

まち・ひと・つなぐ

広報

たよばり

10

2025

No.1301



特集
頼ってほしい
母子に寄り添う
みんなの思いを
お伝えします

**子育てを応援する
専門職が大集合！**

妊婦・乳幼児健康相談

毎月1回（水曜日）、助産師や保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士が保健センターに集合！予約は不要です。気軽に会いに来てください！（P2・3参照）

今月のナバリスト：助産師 林みち子さん（最終面）

頼ってほしい

母子に寄り添う、みんなの思い

今年、伊賀地域の2つの診療所が、相次いで分娩の取り扱いを中止。「子どもを産み育てられるのか心配」といった不安の声が寄せられています。そうした中、市では、妊婦のアクセス支援など新たな取組も始めています。

今月は、お産を巡る現状や、母子を支援する制度や仕組み、そして、妊娠・出産・育児に寄り添う人たちの思いに迫ります。

健康・子育て支援室 ☎63・6970

健康相談を訪れた中谷さん(写真右)は、「大丈夫」は魔法の言葉。いつも勇気づけられています」と微笑む。子どもを抱えているのが助産師の林さん。



頼ってほしくて、うずうず

「育児で不安なことは、すぐに相談するようにしています」そう話すのは、「妊婦・乳幼児健康相談」に毎月顔をみせる中谷尚子(なかの なおこ)さん。初めて授かった颯志(はつし)くんが生後1カ月頃から通っています。

「奈良県内の病院で出産しましたが、出産後の相談は、遠方で難しい。でも、近くに助産師や保健師、管理栄養士など頼れる専門職

の皆さんがいてくれるので心強いですよね。みんなに育ててもらっている感じがして、どこで産んでも大丈夫なんだって思えます。息子は1歳5カ月になります。大好きな地元名産で安心して子育てできています」

中谷さんに寄り添う助産師の林みち子(はやし みちこ)さんは、「育児に関する情報は雑誌やスマホで簡単に手に入りますが、アドバイス通りにいかず、疲れ切ってしまう母親も多い。頼れるところは、周りに頼ってほしい。頼られたくうずうずしてる人も多いんですよ」と笑顔を見せます。



助産師や保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士が、専門的な目で子どもの育ちを見守る「妊婦・乳幼児健康相談」

専門職が支えてくれるので、すごく心強いですよね

妊婦・乳幼児健康相談

専門職による身体計測、健康・栄養・歯科相談、沐浴体験(沐浴体験のみ要予約)

日時 毎月1回(水曜日)9:30～10:30に受付 ※今年10月22日、11月5日、12月3日

場所 保健センター

持ち物 母子健康手帳



歯科衛生士による歯のチェック



普段の様子などを聴き取る

子どもに見せたい親の笑顔

林さんが、15年前から続けているのが、「お父ちゃん、お母ちゃん、笑って」と題した子育て講座。9月には、こども支援センターががやきに集まったママやパパに語りかけました。

「子どもたちが何より望んでいるのは、笑ってるお父ちゃん、お母ちゃん。怒らないでいてほしいわけではありませんが、してほいほいのは喜ぶ努力。大げさに喜んであげてほしいな。それに、『育児はこつしなければ』と頑張り過ぎないで。それよりも、もっと子どもを抱きしめてあげてほしいんです。私は、子どもが小さい頃に『もっと抱きしめて



9月の子育て講座には22組の親子が参加

おけばよかった」と思うことはあっても、『もっと手の込んだ料理を作ってあげればよかった』と後悔したことは一度もないよ」

ゆとりある育児を

講座の中で林さんは、育児を楽しむカギは、「助けて」と言えるかどうかだと強調します。

「育児はかけ算。人手が多い方がいい。『助けて』『手伝って』『話を聞いて』と声をかけて、みんな楽しんで育児をしましょうよ。まずは、自分で自分のことを大切にしてほしい。親の愛が満たされて、ようやく子どもに愛が注がれるんだから。笑えなくなるときは絶対に相談してよ」

「林さんの言葉に、すごく共感できた」と話すのは、3児の母の後藤紗野(ごとう さの)さん。「家事や育児に追われ、最近あまり笑顔でいられたかったかも。ホッと一息つきながら、子どもとの時間を大切にしたいな」とニコリ。

市には、お産を巡る厳しい状況に不安の声が寄せられています。そうした中、妊娠、出産、そして、育児にゆとりをもって笑顔で向き合っていただけという、専門職や地域の皆さんが一丸となって取り組んでいます。



林さんの子育て講座「お父ちゃん、お母ちゃん、笑って」は15年目。育児中の皆さんに「安心」の種をまいてきた

子どもにたくさん親の笑顔を見せられる親でいたいな

知っておきたい お産を巡る現状

県内で分娩を取り扱う医療機関のうち、昨年度だけでも、4つの診療所（うち伊賀地域が2施設）が分娩を中止。そうした中、6月からは、医療関係者や学識経験者、市町の首長による「三重の周産期医療体制あり方検討会」での議論が始まっています。



安心して生み育てる環境を守っていきたい

減少する分娩取扱医療機関

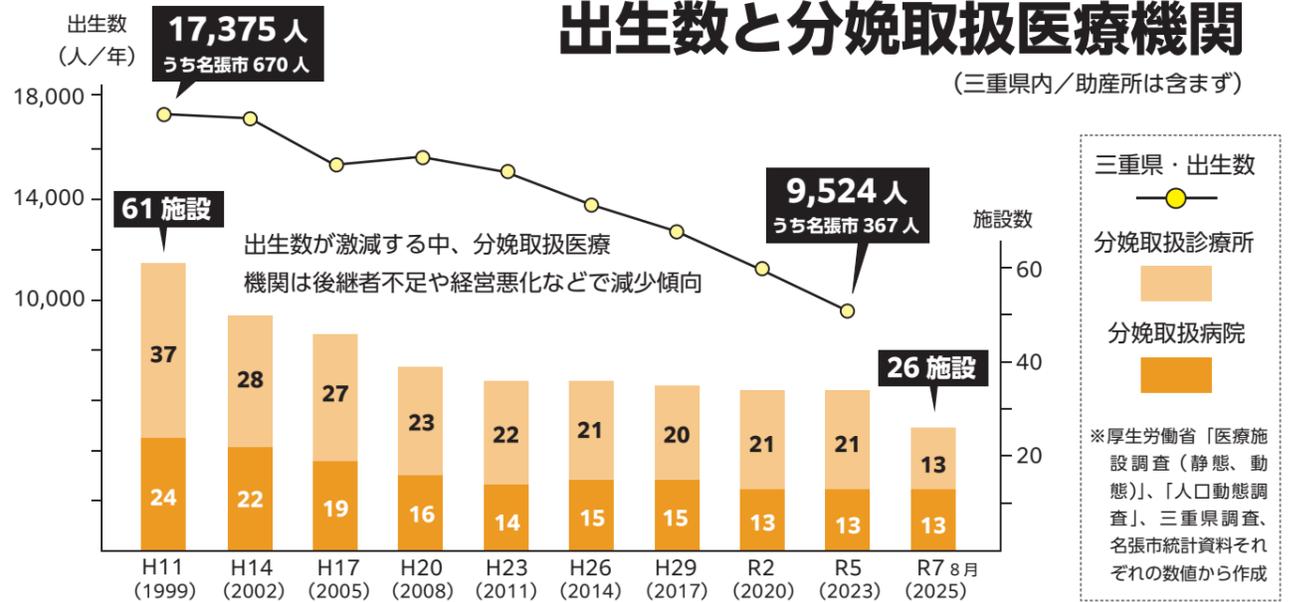
出生数が激減する中、県内の分娩取扱医療機関は減少傾向にあり、8月末で26施設となつていきます。また、診療所勤務の産婦人科医師の高齢化も進んでいる状況で、6月に始まった「三重の周産期医療体制あり方検討会」では、県内のお産を巡る現状や課題が次々に語られました。「出生数が減り、分娩が採算面で成り立たなくなっている。この先も診療が続けられるよう、行政からの支援が必要」

「大学病院からの応援など、診療所にそれなりの人数がない」と、安心安全なお産はできない。スタッフ確保の支援策を「病院勤務の産婦人科医師の53%が45歳未満。開業したいと思えるような土壌を作らない」と「出生前後における地域での支援も課題となっている」

県内を4つのエリアに分け、各エリアごとに、リスクの低い出産は地域の医療機関などで行い、中等度以上のリスクのある出産は周産期母子医療センターなどで行う連携体制としています。しかし、分娩取扱医療機関が減少する中、県内の周産期医療体制の見直しが必要となつていきます。検討会では、「周産期医療現場とタッグを組んで連携していきたい」といった意見も出されました。

出生数と分娩取扱医療機関

(三重県内/助産所は含まず)



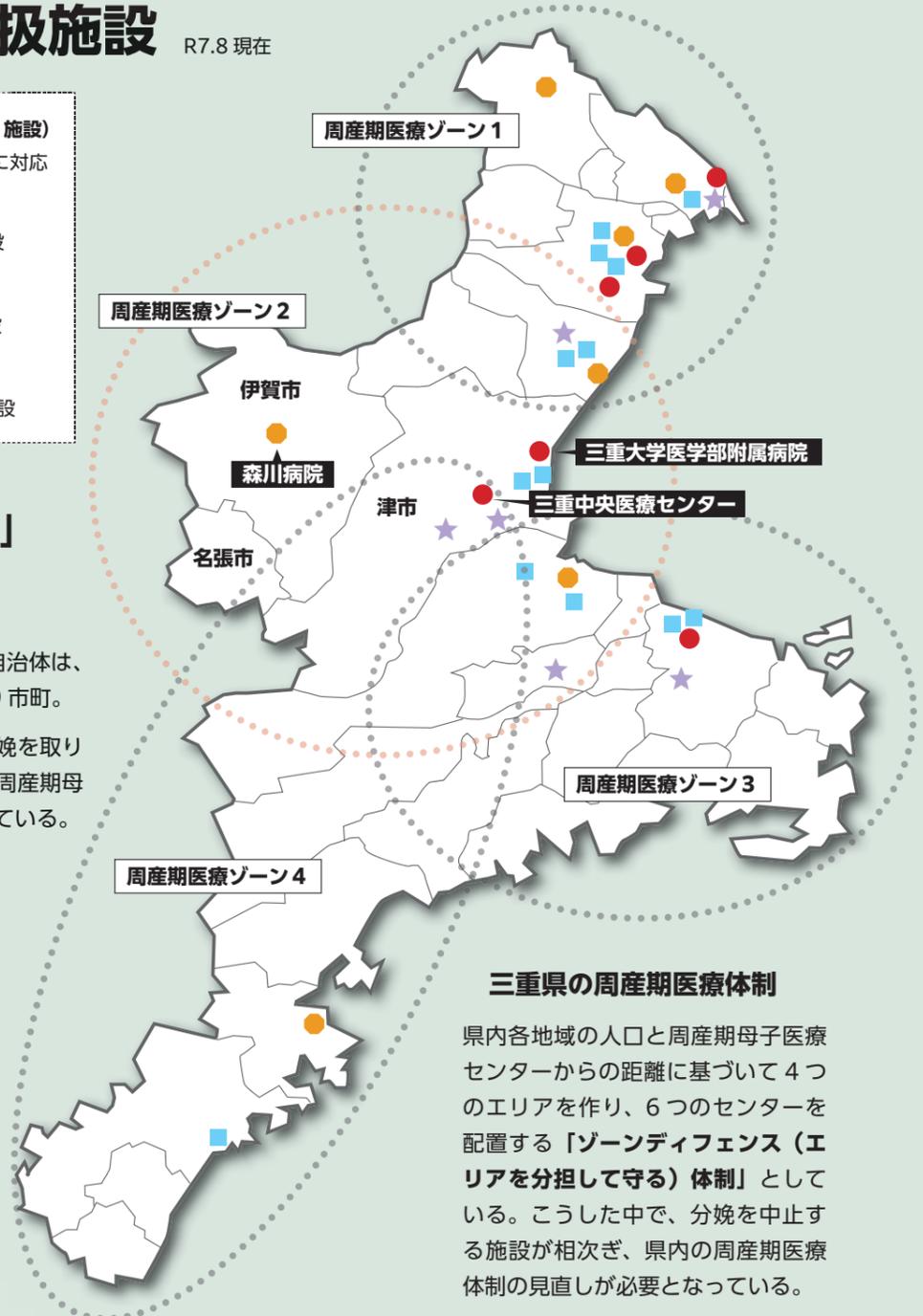
出生数が激減する中、分娩取扱医療機関は後継者不足や経営悪化などで減少傾向

三重の周産期医療体制あり方検討会の議事概要 (三重県ホームページ)
令和8年度中に、周産期医療体制のあり方や分娩取扱施設を維持・確保するための支援策が取りまとめられる予定

県内の分娩取扱施設

R7.8 現在

- 周産期母子医療センター (6施設)
ハイリスク妊娠や新生児の治療に対応
- 病院 (7施設)
20床以上の病床をもつ医療施設
- 診療所 (13施設)
19床以下の病床をもつ医療施設
- ★ 助産所 (6施設)
助産師が管理する9床以下の施設



三重県の周産期医療体制

県内各地域の人口と周産期母子医療センターからの距離に基づいて4つのエリアを作り、6つのセンターを配置する「ゾーンディフェンス（エリアを分担して守る）体制」としている。こうした中で、分娩を中止する施設が相次ぎ、県内の周産期医療体制の見直しが必要となっている。

19市町
29自治体

分娩取扱施設の無い「分娩空白」自治体は、県内29市町中、名張市を含む19市町。

伊賀地域では、森川病院のみが分娩を取り扱い、三重中央医療センターなど周産期母子医療センターがバックアップしている。

70歳以上
産婦人科医師
(診療所勤務)
41%
三重県調査 (R4)

病院勤務の産婦人科医師は、45歳未満が約53%と若い世代が多い。一方、診療所では70歳以上の医師が約41%と、高齢化が著しい状況にある。



名張市長 北川 裕之

「産み育てるにやさしいまち」を守るため、全力で取り組みます

市内で唯一出産に対応してきた産婦人科が、今年1月に分娩を取りやめられました。宿泊型の産後ケアも数多く担っていただいていたので、産前産後のケアも含め、市では、できることから新たな支援策を進めています。合わせて、市内で分娩取扱ができる施設の整備に向け、国や県にも協力を求めながら、あらゆる手段を検討しているところです。

県内の産科の問題については、三重県医療審議会の周産期医療部会に加え、私たち市町の首長も交えた「三重の周産期医療体制あり方検討会」での議論が始まりました。県内で産科病院を集約して対応するという議論もある中、市民の皆さんが安心して妊娠・出産・育児ができる環境をどのように整備していくのかを、しっかり議論していきます。

デイサービス型 産後ケア



退院直後の母子の健康状態や乳児の発育チェック、育児に関するアドバイス、母親の心理面のケアなどを行います。

日時 毎週月・水・金曜日（祝日除く）

9:00～16:00

場所 赤目保育所

利用料 無料

対象 1歳未満のお子さんとその母

定員 1日1組

◎申込には、事前相談と

申請手続きが必要です。

詳しくは市HPで



落ち着いた雰囲気の中、ゆっくりと休息できる環境を整えている



救急隊員は、真剣な面持ちで助産師などから搬送中の緊急対応を学んでいる

妊婦情報事前登録制度

出産予定日などの事前登録で、迅速な救急搬送につながります。



登録

- ・かかりつけ医
- ・出産予定日 など



迅速な搬送

**手厚くサポート
産前産後の相談支援**

妊娠届出時



保健師・助産師が面談などを実施。妊娠中の過ごし方や、相談窓口、産前・産後の支援などをお伝えします。

妊娠8カ月頃



妊娠中の困り事や心配事をアンケート。必要に応じてサービス利用を一緒に考えます。

生後2週間目 全戸電話相談



保健師・助産師が健康状態や困り事がないかなどをお伺いします。

生後2カ月頃

主任児童委員などが家庭を訪問（こんにちは赤ちゃん訪問）。子育て支援制度などをお伝えします。

市では、従来の「宿泊型産後ケア（産科医療機関に委託）」に加え、4月から、赤目保育所内に「デイサービス型（市直営）」を新設。退院直後の親子をしっかりサポートしています。

「なかなか休養をとれない人もいる中、ゆったりと過ごせる場を提供しています。産後の心身の不調や育児不安といった心理

出産後のケアの大切さ

産後は、慣れない育児に心身が最も不安定になる時期です。出産後の母親が安心して育児をスタートできるように、4月から、赤目保育所で出産後のケアを実施しています。

出産後のケア

面のサポートが重要」と、事業を企画した助産師の寺嶋職員。

「夜泣きが続いたり、今後のことを悩んでしまったりして、ひどく睡眠不足になることも。ここではゆっくり休めまじ、助産師さんと看護師さんに安心して子どもを預けられます。ミルクが足りているかなど、育児の不安もじっくり相談できているので、産後ケアで



健康・子育て支援室 寺嶋 紗希（助産師）

セットされて、また頑張ろうって思えるんです」と話します。

Aさんがこの事業を利用したのは、出産後、家庭を訪問した助産師に紹介されたのがきっかけだったといいます。このように、市では、産前産後に、特にきめ細やかな相談体制を築き、母子にとって必要なサービスに結び付けています。

緊急時の搬送を迅速化

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。急を要する状態で、誰も頼る人がいない時には、登録情報をもとに救急車が迅速に搬送します。

また、救急隊員に対して、妊婦の搬送中に必要な知識と技術を高める研修を実施。助産師から分娩について学んだり、分娩

「分娩への対応事例がほとんどない中、隊員がしっかり対応できるようにしておきたい」と、研修を企画した大山隊員。2児の母でもあり、「私自身、難産を経験したので、妊婦さんの不安をできるだけ和らげたいですし、大変な状況でも、生まれる瞬間は少しでも幸せを感じてもらいたい」と熱い思いを込めます。

そのほか、オンライン相談や、遠方出産に対する交通費・宿泊費補助などを通じて、出産への不安を少しでも軽減できるように取り組んでいます。

お産をサポート

市内で唯一出産に対応してきた診療所の分娩中止を受けて、市では、2月から、妊婦のアクセス支援やオンライン相談といった、新たなサポートを始めています。

介助や難産時の対応を確認したりしています。



名張消防署 救急室 大山 優（救急救命士）

**始めてます！
こんなサポート**



**医師・助産師への
オンライン相談**

妊娠から、子どもが1歳の誕生日を迎えるまでの間、医師とのビデオ通話や、助産師とのLINEメッセージチャットなど、自宅からオンラインで気軽に相談できる体制を整えています。



**遠方出産の
交通費・宿泊費補助**

伊賀地域内での分娩が難しいなどの理由で遠方の施設で出産する場合、分娩時の移動にかかる往復の交通費と、出産までの間に待機するための宿泊費の一部を補助します。



保育所（園）での子育て支援 マイ保育ステーション

昭和保育園、みはた虹の丘こども園、赤目保育所で実施。
平日9時から16時までの間、妊婦と親子（未就園児）が、自由に利用できます。詳しくは各園へ



かざみどり（昭和保育園内）
池田 瞳美

マイ保育ステーションは、就園前の親子や妊婦が気軽に遊べる場所。親同士の情報交換や、保育士への相談もできます。保育園にあるので、園児と遊ぶこともありますよ。

最近はパパの利用も増えてきました。孫を預かったおばあちゃんが遊びに来たり、下の子を私たちに預けて上の子としっかり遊んだり。気軽に来られる安全な遊び場として利用いただいています。私が大切にしているのは、親それぞれの育て方に寄り添うこと。子どもも親も、ここで楽しく過ごしてもらえたら嬉しいです。

広い部屋で家でではできないような遊びもできて、子どもも発達にピッタリなおもちゃもたくさん！遊ぶ場所が困ったら、いつでも遊びに来てね。

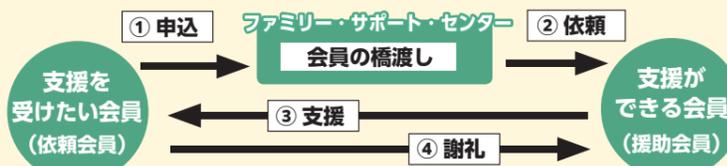
地域の広場

民生委員児童委員や、地域のボランティアなどが運営する広場で、市民センターや集会所などで、地域の皆さんと交流できます。（P11 参照）

なかよし広場

保育所（園）・認定こども園や幼稚園を定期的に開放し、親子で自由に過ごせる広場です。各園の雰囲気を知ることができます。

いざという時、子どもを預けられる安心 ファミリー・サポート・センター



毎月のお楽しみ「親子で遊ぼう」

成長が遅いと不安を感じたり、一日中子どもの世話をしている、イライラしたり…。でも大丈夫！子育てを楽しめるきっかけが、こども支援センターかがやきにあります。

すくすく育て！

子育てを、より楽しめるように

こども支援センターかがやきは、親子でゆっくり過ごせる施設で、里帰り出産のママの利用も大歓迎。乳児や双子の保護者、パパ同士など、同じ境遇の人たちが定期的に集まれる場も設けています。

「妊娠中に気を付けたいことはなに」「母乳だけで足りている

のか心配」「赤ちゃんがなかなか寝付かなくて…」

かがやきで開催される行事のひとつ「安心育児・赤ちゃんルーム」は、妊娠中の人や乳児の保護者が、助産師や保育士を交えておしゃべりできる場。世間話の中で、不安や心配事を解消して笑顔で帰っていきます。

「互いに悩みや喜びを共感し合うことで、安心感が生まれます。これを専門職がしっかりとサポートすることで、ゆとりある育児につながる。そして、親子で遊べるイベントを通して、子育てをもっと楽しんでもらいたい」と北川センター長。

子育て支援の拠点施設として、マイ保育ステーションや地域の広場なども連携。また、いざという時に子どもを預けられる「ファミリー・サポート・センター」の運営などを通して、子育てを応援しています。

ママの声

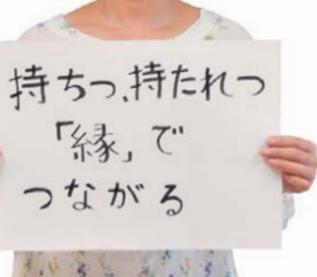
助産師さんの「大丈夫！」で安心できる

ミルクの量や離乳食を始めるタイミングなど、「こんなときどうすればいいの」と不安に思うこともしばしば。ふらっと「安心育児・赤ちゃんルーム」を訪れると、信頼ある助産師さんのアドバイスや「大丈夫」の一言で安心できます。パパ・ママたちと情報交換できるのも魅力ですよ。

宮里 弥穂さん 柚妃ちゃん



こども支援センターかがやき
センター長 北川 由香



援助会員
三木 愛さん

産気づいた時、子どもの面倒をみる人がいなかったら預かってほしい、との依頼がありました。泊まりになるかもしれない、家族に相談すると、「これも何かの縁。困ってるんやったら受け入れてあげて」って。しばらくして、無事生まれた。結局、面倒をみてくれた人がいたそうですが、いざという時のことを思うと心強かったと喜んでくれました。私も、かつて、子育てサークルの先輩ママたちが「なんでも聞いて」と言ってくれて、すごく頼りになったことを思い出します。

持ちっ、持たれっですよね。子どもを預ける手段を確保しておきたい人、そして、子どもが好きで時間が取れる人は、会員登録してみてください。

妊娠・出産・育児の切れ目ないサポート

フィンランドの「ネウボラ」と呼ばれる子育て支援を参考に、人と人、人と地域を結びながら、妊娠・出産・育児の切れ目ない支援につなげます。この仕組みを「名張版ネウボラ」と呼び、安心できる子育て環境を整えています。



名張版ネウボラ



妊娠



出産



乳児期



幼児期
～18歳

チャイルドパートナー（まちの保健室の職員）が、継続して母子をサポート

母子保健コーディネーター（市の助産師や保健師）が、多様な支援をつなぐ

地域の皆さんによるあたたかいサポート



「名張版ネウボラ」で3つの安心をつながるこそだて

01 まちの保健室が、ずっとつながる



美旗地区 まちの保健室
山本 博子

市内15カ所があり、誰もが気軽に立ち寄れるまちの保健室（まち保）。看護師や社会福祉士など福祉の専門職が「チャイルドパートナー」として、妊娠から出産、育児へと継続して寄り添います。「長く付き合っていると、普段と違う様子に気が付きやすいんです。辛そうな時は『最近どう？』って声をかけたり。私たちに、どんどんグチをこぼして、心を軽くしてほしい」と山本職員。家族のように何でも話せる心強い味方です。

ママの声

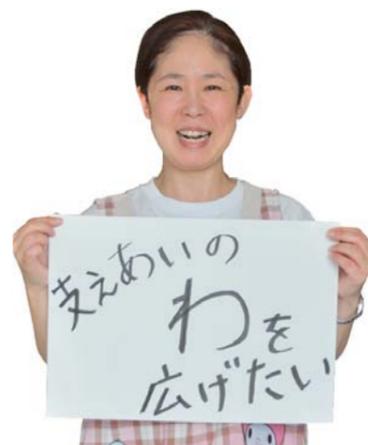


心から受け入れてくれる雰囲気素敵！

初めてまちの保健室を訪れたので少し緊張しましたが、とびきりの笑顔で扉を開けてくれて、ほっと一安心。明るくって、何でも相談できる皆さんだと感じました。親が遠くに住んでいるので、心強いつながりができてとってもうれしいな。

渡辺 奈津実さん リひと 理仁ちゃん

02 地域の人たちとつながる



おじやまる広場 代表
井上 悦子さん

ママ・パパや地域とのあたたかいつながりを実感できる「地域の広場」。地域の皆さんの協力で実施されています。つつじが丘市民センターで毎月2回開催されている「おじやまる広場」は、20人ほどの地域のボランティアで運営されています。「今はSNS

でいろんな人の育児情報が手に入りませんが、他の子と比べてどうかで、不安が募ってくる場合も…。ママたちを孤立させない居場所を作っておきたい」と話すのは、代表の井上悦子さん。4児の母親で、利用者から運営側に加わった一人です。「私自身、広場に参加して「育児はみんなの手を借りていいんだ」と思えるようになりました。現在、地域の子育て支援やPTAの役員には、広場を利用してママたちが多く関わっていますが、身近に広場のボランティアの姿をみてきたからかな。これからも、地域で支え合いながら子育てしていけるといいですよ」と笑顔で話してくれました。

03 切れ目なく支援がつながる



母子保健コーディネーター
有年 貴子（健康・子育て支援室）

市の保健師や助産師が「母子保健コーディネーター」として、まちの保健室や地域の広場などと連携し、母子に必要な支援に結び付けています。また、「はりっこまるまるセンター」を、昨年4月、市役所1階に設置。児童福祉の分野も含め、妊娠から出産・子育てまで、切れ目なくサポートします。「ワンチームで、その人らしさを大切にできる支援を」と有年職員。関係機関の連携強化を図っています。



ママの声

ものすごく安心できる居場所です

私が小さい頃、母親に連れられてきたおじやまる広場。楽しかった記憶が残ります。今度は、自分が母親として参加。地域の皆さんが、あたたかく声をかけてくれますし、ここでのママ友もできて、ものすごく安心できる居場所ですね。

嶺山 菊さん、樹乃ちゃん

パートナー



ほこやま 鋒山 貴之さん (育休中)
奈穂さん 晴太ちゃん 颯太ちゃんと

泣 き方が変わったり、絵本を見
て反応してくれたり、でき
ることが増えていくことがうれし
くて。公園にも早く連れていき
たいな。これらも、妻と一緒に子
育てを楽しんでいきたいです。

子 どもが生まれて3カ月。双子
が一度に泣き出すと何もでき
ません。買い物に行くのも一苦労。
一人で育児するなんて考えられま
せんよね。同時に家事もこなすな
らんで到底無理！子どもが一人だっ
たとしても大変なはず。

妻 は名張で暮らしてまだ2年。
周りで頼れる人は、あまりい
ません。そんな妻を支えたいと思
い、育児休暇を取ろうと決めてい
ました。期間は1年間。職場で育
児休暇を取得している人は少ない
ので、みんなが当然のように取る
ようになればいいと感じます。

特集 頼ってほしい～母子に寄り添うみんなの思い～

みんなの力で なんとかなる

母子に寄り添う頼れる味方は、名張にたくさん！
みんなで地域の子どもたちを育てていこう！



「こんにちは赤ちゃん訪問」は、地域とつながるきっかけに

事業者



株式会社 安永
田中 聡子さん

今 年度の育休取得率は、男女と
もに100%！男性の取得
日数も伸びて、会社全体に「男女
関係なく育休を取るのが当たり前」
という雰囲気浸透しています。

管 理職を対象とした子育て支援
制度などの研修や、育休後の
復帰に向けた支援、時短勤務、不
妊治療の休暇制度、ファミリーイ
ベントなど、さまざまな制度で社
員の子育てをサポート。社内掲示
板や社内報に、育休中のパパの声
や、育休に関する給付金について
載せるなど、育休取得に向けた情
報発信にも取り組んでいます。

仕 事と育児を両立できる環境を
整えることで、社員一人ひと
りがキャリアを諦めずに活躍して
ほしいと願っています。会社の財
産である社員が安心して働き続け
られるように、今後も子育て支援
の取組を継続していきます。

地域



主任児童委員
丸仲 美都子さん

地 域の身近な相談相手「民生委
員児童委員」の中でも、子ど
も子育て世帯の支援を担当して
いるのが「主任児童委員」です。

予 防接種や子育て支援制度、地
域の広場などを紹介する「こ
んにちは赤ちゃん訪問」では、こ
れまで、300世帯以上を訪問し
てきました。「夜寝てくれない」、母
乳を飲んでくれない。そんな心配
事を聞くと、「育児に間違いはない。
大丈夫ですよ」と、経験を交えな
がらお伝えします。皆さんと顔な
じみになることで、気軽に地域の
広場などに顔を出してもらおうき
っかけにもなっているんですよ。

あ の赤ちゃんがこんなに大きく
なったんや」と、子どもた
ちが成長していく姿を見守れるの
がうれしいですよ。これからも、
地域のみんなで、子どもたちを見
守っていききたいな。

発達 支援



子ども発達支援センター
センター長 日置 君代

周 りが特性を理解すれば、子ど
もは「自分はこれでいいんだ」
と安心して過ごせます。「できない
こと」を見るんじゃなくて、「得意
なこと」に目を向けてあげてほし
い。子どもとの関わり方のヒント
や相談先が分かる「名張市発達支
援ハンドブック」も、ぜひ読んで
みてくださいね。



ハンドブック

夜 間や休日、子どもの具合が
急変し、大変な不安思いをさ
れた親御さんも多いのではないで
しょうか。市立病院では、「小児救
急医療センター」を開設し、24時
間365日、受診が必要になった
ときに、しっかり対応できる態勢
を整えています。

体 調の変化をうまく伝えること
が難しく、発病に気付きにく
いのが小児の特徴です。気になる
症状があれば、早めの受診を心が
けてください。診察では、訴えて
いる症状だけでなく、全身を診る
ようにして、適切な治療や支
援を提供できるよう努めています。

受 診が必要かどうか、また、症
状以外にも、アレルギーの
こと、睡眠不足が続いているなど、
普段の様子で気になっていること
があれば、どんなことでも気軽に
ご相談ください。

医療



市立病院 小児科医師
須藤 博明

あなたの力で



市民の皆さんからお寄せ
いただいた「妊娠中や子育
てで、なんとかなった」エ
ピソードをご紹介します。これか
ら、市民ぐるみで妊婦や
親子に寄り添っていきましょう！

なんとかなった
エピソード集
(現在も募集中)



妊 婦だったころ、横断
歩道で登下校を見守
っている皆さんが、児童だ
けでなく私も横断歩道を渡
りやすいよう誘導してくれ
ました。誰にでも気軽に声
をかけた優しくしたりで
きる名張の人たちが、とて
も素敵だなあといつも感じ
ています。

夫 は交代勤務で不在も
多く、2人の子ども
と過ごす時間が心細くて
…。でも、近所のおぼちゃ
んたちが「一緒にごみ出し
をしとこか?」「赤飯炊い
たからおすそわけ」と、何
かと気につけてくれて、心が
癒されました。



「抱いとくよ」と言ってく
れる人も。そ
の優しさに目
には涙が…。

息 子を叱ったら、家を飛
び出し迷子に…。生後
6カ月の下の子を抱えて探
し回っていたら、夫が連れ
て帰ってきたんです。なん
と、高校生3人が近所で「こ
の子知りませんか?」って
聞いてまわってくれていた
んだそう。本当にありがと
うございました。





病院職員発の取組
なばりジュニアメディカルラリー



動画でみよう



近大高専で、9月13日、9チーム38人の中高生が応急手当の技術などを競った。事前学習で学んだ知識を、不測の事態にどう生かすか。チームワークや考える力も試される。



市立病院で、8月30日、小麦や卵などを使わないたこ焼きなど、食物アレルギー対応の夏祭りを開催。医療従事者が見守る中、48家族が安心して楽しんだ。



動画でみよう

病院職員発の取組
名張市立病院 ザ☆なつまつり

市立病院のあゆみ

- H9年4月** 名張市立病院 開院
- H16年4月** 医師の臨床研修制度の改正により医師不足が深刻に
- H19年10月** 内科で完全紹介外来制を開始
- H20年4月** 伊賀地域3病院で救急輪番制開始
- H26年1月** 小児救急医療センター開設
- R3年8月** 市議会が「民間活力の積極的な導入」などを提言
- R4年1月** 市立病院在り方検討委員会を設置
- R5年2月** 在り方検討委員会から答申
- R6年1月** 地方独立行政法人への移行を表明
- R7年10月** 地方独立行政法人へ移行

法人化で目指すこと
運営主体が市から法人に変わること、代表者が市長から現場に近い理事長へ変わります。これにより、迅速な意思決定と柔軟な組織体制を生かした効率的な運営が可能となります。また、法人独自の就業規則や手当の導入なども検討し、職員の働きがいを高め、人材確保の強化につなげていきます。

ちがって、業務改善や組織強化につなげています。こうした取組の先駆けとなっている事例が、アレルギーのある子ども祭りを生かした「ザ☆なつまつり」や、若い世代に医療への関心を高めてもらう「なばりジュニアメディカルラリー」。いずれも、職員が発案し、連携し合いながら、使命とやりがいを持って取り組んでいます。

法人化後の中期計画第1期（10月～令和10年度末）の最優先課題は、看護師の確保。200床中117床となっている病床稼働の回復を目指しながら、収支改善に向けた取組を推進し、経営基盤の強化を図ります。

10月、名張市立病院は 地方独立行政法人に移行 より親しまれ、 信頼される病院へ

市立病院は、10月1日、「地方独立行政法人」へ移行しました。迅速な意思決定と柔軟な組織体制のもと、病院職員の働きがいを高め、引き続き、基本理念である「市民の皆様に関心され信頼される病院」を目指します。

市立病院経営企画課 ☎ 61・1100



経営形態を地方独立行政法人へ

市立病院は、地域医療の中核的な役割を担ってきましたが、近年は医療収支が悪化傾向にあり、人口減少などで受診患者も減少。さらには、医師や看護師不足も課題となっています。そんな中、「名張市立病院在り方検討委員会」からの答申などを踏まえ、10月1日、市立病院は、経営形態を「地方独立行政法人」に移行しました。「地方独立行政法人」は、民間企業では実施が難しい公共的な事業を効率的、効果的に行うために、市が100%出資して設立する法人です。

もちろん、法人化後も、公立病院としての役割は変わりません。救急医療や小児医療、感染症対策、災害医療など、市民の命と健康を守るために必要な医療をしっかりと継続。市は法人の設立団体として、中期目標を定めるなど、今後も病院の経営に関わり続けます。

未来を担う世代に医療のやりがいと魅力を伝えたい



市立病院 救急救命士 西田 勝太

医師、看護師、救急救命士がチームを組み、医療の緊急対応を競う「メディカルラリー」。市立病院と消防本部によるチームは、全国大会での優勝経験もあります。この競技で学んだことを地域で生かそうと、中高生による「なばりジュニアメディカルラリー」を始めました。

今年で4回目となりますが、参加者の中から医療職へ進もうとする人材も出てきてくれるので、うれしいですね。法人化後も、市立病院や消防本部の職員、大会運営に駆け付けてくれる市内外の医療従事者などと力を合わせて、医療のやりがいと魅力を伝えていきたいです。

病院職員の思いの詰まった手作りの夏祭りを

イベント開催の発端は、職員間の意見交換会でした。「職種を超えて交流を深めたい」「みんなで楽しい企画を実現したい」という声があり、アレルギーを持つ子どものための夏祭りを開催することに。多職種間で協力し合って、企画・準備・イベント開催に取り組んでいます。

2回目となる今年は、メニューを増やし、エレクトーンなど職員の特技を生かした企画も実現。参加した親子から「アレルギーを気にせず思いきり楽しめた」と喜んでもらえました。法人化後は職員間の連携をさらに強めながら、イベントをパワーアップさせていきたいですね。



市立病院 管理栄養士 松本 優子 / 小児科医師 小林 穂高

**聴覚に障害のある人が対象
「普通救命講習」参加者**

☎ 消防本部 救急室 ☎ 63 - 0997
 時 12月14日回
 9:00～12:00
 所 防災センター
 定 先着30人
 申 10月31日 金～11月15日 田に申込フォームか、各署所で直接申込(9:00～21:00の間のみ)
 ◎付き添いは1人まで受講できます。



**「市民バスケットボール大会」
参加者**

☎ 市バスケットボール協会(西口)
 ☎ 090 - 3484 - 7053
 時 11月3日(月・祝) 8:00～
 所 ベルウイングアリーナ
 対 市内在住の高校生以上の人
 申 10月24日 金までに、☎ n_c_b_b_a@yahoo.co.jp で問合先へ

自衛官募集中

☎ 自衛隊 伊賀地域事務所
 ☎ 21 - 6720
 募集職種 一般曹候補生
 自衛官候補生

**「障害者アグリ就労推進
研修会」参加者**

☎ 障害福祉室 ☎ 63 - 7591
 障害者の農業での雇用創出に関する講演や、事例報告を行います。
 時 11月11日 日 13:30～17:00
 所 防災センター
 申 11月4日 日(消印有効)までに、電話、☎ shogai@city.nabari.lg.jp、郵送(〒518-0492 鴻之台1-1)、FAX 63-4629のいずれかで申込

**「獣害から学ぶエコツアー」
参加者**

☎ 観光交流室 ☎ 63 - 7648
 地域おこし協力隊による獣害についての講話後、鹿の仕組みの紹介、鹿の解体体験をモニターツアーとして実施します。
 時 11月1日 土 10:00～15:00
 所 赤目四十八滝キャンプ場
 対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
 定 10人(最少催行人数6人)
 ¥ 5,000円(高校生以下3,000円)
 申 10月29日 日 12:00までに、申込フォームから申込

募集

**三重大学医学部医学科推薦入試
「地域枠B」推薦希望者**

☎ 医療福祉総務室 ☎ 63 - 7579
 地域医療に携わる医師を確保するために、大学卒業後、市の地域医療に貢献することが確約できるなどの要件を満たす人を推薦します。
 推薦枠 2人以内(面接)
 申 10月27日 日までに、必要書類を学校を通じて問合先へ

**職場での人権について考える
「人権啓発企業研修会」参加者**

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63 - 7909
 時 11月14日 金 15:00～16:45
 所 市役所1階 大会議室
 テーマ 「ビジネスと人権を巡る近年の動向と企業の取組」
 講師 芝本 正明さん(大阪企業人権協議会) 定 80人
 申 11月13日 日までに、問合先へ

**「第25回大人たちの dokidoki
コンサート」出演者**

☎ adsホール ☎ 64 - 3478
 開催予定日 令和8年2月22日 日
 募集ジャンル ピアノ、声楽、管楽器、弦楽器、打楽器
 ¥ 1人8,000円、2人10,000円
 ◎3人以上は問合先へ
 申 11月9日 日(必着)までに、申込書(adsホールHPからも出力可)に参加費を添えて申込

**「事業承継個別相談会」
参加者**

☎ 三重県信用保証協会 ☎ 059 - 229 - 6012
 時 11月11日 日 11:00～16:00
 所 名張商工会議所
 対 事業承継に興味のある人
 定 先着8企業
 申 10月24日 日までに、問合先へ

インフルエンザ・新型コロナワクチン接種

実施期間 10月1日～令和8年1月31日 ☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63 - 6970

高齢者 個人負担金
 インフルエンザ 2,000円 コロナ 7,800円
 対象 名張市に住民票のある65歳以上の人
 ※60歳以上65歳未満でも、心臓・腎臓・呼吸器・免疫の障害により生活が極度に制限される人など、対象になる場合があります。
 ◎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 ※年齢は接種時点

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カ月から就学前の乳幼児 ※期間中1人2回まで
 ※窓口で助成額を差し引いた額をお支払いください。
 ※下表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：令和8年3月31日 日までに

事前に医療機関へお申込みください

医療機関名(電話番号)	インフル エンザ	コロナ	医療機関名(電話番号)	インフル エンザ	コロナ
かとう小児科医院(65-5311)	乳		ちひろ内科クリニック(41-0005)	高	高
なばりこどもクリニック(62-2105)	乳		寺田病院(63-9001)	高	高
みらいのこどもクリニック(62-3888)	乳		名張市立病院(61-1100)		乳
呂小児科(51-7006)	乳		名張ふくにしクリニック(64-1717)	高	高
赤目養生診療所(64-1055)	高		信岡医院(65-0023)	高	乳 高
秋山整形外科クリニック(62-7000)	高		はしもと総合診療クリニック(050-1807-1242)	高	乳 高
東整形外科(65-2130)	高	乳 高	福喜多耳鼻咽喉科(63-1133)	高	乳 高
上坂内科(64-8211)	高	乳 高	藤本産婦人科(63-0995)	高	乳
うえなみ内科クリニック(63-9321)	高	高	ほりいクリニック(61-1231)	高	高
おおふち医院(62-7800)	高	乳 高	堀井内科(65-5355)	高	高
釜本医院(63-0345)	高	乳 高	前沢整形外科(63-1008)	高	
桔梗が丘四番町診療所(65-0102)	高		ますだ呼吸器科クリニック(41-2277)	高	
喜多医院(65-2088)	高		松永整形外科クリニック(64-7300)	高	高
木野整形外科(67-1515)	高		森岡内科クリニック(63-0003)	高	高
久保耳鼻咽喉科クリニック(65-7111)	高	乳	矢倉医院(65-2251)	高	乳 高
さかい循環器内科クリニック(62-0500)	高	高	やすだクリニック(61-2332)	高	高
すぎのクリニック(62-1700)	高		山尾医院(68-1055)	高	乳
総合医療クリニック桔梗(66-1190)	高	乳 高	やまがみ眼科(62-0888)	高	
卓山医院(65-0001)	高	乳 高	湯村内科(61-1212)	高	高
武田産婦人科(64-7655)	高	高	百合が丘クリニック(64-2000)	高	乳
田合医院(63-0271)	高	乳 高	黒田クリニック(52-2099)	高	乳 高
たなかファミリークリニック(68-8555)	高	乳 高	城医院(52-0017)	高	乳 高

※効果と副反応をご理解の上、自らの意思で接種してください。

ご意見をお寄せください パブリックコメント
教育とスポーツに関する計画(素案)
 意見提出期限 10月31日 金
 資料の閲覧場所 市HP、市民センター、市役所
 名張市教育振興基本計画「(仮称)第三次名張市子ども教育ビジョン(素案)」
 未来を切り拓く子どもの夢を実現するため、学校・家庭・地域が、連携・協働し、社会総がかりで子どもの教育を進めていきます。
 意見の提出先 ▶☎ kyouiku@city.nabari.lg.jp ▶FAX 63 - 9848
 ▶郵便・持参(〒518-0492 鴻之台1-1 教育総務室)
 ☎ 教育総務室 ☎ 63 - 7849
第2次名張市スポーツ推進計画(素案)
 スポーツに親しむ機会や環境を整え、スポーツを通して人と人、人と地域がつながる「スポーツを楽しめるまち なばり」の実現を目指します。
 意見の提出先 ▶☎ shiminsports@city.nabari.lg.jp ▶FAX 63 - 9848
 ▶郵便・持参(〒518-0492 鴻之台1-1 市民スポーツ室)
 ☎ 市民スポーツ室 ☎ 63 - 7100

10月開始 そば打ち体験やパン作り、木工教室…
多彩なメニューで介護予防!
 ☎ 地域包括支援センター ☎ 63 - 7833
 身近な地域で、22の事業者が、10月から介護予防事業を開始(65歳以上の方が対象)。体操はもちろん、そば打ち体験や雑貨づくりなど、多彩なメニューが無料で体験できる!詳しくは、各地区まちの保健室や地域包括支援センターでご紹介しています。市ホームページもご覧ください。

**国保特定健診・後期高齢者健診
の受診はお早めに！**

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

対象者には6月下旬に受診券を発送済みです。紛失した人は、再発行します。

実施期間 11月29日迄まで

◎詳しくは「広報なばり6月号」に掲載



**証明書などのコンビニ交付
サービスを一時停止します**

☎ 戸籍・住民登録室 ☎ 63 - 7440

市庁舎の計画停電に伴い、住民票の写し・印鑑登録証明書などのコンビニ交付サービスを一時停止します。

時 11月22日(土)・23日(日)・祝



**三重県最低賃金改定
時間額 1,087 円に引き上げ**

☎ 三重労働局労働基準部賃金室
☎ 059 - 226 - 2108

11月21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)。*中小企業への支援などあり

宝くじの助成金で備品を購入しました

(一財)自治総合センターの一般コミュニティ助成事業を活用して、心肺蘇生訓練人形とAEDトレーナーを購入しました。今後、救急講習に活用していきます。



☎ 消防本部 予防室 ☎ 63 - 1412

リバーナホール 催し

☎ 63 - 7824 (商工経済室)

■ 写真展

時 11月1日(土)～3日(月)・祝

10:00～17:00

◎詳細は、写遊浪漫の会・岡田 (☎ 52 - 3435)

■ 防災用品展示会

時 11月8日(土) 10:00～17:00

◎詳細は、危機管理室 (☎ 63 - 7271)

■ 市美術作家協会秋季展併チャリティー展

時 11月13日(日)～16日(日)

10:00～17:00 (13日は12:00から、16日は16:00まで)

◎詳細は、市美術作家協会・川森 (☎ 48 - 7991)

お知らせ

**高齢年金受給者
「扶養親族等申告書」の提出を**

☎ 扶養親族等申告書専用ダイヤル
☎ 03 - 6837 - 9932

- ・65歳未満で年金額が155万円以上
- ・65歳以上で年金額が205万円以上

- ①令和8年分扶養親族等申告書が届く
- ②必要事項を記入・入力して期日までに日本年金機構に提出

*提出をしない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があります。

**ads ホール 催し
(青少年センター)**

☎ 64 - 3478

■ May Concert ～11月の天使たち～

時 11月2日(日) 15:00～18:00

◎詳細は、重住 (☎ 23 - 9233)

■ Maebun Piano Concert 2025

時 11月3日(月)・祝 13:30～16:00

◎詳細は、(有)前田文具 (☎ 63 - 0159)

■ 森ルリ子ジャズダンススタジオ
発表会

時 11月9日(日) 14:00～15:30

◎詳細は、森ルリ子ジャズダンススタジオ・竹内 (☎ 080 - 3636 - 5763)

■ マリンバ・ピアノ・パーカッションによる
未来へ夢を…vol.10

時 11月15日(土) 19:00～21:00

16日(日) 14:00～16:00

¥ 前売り…一般 1,800 円、中学生以下 800 円、当日…一般 2,500 円、中学生以下 1,000 円 (幼児無料)
◎詳細は、アンサンブル宙 (sora)・兼本 (☎ 090 - 2579 - 5793)

■ 名張学園祭

時 11月23日(日)・祝 10:00～16:00

◎詳細は、名張地区まちづくり協議会・伊集 (☎ 090 - 3655 - 8700)

■ 名張第九・伊賀オケ合同第九演奏会

時 11月30日(日) 14:00～16:30

¥ 前売り 1,200 円、当日 1,500 円、高校生以下無料、未就学児不可

◎詳細は、名張第九を歌う会・山田 (☎ 090 - 7045 - 3383)



**本と秋を楽しむ
図書館まつり**

☎ 市立図書館 すなお ☎ 63 - 3260

時 10月25日(土)

▶ 13:00～ あきぞらフェス(リサイクル本の配布会)

スーパーボールすくい ※なくなり次第終了

▶ 14:30～ どんぐりで工作しよう！
*10月24日(金) 15:00までに要申込
▶ 終日 みつけてピンゴ！

所 市立図書館 すなお



**国際交流イベント
NabiChan ワールドフェスタ**

☎ 多文化共生センター(NabiChan)
☎ 64 - 6711

世界の民族衣装試着体験、スタンプラリーなど催し盛りだくさん！

時 11月9日(日) 13:00～16:00

所 総合福祉センターふれあい



**ベルウイングアリーナ
催し(総合体育館)**

☎ 63 - 5339

■ 11月 オープンアリーナ

利用料:120円 ※中学生以下60円
・バドミントン…5日(日) 9:00～12:00
19日(日) 13:00～17:00
・卓球 … 12日(日)・14日(金)・21日(金)
13:00～17:00

■ パーソナルトレーニング

◎完全予約制
¥ 30分3,000円、60分6,000円
コース割引あり



**伊賀電口発 登山含む 12km
錦生ウォーキング大会**

☎ 錦生市民センター ☎ 63 - 0252

電口・城山城址や阿清水川などを巡る約 12km のコースを歩こう。

時 10月26日(日) 9:00～15:00 頃

集合場所 錦生市民センター(8:00 受付開始) ◎駐車は錦生運動場(旧錦生小学校運動場)へ

定 先着 70 人

申 10月21日(日)までに、電話か FAX 63 - 3636 で申込

※弁当は各自持参。小学生以下は保護者同伴



**11月15日・16日は入場無料
名張藤堂家邸・夏見廃寺展示館**

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63 - 7892

関西文化の日に合わせて、入場料が無料に。この機会にぜひ！

時 11月15日(土)・16日(日)

いずれも 9:00～16:30



**関西医科大学寄附講座
「市民公開講座」**

☎ 子ども発達支援センター
☎ 62 - 1088

時 11月30日(日) 13:30～15:30

所 子どもセンター

講演 「学習につまずきがある子どもたちの理解と支援」

講師 奥村 智人さん(大阪医科薬科大学 小児高次脳機能研究所)

定 先着 100 人(先着 10 人託児あり)

申 11月14日(金)までに、申込フォームから申込



催し

**絵本を通して楽しい時間を！
しんちゃんの絵本ライブ**

☎ 子ども支援センターかがやき
☎ 67 - 0250

「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&トークを開催！

時 11月21日(金) 10:30～11:30

所 子ども支援センターかがやき

申 10月23日(日)～11月20日(日)に、申込フォーム、電話、直接のいずれかで申込



**市社会福祉大会 第2部
「ひきこもりに関する講演会」**

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 63 - 1111

時 10月25日(土) 11:15～12:15

所 総合福祉センターふれあい

テーマ 「ひきこもりについて知る」～理解から始める寄り添いの一歩～

講師 川乗 賀也さん

(同朋大学 准教授)

申 申込フォームから申込



**空家・生活のお悩みありませんか
「すまいの活用&生活相談会」**

☎ 住宅室 ☎ 63 - 7740

相続や空家の売却など、住まいに関する相談や、生活にお困りの人の相談に、専門家が応じます。

時 11月8日(土) 13:00～16:00

(15:30 最終受付)

所 市役所 1 階 大会議室



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
愛車の買取なら地元の
亀井商事
出張費 0円 査定費用 0円 引取手続き 0円
〒518-0441 名張市夏見291番地 買取受付ダイヤル
Kamei 株式会社 亀井商事 0595-62-3131

プロのおそうじ **ServiceMASTER** **DUSKIN**
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 TEL 0595-65-8411 esprit@shore.ocn.ne.jp
ダスキンエスプリ ISO14001認証 名張市新田1249-4

広告

第29回 2025年度 参加費無料
**中学校・高等学校
学校説明会** 参加校 約30校
11月2日(日) 12:00～16:00
※ご都合の良い時間でご参加いただけます。
ベルウイングアリーナ(名張市総合体育館)および 勤労者福祉会館で開催!
昇英塾
各校個別相談(中学校18校・高等学校28校が参加予定)
事前予約制 県立高校集団説明会(津・津西・上野・名張青峰・名張高校)
事前予約制 進路・学習相談コーナー(玉井 潤代先生)などイベント盛りだくさん!
小学生保護者対象

市役所などの受付時間を短縮しています



令和7年8月1日～

9:00～16:30

対象施設 市役所、保健センター、まちの保健室、上下水道部庁舎(電話の受付時間は変更なし)ほか



「広報なばり」に、広告を掲載しませんか?
毎号約34,000部発行・市内全戸に配布します。

	相談名	日時	相談場所	電話番号
法律・債務など	弁護士相談	14日金 10:00～16:00	市役所	63-7416
	交通事故相談	7日金 13:00～15:00		
	行政相談	20日金 13:00～15:00		
	司法書士相談	21日金 13:00～16:00		
	行政書士相談	27日金 13:00～16:00		
	消費生活相談・多重債務相談	平日 9:00～16:30		
	法テラス法律相談 ※要予約	4日金 13:00～16:00		050-3383-5470
	女性弁護士による法律相談 ※要予約	7日金 10:00～14:00	男女共同参画センター	63-5336
人権・悩みなど	人権相談 ※要予約	11日金 13:30～16:00 18日金 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 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	13日金 17:00～19:00		
	メンタルヘルス相談 ※要予約	20日金 10:00～12:00 25日金 13:00～16:00		
	外国人住民相談	火～日曜日 9:00～17:00		
		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
福祉・年金	介護相談 ※「まちの保健室」でも実施	平日 9:00～16:30	地域包括支援センター	63-7833
	障害者福祉相談	平日 9:00～16:30	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	25日金 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	21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	11日金 10:30 / 13:00 / 14:30 25日金 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) 10:15～16:30	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	5日金 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	14日金 13:30～15:00 28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 10:00～16:30	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	15日金 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	4日金 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	25日金 13:30～16:00	名張市役所 304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。



9月号では、野良猫を減らしたいと市内で活動している2団体をご紹介します。皆さんは、保護猫活動や地域猫のこと、知っていましたか？



昔は「野良猫に餌をあげてはいけない」と周知されていたが、今は地域猫として世話をする取組が広がっていることを初めて知りました(20代)

三重県が殺処分ゼロという事実には驚きました。ひとえに保護猫活動をされている皆さんの活動あつてのことだと思います(30代)

最近交通事故に遭った猫を見かけることが減った気がします。保護猫活動のおかげで尊い命がたくさん救われているんですね(30代)

以前は近所にたくさんいた野良猫を、最近あまり見かけなくなりました。小さい命を守る活動をしている人たちに感謝しかありません(50代)

子どもも高齢者も気軽に出入りできて、猫と気軽に触れ合える場ができたらいいな。「猫に会いに行く」生活が普及したら嬉しいです(60代)

猫は好きだけど、自分の年齢を考えると飼えないので、全ての猫が幸せに暮らせることが私の幸せです(70代以上)

読者の声

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

▼はじめて広場
11月21日金 10:30～
まずは、こちらの広場に
参加してね!

▼親子で遊ぼう「えのぐで遊ぼう」
11月14日金
10:30～/11:00～
※10月29日金～
前日までに要予約

▼健康相談・歯科相談・栄養相談
11月19日金 14:00～15:00

▼安心育児・赤ちゃんルーム
11月13日金・27日金 10:00～
(予約不要)
11月6日金・20日金 13:30～
(事前予約制・
3組限定・
個別相談のみ)

かがやき大好き! 森永色ちゃん

親子でいつも利用しています。育児の相談にのってもらえて、子どもにとって良い刺激になる場所。かがやきが大好きです😊

予約はこちら

11月 伊賀地域 二次救急 休日・夜間 実施病院

☎ 医療福祉総務室 ☎ 63-7579

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

・医療体制確保のため、伊賀地域3病院で二次救急医療を実施
・受入対象は重症患者です(実施日のみ受入)

名…名張市立病院 (☎ 61-1100)
上…上野総合市民病院 (☎ 24-1111)

平日…17:00～翌日 8:45 土・日曜、祝日…8:45～翌日 8:45

岡…岡波総合病院 (☎ 21-3135) 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

◎ 平日昼間 8:45～17:00 は、名張市立病院で二次救急を実施
◎ 小児救急は、24時間 365日名張市立病院で対応(外科除く)

屋根・樋・外壁塗装など **外装リフォーム** お任せ下さい!

お見積り無料!

KawaraSho

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

賃貸物件の不動産管理会社をお探しのオーナー様へ

頼れる管理会社は **SK不動産** にお任せください。

0595-63-5226 名張市夏見291 株式会社 SK 不動産



沖縄から名張へ！ 6児のママ助産師の挑戦

今回ご紹介する梶木さつきさんは、なんと6児のママで現役看護師。大好きな爬虫類の家族もたくさん!! 毎日家事に育児に大忙しの中、新たな挑戦を始めたこと知って、お話を伺ってきました。

沖縄県宮古島出身。夫の仕事の都合で名張へ移住した当時、子育ての孤独に直面し辛い時期があったんだそう。「子育て(子育て)ママを1人にしない!」そんな思いで、助産師の資格を生かした産前産後の身体と心に寄り添うリンパケアサロン「pono」を松崎町で始め、子育てママとつながる機会をつくろうとしています。

夢は地域全体で子育てできる社会にすること。まずは、地域の子育てママの交流の場や子どもたちの放課後の居場所づくりをしたい、と語る梶木さん。

「子育てはお互いさま。地域みんなで子育てをしていくのが理想。ママたちが頼れる場所になりたい」



その思いに1児の母である私(筆者)も深く共感し、心から応援したいと思いました。もし孤独を感じているママがいたら、ぜひ一度、梶木さんを訪ねてみてください!

市民PRチームがInstagramで綴ったナビリ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?



アンシンダー

アンシンダーL

未来のヒーロー大集合! 消防フェスタ

11月8日(土)

10:30 ~ 15:00

場所 消防本部敷地内

フェスタを企画している池田消防士にどんなイベントなのか聞いてみよう!

いいよ! なんでも聞いてね!



名張消防署
消防士 池田 歩美

イチ押しのコーナーは?

ちびっこ消防車の乗車体験は、昨年すごく人気だったよ。ロープを渡る「ちびっこ救助隊」や放水体験も、なかなかできない体験。消防士や消防団員が付き添うので安心だよ。



放水はじゅー!



ちびっこ消防車で急行!

アンシンダーの出番は?

アンシンダーとアンシンダーL(エル)のショーは毎年大人気! アンシンダーたちと一緒に楽しく踊ろう! ショー以外の時でも、もしアンシンダーを見かけたら声をかけてね。



迫力ある訓練を見学!

よいこのみんなにひとこと

未来のヒーローは君たちだ! 消防の仕事に興味を持ってもらえるとうれしいな。キッチンカーもやってくるので、笑顔いっぱい、おなかいっぱい1日を過ごしに来てね!

詳しくは市HPで



じもと再発見 なばりじまん



知ればもっと好きになる!

技と想いが灯す「竹あかり」

夜の赤目滝をやさしく照らす竹あかり。制作に携わる「竹雀」の皆さんに、その魅力やこだわりについて聞きました。

「水」をテーマに開催された昨年の「赤目渓谷 幽玄の竹あかり」



竹雀 愛川さん、辻本さん
中西さん、福岡さん

滝之原に拠点を置く「竹雀」。地元出身の4人が竹を使った創作活動に取り組む。作品は、赤目滝や、龍性院(滝之原)、伊勢神宮外宮の参道、伊賀上野城、京都の料亭などで親しまれている。



Instagram



外宮参道

龍性院

地元を光らせたい

活動を始めてはや10年。ありがたいことに、伊勢神宮外宮の参道や伊賀上野城など、市外からも、竹あかりの展示や制作の依頼をいただくようになってきました。ただ、私たちは、「地元を光らせる」ことを活動の軸としています。夢は、イベントだけでなく、名張をいつも竹あかりの灯るまちにすること。これからは名張に根付いて、皆さんに感動をお届けできるように活動していきたいです。

何度も訪れてほしい

竹あかりは、手間暇をかけ、熱い思いで制作しています。地元の竹を切り出し、1〜2年かけて乾燥。切断面は万が一のケガを防ぐためにしっかり磨き上げます。デザインは、メンバーのオリジナル。360度どこから見ても、竹あかりの魅力が伝わるよう工夫しています。見る角度を変えると、違う景色を楽しめるよう置き方にもこだわっているんですよ。ぜひ、赤目滝に何度も訪れて、自分だけの「お気に入りの景色」を見つけていただきたいと思いますね。

今年から「滝あかり」に名称変更。渓谷の魅力を照らし出す!

赤目四十八滝溪谷「滝あかり」

期間 10月26日(日)~令和8年1月25日(日) 17:00~20:00
※12月以降は土・日曜日、祝日のみ開催。19:30まで(12月22日(月)~25日(木)のクリスマス期間は特別開催。12月29日(日)~令和8年1月3日(土)は休止)

点灯時間中入場料 大人700円、小中学生400円 ◎駐車場無料
点灯時間前に入場した人はそのままご覧いただけます。

📍 赤目四十八滝溪谷保勝会 ☎ 41-1180



赤目滝HP

断然お得!
年間パスポート

大人3,000円
小中学生1,500円



ナバリスト 19

林 みち子 さん | 助産師相談室 いのちのかがやき

はやし・みちこ ● 助産師歴 27 年。2 児の母。森川病院で 8 年間勤務し、約 800 人の分娩介助に携わる。現在は名張市と伊賀市で産後の授乳育児相談を中心に活動。子どもから大人まで、「いのち」のすばらしさを伝えようと、全国各地で年間 120 件にのぼる講演を行っている。



講演で手渡す折り紙には、命のはじまり「受精卵」を表す小さな穴が…



「親を選んで生まれてきたあなたたち。自分の道を精一杯進んで」とエールを送る



今は大学生となった娘と高校生の息子。育児経験を交えての講演が共感を生む

生きているだけで百点満点

看護実習で初めてお産を目の当たりにし、苦しむ妊婦さんの背中を必死でさすり続けました。「あなたのように支えてくれる人がいるなら、もう一人産んでもいいかな」。その一言が助産師となるきっかけとなり、病院勤務の 8 年間で 800 人もの分娩介助を経験させていただきました。この世に生まれるいのちの温かさを一生忘れません。

私自身のお産はというと、思い描いた理想とはほど遠いものに。「うまくいかなかった」と、悔やむうちに、育児がしんどくなっていった…。両親をはじめ、助けてくれる人がいなかったらと思うと、ぞっとします。それに、理想を追い求めると、自分を追い詰めてしまうのだと痛感しました。

育児の失敗談を話せば、笑いと共感を呼びます。「ああ、これでいいんだ」と思ってたほしい。素の私をみてもらって、『ただし』育児より『ただし』育児をしましょうよ』と呼びかけています。学生などには、「ただし人生」以上に、「ただし人生」を歩んでほしいという話をします。「自分に自信が無い」、「やりたいことを諦める」。そんな子たちに「これからの人生、いっぱい楽しいことがあるんだよ」って伝えたいんです。

直径 0.13 ミリの受精卵は、まさに奇跡の結晶。生まれてきただけで、周りを幸せと喜びに包んでくれるんです。もう、生きているだけで百点満点なんですよね！皆さんも、自分で自分を認めてあげてほしいな。あなたが笑顔になれば、きっと周りの人も笑顔になれるんですから。

編集後記

4 頁の赤ちゃんは三男で、今はもう小学生。大学生の長男も中学生の次男も、思えば数えきれない人の助けで育ってきました。頼れる人がたくさんいるので、不安なこともなんとかなる！（たか）

全日本中学陸上 2000 m で 2 連覇の北村さん。ボルダリングで団体で 4 度目の出場をする杉本さん。活躍する学生に触発され、自分も運動しようと思いついた、はや数カ月が経過…（くま）

「地面に寝たり、雪に突っ込んだり…子どもの謎の行動は、真似したら楽しさが分かる」と林さん。変なことで…とあきれられるのではなく、子どもと一緒に楽しめる人になりたいですね（はる）

暗がりに浮かび上がるやさしい光にはこだわりがたっぷり。竹雀の皆さんの思いを知って滝あかりがますます楽しみになりました。ぜひ竹雀のインスタグラムで他の作品も見てみて（はな）



名張のひと・活動

