 ☎ 63 - 7492

生後91日以上の飼い犬には、生涯に1度の登録と、毎年1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8日☎から、各地区で犬の集合注射と登録を実施します。

予防注射代 1頭につき3,400円

登録料 1頭につき3,000円

◎集合注射の日程など

詳しくは市HPで



国民年金の加入は20歳から
学生は納付特例があります

☎ 保険年金室 ☎ 63 - 2148

年金未加入者が20歳になると…

▶日本年金機構から案内を郵送

国民年金保険料納付書や基礎年金番号通知書などを同封。基礎年金番号通知書は基礎年金番号を確認する書類です。大切に保管してください。

◎基礎年金番号通知書を紛失された場合、市役所では再交付ができません。

納付は保険料が割引になる
前納がお得！

支払った保険料は、社会保険料控除の対象になります。

納付が難しい時は…

▶「学生納付特例」などの検討を

学生で国民年金保険料の納付が難しいときは、学生証の写しなどの書類を添付して、学生納付特例の申請ができます。

◎学生納付特例の承認期限はおおむね3月末です。継続して学生納付特例を申請する場合は、4月中に手続きをしてください。

武道交流館いきいき
催し



☎ 62 - 4141

いきいき春の教室のご案内

■ バレトン

①【午前クラス】

日時 4月10日☎、5月8日☎、6月12日☎ 10:00～10:50

定員 20人 参加費 2,100円(全3回)
1回スポット800円

申込 3月13日☎ 9:00～

②【火曜午後クラス】

日時 4月1日・15日、5月13日・20日、6月3日・17日 14:30～15:20

申込 3月18日☎ 13:30～

③【木曜午後クラス】

日時 4月3日・17日、5月1日・15日、6月5日・19日 15:00～15:50

申込 3月13日☎ 9:00～

②③共通

定員 20人 参加費 4,200円(全6回)

■ 初めてのリンパストレッチ

日時 4月4日・11日・25日、5月9日・16日・30日、6月6日・20日・27日(いずれも金曜日)

10:00～11:00、14:00～15:00

定員 各18人 参加費 6,300円(全9回)

申込 3月21日☎ 9:00～

■ ジムトレーニング

日時 4月12日～6月28日(5月3日・24日を除く)毎週土曜日

13:00～13:50

定員 6人 参加費 10,000円(全10回)

1回スポット1,200円

申込 3月11日☎ 9:00～

■ 初めてのエアロビクス&ピラティス体操

日時 4月8日～6月24日(4月29日、5月6日を除く)毎週火曜日

13:00～13:50

定員 20人 参加費 7,000円(全10回)

1回スポット800円

申込 3月11日☎ 9:00～

◎各教室共通

武道交流館いきいきにある申込書に参加費を添えて申込

広告

ご不要車買取ります
・年式の古い車
・乗らなくなった車
出張買取 査定費用0円 引取手続き0円
Kamei 株式会社 亀井商事
名張市夏見291 0595-62-3131

プロのおそうじ Servicemaster
家事の代行 merry maids
緑と花のお手入れ Total Green
安心と信頼の地元
ダスキンエスプリ
TEL 0595-65-8411 esprit@shore.ocn.ne.jp
ISO14001認証 名張市新田1249-4



内容など詳しくは市HPで

	相談名	日時	相談場所	電話番号
法律・債務など	弁護士相談	11日金 10:00～16:00	市役所	63-7416
	交通事故相談	4日金 13:00～15:00		
	行政相談	17日木 13:00～15:00		
	司法書士相談	18日金 13:00～16:00		
	行政書士相談	24日木 13:00～16:00		
	消費生活相談・多重債務相談	平日 8:30～17:15	男女共同参画センター	63-5336
	法テラス法律相談 ※要予約	1日火 13:00～16:00		
人権・悩みなど	女性弁護士による法律相談 ※要予約	11日金 10:00～14:00	男女共同参画センター	63-5336
	人権相談 ※要予約	8日火 13:30～16:00 15日火 13:30～16:00	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 9:00～12:00 ※祝日は休み 毎週金曜日 13:00～16:00	男女共同参画センター	63-5336
	男性のための相談 ※予約優先	10日木 17:00～19:00		
	メンタルヘルス相談 ※要予約	17日木 10:00～12:00 22日火 13:00～16:00		
	外国人住民相談	火～日曜日 9:00～17:00	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 8:30～17:15	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 8:30～17:00	地域包括支援センター	63-7833
	障害者福祉相談	平日 8:30～17:15	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	22日火 10:00～15:00	アスピア（津年金事務所出張相談）	059-228-9112
仕事	職業相談	平日 8:30～17:15	ふれあい	63-0900
	若者就職相談 ※要予約	平日 10:00～16:00	アスピア	22-0039
	事業承継個別相談会 ※要予約	18日金 13:30～/15:00～	アスピア	63-7824
	シニア向け無料就職相談 ※要予約	8日火・22日火 10:30/13:00/14:30	市民情報交流センター （産業雇用安定センター出張相談）	059-225-5449
育児	家庭児童相談	平日 8:30～17:15	ふれあい家庭児童相談室	63-2515
	ひとり親家庭相談	平日（水曜以外）10:15～17:15	子ども家庭室	63-7594
	子ども相談	平日（水曜以外）8:30～17:15 水曜日 10:30～19:00	ふれあい子ども相談室	63-3118
	子どもの発達相談	平日 8:30～17:15	子ども発達支援センター	62-1088
	妊婦・乳幼児健康相談	23日水 9:30～10:30 受付	保健センター	63-6970
	助産師による授乳・育児相談 ※要予約	11日金 13:30～15:00 25日金 10:00～11:30	保健センター	63-6970
教育	不登校相談	平日 8:30～17:15	教育支援センター	63-7830
	教育よろず相談	平日 8:30～17:15	教育センター	64-8801
	青少年悩み相談	月・火・木・金曜日 10:00～17:00	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 10:00～16:00	更生保護サポートセンター	41-0774
健康・医療	がん・難病相談	19日土 13:00～16:00	勤労者福祉会館	63-5515
	在宅医療相談	平日 9:00～17:00	在宅医療支援センター	48-7840
	食生活・健康相談	1日火 9:00～11:00	健康・子育て支援室	63-6970
	「認知症の人と家族の会」つどい・交流会	22日火 13:30～16:00	伊賀市役所 404会議室	63-7833

◀ 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。



「まちの保健室」に世界中が注目！ これからも地域の皆さんと共に～

まちの保健室をはじめとする地域共生社会についての取組を視察するため、2月12日、ASEAN（東南アジア諸国連合）の大学生など約30人が名張市を訪れました。

比奈知地域のコミュニティスペース「なごみ」では、地域の皆さんが忍者やお笑い芸人に扮して、にぎやかにお出迎え。盆踊りや、認知機能向上を目指す「スクエアステップ」で盛り上がりました！学生からは「言葉は分からなくても、この場のみんなと一緒に楽しめたのがよかった！『必要だから』ではなく、楽しいと思えることが重要」といった感想も。

2020年には、WHO（世界保健機構）の視察を受けるなど、地域の人・企業・病院などとつながる「まちの保健室」は、ジャンルを問わず気軽に話せるワンストップ相談窓口として、世界中から注目されています。今後も、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、地域の皆さんと共にお手伝いをしていきます。健康面で不安なこと、生活の中で気になることなど、いつでも近くのまちの保健室に声をかけてください。



詳しくは、地域包括支援センター
☎ 63-7833）へ



2024年4月号以降、紙面に登場した「まちの保健室」の職員たち。大変なこともあります、皆さんに寄り添いながら日々頑張っています！

4月 伊賀地域 二次救急 実施病院

問 医療福祉総務室 ☎ 63-7579

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

◎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

◎受入対象は、重症患者です。実施日以外は救急受入を行いません。

◎重症患者が重なると、受け入れできない場合があります。



◎ 平日 昼 間 8:45～17:00 は、名張市立病院で二次救急を実施

実施時間帯

- ◆平日…17:00～翌日 8:45
- ◆土・日、祝日…8:45～翌日 8:45
- ※岡波総合病院
 - ▼月曜…17:00～翌日 9:00
 - ▼水曜…17:00～翌日 8:45
 - ▼日曜、祝日…9:00～翌日 8:45

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日小児救急に対応します（けがや交通事故などの外科系疾患は除く）。

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〕



☆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 【かかりつけ医をもって、早めの受診を！】
☆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 19:00～8:00）※日曜・祝日・年末年始は24時間対応

広告

屋根・樫外壁塗装など外装リフォームお任せ下さい

かわらぶき一級技能士・一級建築士・全国瓦工事業連盟認定 屋根診断士在籍

株式会社 免勝 名張市蔵持町原出581 TEL61-2204 FAX62-0250

無料相談

ご夫婦・パートナーに遺す思いやりのカタチ 相互遺言書作成プラン

（このような方は相談ください）

- ☑ お子様のいないご夫婦
- ☑ 疎遠の相続人がいる
- ☑ 再婚相手の夫婦
- ☑ 婚外パートナー同士

ご夫婦相互につくる遺言書

お問い合わせ先 桔梗が丘松岡行政書士事務所 ☎ 0595-54-6222



甘いいちごで幸せいっぱい！ お腹もいっぱい！いちご狩り

シーズン真っ最中の青蓮寺湖観光村のいちご狩りに家族で行ってきました！

青蓮寺湖観光村の山ゆり案内所で受付を済ませ、案内されたビニールハウスへ。ハウスの中に入ると一面に広がるいちご畑。たくさん実っているいちごを見て子どもたちは大はしゃぎです。私も久しぶりのいちご狩りにワクワク！

早速、いちごを頬張ります…甘っ！！こんな甘いいちごが 30 分食べ放題なんて、幸せすぎる。しかも、大きくて、食べ応え十分。こんな素敵ないちごを育ててくれた農家さんには感謝しかありません！「自分で摘めるのが楽しい！美味しすぎてずっと食べられる！」と子どもたちも大満足の様子。

名張市は、大阪と名古屋の中間にあるので、日帰りでもお出かけしやすいところがいいですね。私が行った日も、市外から来ているお客さんが多くみられました。トイレもあるので、子ども連れでも安心ですよ。

いちご狩りは、5月中旬ごろまでやっています。ぜひ皆さんもお出かけしてみてくださいはいかがでしょうか？



市民 PR チームが Instagram で綴ったなばりの魅力をご紹介します！

投稿を再編集して掲載！フォローしてね ▶



nabari_pr



おでかけしませんか？

高校生がプロデュース

めざせ！昔遊び師匠！



けん玉やお手玉、めんこ、あやとりといった昔遊びを体験しよう。昔遊びの大会も開催するよ。スタンプラリーにも参加して、たこやき・わたがしをゲットだぜ！

(参加無料)

日時 3月23日(日) 13:00～16:00

場所 名張市民センター（上八町）

園 ボランティア団体「御結び」

☎ 080 - 4232 - 8918 (岩木)



申込はこちらから
(当日参加可)

昔遊びを教えてくれる「師匠」を募集



スタッフ応募
はこちらから

子どもたちに昔遊び（けん玉、お手玉、めんこ、あやとり）の魅力を教えてくれる人や運営スタッフを募集します。3月16日(日) 13:00～13:30に名張市民センターで打合せをしますので、ご参加ください。

人と人がつながる機会をつくりたい！

私は、地域の夏祭りの企画やボランティアグループへの参加を通じて、人との出会いやつながりが「自分にとっての幸せ」なんじゃないかと思えるようになっていきました。一方、まちの中では孤独を感じて家に閉じこもりがちな人もいます。

そこで、「人と人がつながる機会」をつくろうと、今回の催しを企画。ボランティア団体のメンバーや市民センター、社協

などいろんな人たちの協力もあり開催できることに！子どもたちはもちろん、人生の先輩がたにも楽しんでいただきたいな！

私が企画しました！

久保 さくらさん
(名張高校3年)

会場で自作のパズルを紹介する柿本さんと



じもと再発見 なばりじまん



三重大大学の留学生が参加した酒蔵見学会（名古屋国税局主催）。訪れた瀧自慢酒造では、日本酒の元となる「もろみ」をかき混ぜる体験も。

名酒の里で乾杯

昨年12月、「伝統的醸造り」がユネスコ無形文化遺産に登録され、注目度が増している日本酒。国内出荷量が減少する一方で、海外での日本食ブームを背景に輸出量は増加傾向にあります。

酒造りに重要な要素は「米」と「水」、そして「気候」。伊賀盆地は、良質な酒米が育つ産地であり、四方を囲む山々から湧き出る清水も豊富。そして、底冷えする冬の気候は、お酒を低温でじっくりと発酵させてくれます。そんな条件を兼ね備えた名張は、まさに名酒の里。伊勢志摩サミットでは、名張の酒蔵のお酒も、乾杯酒や、食中酒として各国首脳に振る舞われ、その魅力を伝えていきます。

名張の酒造りは、鍛冶町の辻源兵衛という人物によって1621年に始まったとされます。脈々と受け継がれてきた伝統産業・文化を守り育んでいこうと、2013年には県内初の「伊賀名張の酒・名酒で乾杯を推進する条例」を制定。今宵は、伊賀米や伊賀牛など地元の名産、美味しい食材とともに、伊賀酒で乾杯といきませんか！



酒造りに欠かせないのは、素材の魅力を引き出す職人技



杉本 隆司 さん
瀧自慢酒造株式会社 代表取締役

語る
ひと

赤目滝の伏流水と、主に伊賀地方の酒米を使ってこだわりの伊賀酒を仕込んでいます。米と米麹と水というシンプルな原料だからこそ、酒造りには、素材の魅力を引き出す職人技が欠かせません。

精米・洗米といった最初の工程から「きっちり丁寧に」が鉄則。最も重要なのは、酒米を蒸して麹を造る場面。経験と勘を頼りに、丸2日間を通しての温度や湿度の繊細な管理が求められます。

仕込みの手法や手順を変えれば、多様な味と香りを生み出せます。和食と組み合わせたバラエティ豊かな魅力を、海外にも発信していけるといいですね。



酒蔵を訪れた留学生は、にごり生酒や純米大吟醸などテイストの異なる6種類を飲み比べ。市内の日本料理店が用意したブリの生ハムや巻き寿司、漬物などと共に舌鼓。「お酒の違いを楽しめた」「料理の味が活かされていた」「自分の国にはない、甘口のお酒が気に入った」と大好評！



#名張感動

このまちは感動に満ちている

サクラ輝く春

@usatukiainosauraba



#名張感動キャンペーン
2024 春編 グランプリ



「池の周りが桜の木なので、春になったらどうなるのだろう」と気になって訪れてみると…。

皆さんも、とっておきの桜スポットを見つけて、投稿してみませんか？

Instagram で見つけた「#名張感動」をご紹介します

ナバリスト 12

松崎 瑠美 さん

多文化共生センター（NabiChan）職員

まつぎ・るみ ● 大阪出身。大学でジェンダーや移民、防災など多岐にわたり見識を深め、「学んだことを地域に還元したい」と祖父母が住んでいた名張に移住。現在は多文化共生センターの職員として、外国人住民のサポートや多文化共生のまちづくりに取り組んでいる。



中国出身の任さんと2人でセンターの業務を担っている



相談対応では、解決して笑顔が見られた時にとてもやりがいを感じるという



大学で防災を学んだ経験を生かして、外国人住民に防災を教える活動も

外国人との違いだけでなく、同じところも探してみて

大学では、外国人の学生が多く、日本語よりも英語を話すという環境で学び、働いていました。日本にいながら外国にいるような状況だったんです。多文化共生は専門ではなかったのですが、いつの間にか「多文化」に踏み込んでいたんですよ。名張へ移住後、「自分の経験を生かして人を助ける仕事はこれだ！」と感じて、多文化共生センターの職員になりました。

名張に来て驚いたのは、ボランティア精神旺盛な人がとても多いことと、地域がしっかりしていること。日本語教室のボランティア講師を養成する講座も、毎年定員を超える申し込みがあります。サポーターやイベントがきっかけで、外国人と友だちになったという人もいて、多文化共生が自然に根付き始めていると感じます。外国人住民がサポーターになってくれることもあるんですよ。私の仕事は、「人のために何かしたい」という人と地域をつなぐことだと思っています。

外国人と接する上で文化や習慣の違いを受け止め合うことはもちろん大切。そして、私はぜひ「同じところ」も探してほしいと思います。少なくとも、「名張に住んでいる」という同じところが1つありますよね。違いばかり見るんじゃなくて同じところも意識すれば、もっと仲良くなれると思うんです。「外国人」「日本人」じゃなくて、色々な個性がある「名張市民」が活躍するまちになれば、名張はもっとおもしろくなっていくはず！



編集後記

今月は、特集のほか外国人にまつわる2つの記事を掲載。海外から注目されると、改めて名張の潜在力を感じます。伊賀酒を楽しみながら山里の美味に舌鼓を打てば、その感慨もひとしおです（たか）

名張の取組を「自国へ持ち帰り生かしたい」と視察に来たASEANの学生の声。地域の皆さんが明るく学生を出迎えてくれ、言葉が分からなくても互いに笑い合う顔が印象的でした（くま）

日本語教室の取材時、生徒の一人が作ってくれた料理を頂きました。「おいしい！」と伝えると、笑顔で作り方を教えてくれたんです。些細な一言から交流が始まるんだと実感しました（はる）

ごみ分別アプリ「さんある」が3月末で終了に。市公式LINEではごみの通知のほか、市のイベント情報など希望に沿った配信をお届けします！ぜひ登録してくださいね（こ）



名張のひと・活動

