いなべ市情報誌

Link（リンク）

きずな・輪・つながり

4

2015
vol.136

特集　煙からは逃げられない？

○いきいきマイタウン
― 笑顔の花咲く講演会 ―

○Pick Up!
― 日曜窓口開設 ―

何の数字がわかりますか？

《特集》煙からは逃げられない？

これは１年間に全国で「タバコを吸っていないのにタバコの煙が原因」で死亡した人の数※です。受動喫煙を防ぐことができれば、多くの命を救うことにつながります。

今回は受動喫煙による影響や禁煙の難しさなど、タバコについて特集しました。

※出典：厚生労働省の研究班「今後のたばこ対策の推進に関する研究」（2010）より

受動喫煙とは？

タバコを吸わない方が、喫煙者の煙や吐き出した煙を吸い込むことを受動喫煙といいます。

嗜好品であるタバコですが、受動喫煙による周囲への健康被害が問題となっています。

《 受動喫煙による病気 》

「タバコを吸うとがんになる」と一般によく言われます。実際、タバコの煙が原因となる症状は数多くあります。特に見逃せないのが早産や発達の遅れなど、子どもへの影響です。

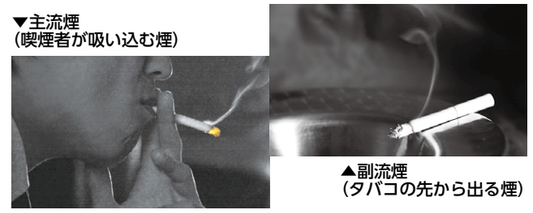
区分	受動喫煙が原因となる症状
胎児	早産、出生体重の軽度低下など
子ども	乳幼児突然死症候群（SIDS）、発達の遅れ、小児がん、白血病、中耳炎、ぜんそくなど
成人	心疾患、肺がんなど

《 主流煙・副流煙の違い 》

受動喫煙とセットでよく耳にする「主流煙・副流煙」。“主流煙よりも副流煙の方が体に悪い”とよく聞きますが、どのくらい違いがあるのでしょうか。

	ニコチン	タール	一酸化炭素	アンモニア
主流煙	1	1	1	1
副流煙	約３倍	約３倍	約４倍	約40倍以上

※主流煙に含まれる各物質量を「1」とした時の副流煙の各物質量



副流煙には主流煙の実に、３～40倍もの有害物質が含まれています。その原因は生成方法にあります。

主流煙は吸った酸素で高温になるため有害物質を分解できますが、副流煙はタバコの先でくすぶるように生成するため低温になり有害物質が多く残留します。

TOPICS　ご存知ですか？ 煙に含まれる有害物質

●ニコチン
穏やかな刺激やリラックス効果がある反面、依存性が高く、タバコの煙よりもはるかに多い量を摂取すると死に至ることも…。

●タール
タールという名前の物質はなく、タバコに含まれる発ガン性物質や有害物質の総称をタールという。

●一酸化炭素
一酸化炭素が体内に入ると、酸素を運ぶ役割を持つヘモグロビンと結合して、その働きを妨げてしまう。

●アンモニア
ニコチンを気化するために含まれるアンモニア。気化したニコチンは肺での吸収効率が良くなり、約３秒で脳に届くようになる。

Interview

いなべ総合病院で禁煙外来の担当医をされている水野章名誉院長にタバコについてうかがいました。

いなべ総合病院 名誉院長
水野 章 氏

Profile
平成 17 年 12 月から禁煙外来担当医となった水野先生。これまでに禁煙を成功させた患者は 300 人以上。
●水野先生が診た患者の禁煙成功率
平成 17 ～ 22 年 77%　平成 26 年 61%

私も愛煙家でした。

水野先生は禁煙に成功して 12 年目を迎えます。禁煙のきっかけは、いなべ総合病院敷地内の全面禁煙。「肺気腫というたちの悪い病気になるのも嫌だった」と健康を意識していたこともきっかけの 1 つでした。

気がなければ禁煙はできない。

「禁煙には本人の気持ちが大事」と話す水野先生。“医者に言われたから吸わない”と“自分がやめたいから吸わない”では大きく違います。その気になった患者さんのモチベーションをいかに保つことができるかが非常に重要です。

水野先生は患者さんがこなせる小さな目標を立て、達成する度に褒めたり励ましたりします。“患者さんに対してまるで子どものように叱咤激励すること”が患者さんのやる気・勇気の向上につながると水野先生は話します。

また、患者さんには禁煙手帳を差し上げ、毎日記録をつけてもらいます。3 週間ほど禁煙が続くと、日々の記録更新が楽しくなってくるそうです。

▲水野先生が実際の診療に使っている手帳

水野先生がご自身で作られた認定書▶

患者さんも先生も一生懸命。

患者さんの都合に合わせて診察日を変えることもあるという水野先生。禁煙のモチベーションを保つために「私も一生懸命頑張りますから、と伝えることが必要」といいます。真摯に向き合うことで患者さんの心の支えとなります。

ルールやマナーだけでも。

水野先生は禁煙に失敗したとしても、喫煙時のルールやマナーの改善につながるような診察を心掛けています。初診では、喫煙の有害性を理解してもらうため身近な例（家族への影響、発がん性など）を挙げてタバコの怖さを説明し、ルールやマナーの改善、禁煙意欲の向上につなげています。

禁煙は心を強くする。

水野先生の診察は 9 週間で終了。禁煙に成功した患者さんには、認定書を授与。認定書を渡す時には、涙を浮かべて喜ぶ方もいるといいます。

「患者さんが禁煙に成功できると、私も素直に嬉しいですよ。完全に禁煙に成功した人は、自分の欲望を自分の理性の力で抑えきった人。即ち、禁煙は心をひとまわり強くするんです」と水野先生は笑顔で話しました。

こんな場合も？

受動喫煙の影響を受けるのは、「近くにいる人だけ」だと思っていませんか？煙が見える距離でなくても、受動喫煙の影響を受ける可能性があります。以外と知られていない受動喫煙のケースを紹介します。

《 換気扇の下でも NG ！？ 》

家族や周りの人に煙が届かないように換気扇の下でタバコを吸うという方は多いのではないでしょうか。通常の換気扇ではタバコの煙に含まれる有害物質の多くは換気できないため、思ったほど効果がありません。

家族のためにと、換気扇の下で吸っていたタバコ…。実際には、見えない煙が室内に広がり、受動喫煙を引き起こしています。

《 まだまだ他にも！？ 》

他にも「ベランダでの喫煙」や「喫煙室からの漏れ」など、2 次喫煙（受動喫煙）や 3 次喫煙が発生するケースはたくさんあります。

タバコを吸う前に一度、自分に問いかけてみてください。ここは室内ではないですか？周りに人はいませんか？些細な気遣いが、命を救うことにつながります。

《 3 次喫煙！？ 》

3 次喫煙とは、喫煙者が身に着けているものなどから発せられるタバコ臭を吸うことをいいます。たとえば、髪の毛・衣服・カーテン・喫煙車のシートなど、タバコの臭いがつきやすいものは要注意です。

水野先生は「すべてが悪い物質かどうかはわからないけど、『臭う』ということは『粒子が飛んでいる』ということ」と話しています。タバコは「煙」だけでなく「臭い」も悪影響を与える可能性があるようです。

TOPICS　喫煙者のための 喫煙時の豆知識

●人と会う前は…
タバコの臭いも受動喫煙の元。会う前より別れた後に吸いましょう。

●室内では…
換気扇は効果なし。なるべく外など、風通しの良い場所で吸いましょう。灰皿がない場所では携帯灰皿を。

●我慢できない時は…
ガムやアメなどを口に入れましょう。オススメは塩昆布。血圧の高い方にはお勧めできませんが、しょっぱさが気を紛らわせてくれます。

◀携帯灰皿。ポイ捨てはやめましょう!!

塩昆布▶

禁煙は難しい？

受動喫煙を防ぐ方法は喫煙時のルール・マナーの改善だけではありません。もちろん、禁煙も含まれます。

禁煙外来や禁煙グッズなど、禁煙するための手段はたくさんありますが、なかなかやめられないのがタバコ。そこで、禁煙成功の秘訣を探るため取材に行きました。

Interview

いなべ総合病院の禁煙外来を受診したという清水さん。禁煙中のつらさや工夫などを教えてもらいました。

禁煙を乗り越えて!!

清水健司さん

1日40本。

禁煙して４年目の清水健司さん。禁煙には何度か挑戦したことがありましたが、１日我慢できれば良いほうだったといいます。そんな清水さんが決意を固めたきっかけは有美さんの妊娠。ご自身が喘息だったこともあり、子どもにはつらい思いをさせたくないと、自らの意思で禁煙外来へ足を運びました。

潔くやめる。

清水さんは「決意した日から１本も吸ってない」と話します。もちろん初めはイライラしたそうですが、時が経つにつれ徐々に「吸いたい」という衝動に駆られなくなり、自信や楽しみに変わっていきました。

▲おやつを用意するなど、さり気ないサポートで夫を支えた清水有美さん

１人では無理だった。

「禁煙している人の気持ちは元喫煙者がよくわかるはず」と考えた清水さんは、まず禁煙に成功した人を探しました。水野先生もその１人。「親身になって話してくれたし、何より禁煙成功の経験がある元喫煙者だからこそ信じることができました」。

清水さんの努力を傍でサポートしていた有美さん。つらそうな清水さんを見て「そんなに大変なら禁煙をやめたら？」と心配したこともあったそうですが、家族のために頑張る夫の姿を見て、「私も苦手なことをがんばろう」とお弁当作りを始めました。清水さんは「となりで見てくれていたことがうれしかった」と照れながら話しました。

▲自慢の賞状をもつ清水健司さん。息子佑紀くんを想い、禁煙を決意

強敵!! １本お化け!!

いまだに吸いたくなるという清水さん。そんな時は、先生から頂いた賞状を見ます。「以前のつらかったことを思い出すと乗り切ることができます。これからの人生、家族のことを思うとやめるのが当然です」と家族を想う父として力強く話されました。

市長コラム　健康に御用心

いなべ市長　日沖　靖

私の父は愛煙家。「ゴールデンバット」に「しんせい」の小袋が家のあちこちに点在し、晩酌の後には刻みタバコを煙管（きせる）に詰めて火鉢の炭火で一服するのが常でした。お蔭で私の兄弟３人は幼い頃からタバコの煙の下で育ち、父の記憶はタバコの香りです。しかし、タバコが身近な家庭環境にありながら、父以外に家族では誰もタバコを吸いません。そんな父が65歳の時、大動脈瘤（りゅう）で倒れ、私は実家に戻ることになりました。タバコが動脈硬化を早めたのは疑う余地はありません。

ところで、タバコ税の税収入は2.1兆円。しかし、タバコが原因による医療費の超過分は1.7兆円、加えて社会的損失は７兆円とも言われています。最近の生命保険は喫煙者の料率が割高になっています。健康保険の料金も喫煙の有無で変わる日が近いような気がします。愛煙家の皆さん、くれぐれも健康に御用心ください。

▲煙管と煙草盆（いなべ市郷土資料館所蔵）

Message

清水ご夫妻から、今後禁煙にチャレンジする方やサポートする方へ向けて、禁煙成功の秘訣を教えていただきました。

禁煙にチャレンジする方へ

「できるかなぁ」と思っている人には難しいです。まずは「やめる！」という強い気持ちを持つこと。

禁煙は、失恋と同じように「時間」が解決してくれます。常に目的を頭の中に置いて、１日１日が過ぎていくのをひたすら我慢しましょう。我慢できない場合は、禁煙に成功した人から話を聞いたり、ガムやスルメを食べたりして、自分を励ますことが大事です。

私もできました。きっとあなたにもできます！

禁煙をサポートする方へ

主人は今でも「1本お化けが来た」といいますが、５分もすれば居なくなるそうです。吸わなければ吸いたい気持ちは減っていくので、変化していることを教えてあげるだけでも十分なサポートになると思います。

今回は受動喫煙や禁煙について特集しました。他にもまだまだ一般には知られていない情報がたくさんあります。タバコの煙が他人に与える影響や自分に与える影響をよく知った上で、今後のタバコとの付き合い方を考えてみては。

互いを思いやることが、共に「煙から逃げられる」方法なのかもしれません。

《特集》煙からは逃げられない？　終

いきいき！マイタウン

まちで起こった出来事や
気になるあの人を紹介します。

◀柔らかな光に包まれる梅

大きくなあれ

２月12日（木）、青川峡キャンピングパークでどんぐりの木の植樹が行われ、治田小学校６年生の児童33人がスコップを使って苗を丁寧に植えました。

この植樹は、B&G財団の体験型環境教育の一環で開かれたもので、苗は参加した児童たちが、４年生の時に授業で集めたどんぐりから育てていました。

児童たちは代わる代わるスコップを手に土を掘り、苗を穴に入れて優しく土を覆いかぶせては歓声を上げて喜んでいました。

2. 苗の植え方について説明を聞く児童たち　1.3. スコップを使って丁寧な作業を繰り返す 4. 子どもたちが育てたどんぐりの苗　5. 最後にみんなで記念撮影

情熱が国境を越えて

２月11日（祝・水）、東京・渋谷のSYDホールで第９回「SYDボランティア奨励賞」の贈呈式が行われ、最高位の文部科学大臣賞を受賞した大安中学校テクニカルボランティア部に賞状が授与されました。

部員たちは、いなべ市内のスギ、ヒノキなどの間伐材や廃材でベンチなどを作り、収益金で開発途上国に井戸の建設資金を送ろうと活動を展開。

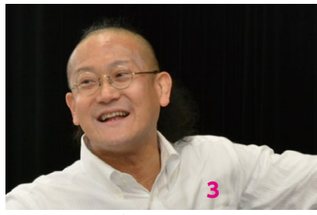
ものづくり、環境教育、地域とのつながり、国際貢献など人間性を豊かにする複合的な要素が詰め込まれた活動が高く評価されました。

1. スピーチ終了後に授賞式会場にて。部長 出口 蒼さん 2年生 2. 北勢町の山林にて伐採 3.4. いろいろな工具を使って製作 5. ボルトを使って組み立てるため頑丈な作り

部員が作ったベンチ、テーブルを販売します！

- ●日時　３月15日（日）、21日（祝・土）
- ●時間　10：00～12：00
- ●会場　大安中学校 旧木工室
- ●価格　2,000～10,000円

笑顔の花咲く講演会



２月８日（日）、員弁コミュニティプラザで「自分磨きのボランティア」と題した市民活動講演会が開催されました。講師はクラウンの大棟耕介さん。ホスピタル・クラウン（クラウンが病院を訪れ、入院中の子どもたちにパフォーマンスをする活動）について紹介し、笑いを織り交ぜた軽妙なトークに会場は破顔する受講者で溢れました。

「私は子どもたちが笑顔で過ごせる時間を作るだけ。看病しているお母さんが笑顔になれば」と語る大棟さんの想いが、受講者の心に響きました。

1.2. 講演前にパフォーマンス
3. 熱く楽しく話す大棟さん

東海初 イオン直営農場オープンへ

２月４日（水）、イオングループの直営農場「イオン三重いなべ農場」が大安町梅戸・南金井に開設されるにあたり、運営するイオンアグリ創造㈱と市が協定を締結しました。

農場がオープンするのは７月で、8.36ヘクタールの農地に今年はキャベツと白菜を栽培。来年は、直営農場としては初となるイチゴの栽培に取り組みます。

地元から20人程度がパートとして雇用され、農産物は、県内を中心にイオン系列の店舗で販売されます。

福永庸明社長（右）と日沖靖市長▶

東近江市＆いなべ市 おとなりさん　ふるさとは同じの巻

石榑トンネルでつながる両市の身近な話題から共通点や違いを紹介するコーナー「おとなりさん」。

今回は、両市に走るローカル電車でおとなりさんをのぞいてみましょう。

HIGASHIOMI

近江鉄道　明治29年に設立された滋賀県の湖東平野を走る電車です。市内からは、近江八幡および米原、貴生川（甲賀市）方面を結ぶ路線があり、ガチャコンの愛称で親しまれています。

100形（平成25年導入）

INABE

三岐鉄道　三岐鉄道三岐線は昭和６年に設立され、西藤原（いなべ市）と富田（四日市市）間を結びます。藤原岳の石灰岩を原料としたセメントを運ぶ貨物列車も同じ線路を走ります。

751系（平成21年導入）

リニューアルポイントはココ！

運賃表示パネルと運賃箱

整理券機

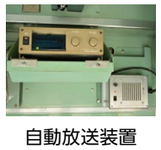
？？なんだかちょっと似ている？？

実は同じ列車なんです！

どちらもベースは、西武鉄道の新101系です！

両鉄道は、電車の部品の供給で相互協力をしているとのこと。石榑トンネルができたことで、便利になったそうです。

リニューアルポイントはココ！



自動放送装置

運転士異常時列車停止装置

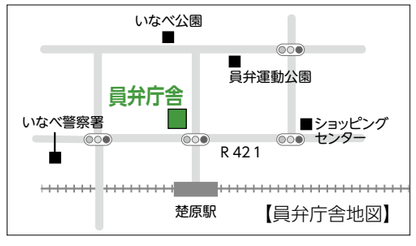
Pick UP!

たくさんの情報の中から、特にお伝えしたい
大切なものを取り上げてお知らせ！
『ピックアップ』のコーナー

3月29日(日) ～引っ越しシーズンです～ 日曜窓口開設

●時間　8：40 ～ 17：15
●場所　員弁庁舎　員弁総合窓口課
●取扱業務
・転入、転出、転居の手続き
・上記に伴う簡易な申請・届出の受理
・戸籍、住民票、転出証明書等の発行
・税、保険料、上下水道料の納付
※住基カードの交付申請業務は行いません。

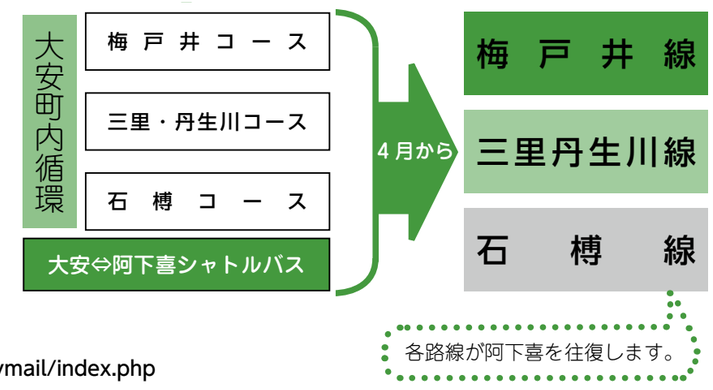
問 市民課　T 72-3513《当日》T 74-5852



福祉バス「アイバス」大安ルートを４月改正します

福祉バス大安ルートは、４月１日（水）から「梅戸井線」「三里丹生川線」「石榑線」の３路線に改正し、それぞれ阿下喜への往復便となります。

問 交通政策課　T 74-5816
《大安ルート運転委託先》
問 三岐鉄道いなべ営業所　T 78-3318
※運休する場合は、いなべ市生活情報「まいめる」（メール配信サービス）の"生活安全情報"でお知らせします。
H http：//mymail.city.inabe.mie.jp/mymail/index.php



平成27年４月から
「土曜授業」を開始します

いなべ市立の小中学校では、各月第４土曜日午前の活動を基本とし、月１回程度の「土曜授業」を開始します。

「土曜授業」では通常の授業、学校行事（運動会などの体育行事および文化行事など）、補充学習や発展学習などの学習活動、地域と連携した活動など、各校の特色や独自性を活かした取り組みを行います。問 学校教育課　T 78-3507

県知事選挙・県議会議員選挙のお知らせ

投票日 4月12日（日）
投票できる時間　7：00 ～ 20：00

問 選挙管理委員会　T 74-5805

投票所入場券（はがき）

「投票所入場券」を投票日までに選挙人名簿に登録されている方に一人ずつ郵送します。入場券に書いてある投票場所を確認し、必ず本人が持参して投票にお出かけください。この入場券は、投票所でスムーズに投票できるようにするものです。万一、入場券が届かない場合や、紛失した場合でも、選挙人名簿に登録されていれば投票できますので、投票所で係員にお申し出ください。

期日前投票

投票日当日、仕事や旅行などの事情で投票に行けない場合は、期日前投票所で投票できますのでご活用ください。
●期日前投票所　員弁庁舎　東館１階
●投票時間　8：30 ～ 20：00
●期日前投票の期間
県知事選挙：3月27日（金）～4月11日（土）
県議会議員選挙：4月　4日（土）～4月11日（土）
※県知事と県議会議員の選挙期間に違いがあり、両方の投票ができるのは、4月4日(土)からとなります。

選挙公報の配布

朝日新聞・読売新聞・毎日新聞・中日新聞・日本経済新聞・伊勢新聞の朝刊に折り込む予定です。

また、各庁舎および文化施設、図書館にも備え付ける予定です。

新聞未購読世帯の方で、郵送を希望される場合は、事前に選挙管理委員会へご連絡ください。（点訳版の選挙公報が必要な方も、選挙管理委員会へご連絡ください）

県内に転出される方へ

県知事選挙・県議会議員選挙に限っては、県内の他の市町に住所を移した場合（1回のみ）、「引き続き住所を有する証明」を提示することで、転出前の市町で投票ができます。詳しくは、選挙管理委員会へお問い合わせください。

【ご注意ください】
立候補届出の状況によっては、無投票になる場合もあります。

よくある質問

投票所入場券（はがき）は、いつごろ発送しているのでしょうか。
まだ、届いていないのですが、投票はできるのでしょうか？

投票所入場券とは、各選挙の際に選挙人に送付する選挙期日などのお知らせをするはがきのことです。選挙の公示日（告示日）以降に発送しています。はがきは、全有権者分を一斉に送付するため、大量になります。その際の配達などの事情により、同じ世帯でも配達日が異なることがありますので、ご了承ください。

投票所入場券は、あくまで選挙のお知らせおよび投票所での受付、照合をスムーズにするためのものです。万一、届かない場合や、紛失した場合でも選挙人名簿に登録されていれば投票することができますので、投票所係員にお申し出ください。

〒 511-0205
料金後納郵便
員弁町笠田新田１１１番地
選挙事務
員弁　太郎　様
三重県知事選挙
三重県議会議員選挙　投票所入場券
選挙人氏名　イナベ　タロウ　員弁　太郎
投票日時　平成27年4月12日　午前7時から午後8時まで
投票場所　員弁西小学校西っ子ホール
投票区　5
整理番号　43頁　100
いなべ市選挙管理委員会　電話 0594-74-5805

平成 27 年度 税 / 料金の納期限 をお忘れなく！

納期限（口座振替日）は納期の末日です。（土日祝にあたる場合は翌日または翌々日）
ただし、12 月および 3 月の納期については（3 月の後期高齢者医療保険料を除き）25 日となります。（土日祝にあたる場合は翌日または翌々日）

期限内納付は
社会のルールです。

口座振替の方へ　万一、口座振替日に預金不足などで振替ができなかった場合は、口座【再】振替日★に再度、振替を行います。固定資産税／市・県民税の全期を選択されている場合は全期分を「再振替」します。

問 納税課　T 74-5803
問 水道総務課　T 72-3516
問 保険年金課　T 72-3829
問 介護保険課　T 78-3518

※口座振替の方は、前日までに預金通帳残高をご確認ください。

納期	納期限（口座振替日）	★口座【再】振替日	納税課			水道総務課	保険年金課		介護保険課
			固定資産税	軽自動車税	市・県民税	上下水道料金	国民健康保険料	後期高齢者医療保険料	介護保険料
4月	4月30日(木)	5月18日(月)	第1期/全期						第1期
5月	6月 1日(月)	6月12日(金)		全期		4・5月分			
6月	6月30日(火)	7月13日(月)			第1期/全期				第2期
7月	7月31日(金)	8月13日(木)	第2期			6・7月分	第1期	第1期	
8月	8月31日(月)	9月11日(金)			第2期		第2期	第2期	第3期
9月	9月30日(水)	10月14日(水)				8・9月分	第3期	第3期	
10月	11月 2日(月)	11月16日(月)			第3期		第4期	第4期	第4期
11月	11月30日(月)	12月11日(金)				10・11月分	第5期	第5期	
12月	12月25日(金)	1月14日(木)	第3期				第6期	第6期	第5期
平成28年									
1月	2月 1日(月)	2月15日(月)			第4期	12・1月分	第7期	第7期	
2月	2月29日(月)	3月11日(金)	第4期				第8期	第8期	第6期
3月	3月25日(金)	4月 7日(木)				2・3月分	第9期		
	3月31日(木)	4月13日(水)						第9期	

狂犬病予防注射と畜犬登録のご案内

畜犬登録されている方は、はがきで通知をします。必ず「通知はがき」をお持ちください。
なお、未登録の場合は登録手数料 3,000 円が別途必要です。

●対象　生後 91 日以上の犬　●料金　3,200 円　問 健康推進課　T 78-3517

藤原地区		
4月6日(月)	9：00～ 9：20	東藤原消防コミュニティセンター
	9：40～10：00	(旧)ＪＡ 西藤原店
	10：20～10：40	三重北農協 立田店
	11：10～11：30	三重北農協 中里支店
	11：50～12：10	三重北農協 白瀬支店

員弁地区		
4月7日(火)	9：00～ 9：20	上笠田宇野公民館
	9：40～10：20	いなべ市商工会員弁支所
	10：40～11：10	松之木公民館
	11：30～12：00	大泉公民館

※都合の悪い方は、動物病院で注射を受けることができます。

大安地区		
4月7日(火)	13：20～14：00	門前ふれあいセンター
4月14日(火)	10：40～11：10	丹生川久下野添会館
	11：30～12：10	いなべ市郷土資料館
	13：30～14：20	大安武道館

北勢地区		
4月14日(火)	9：00～ 9：30	垣内自治会館
	9：50～10：10	新町農業研修センター
4月17日(金)	9：00～ 9：30	麻生田北野公園
	9：50～10：20	東部林業会館
	10：40～11：20	北勢武道場前
	11：40～12：00	北部コミュニティ消防センター(十社小学校下)
	12：20～12：40	川原多目的集会所

平成 27 年度 介護予防教室

～予防を始めてみませんか？～

もの忘れが心配になってきたな、足腰が弱ってきたな…と思う方、介護予防教室に参加してみませんか。
本人と相談しながら、身体が元気になる方法や日常生活で取り組むとよい内容などをアドバイスします。
まずは、地域包括支援センターの担当職員がお話を伺いますので、ご連絡ください。
※要支援 1,2 の方でも介護保険サービスを使っていない方は利用できます。

問 地域包括支援センター　T 82-1616
問 長寿福祉課　T 78-3520

渡邉 啓義さん 89 歳

自宅で毎日ストレッチなどに取り組んでいますが、手のしびれや足のつっぱりが気になり、「スムーズに歩けるようになりたい！」とハッスル教室を受講。現在、理学療法士のアドバイスを受けながら、頑張っています！

ハッスル教室

床から立ち上がりにくい、長距離の歩行がしにくいなどの悩みに対して、理学療法士などがアドバイスし、体力を回復していくための運動機能向上メニューを行います。

コース名	ハッスル教室（足腰を鍛えるコース）	
期間	毎月開始	
	6 ヵ月週 1 回（通常型）	4 ヵ月週 2 回（短期集中型）
場所	大安老人福祉センター	員弁老人福祉センター
日時	火曜	水曜・金曜
	13：30～15：30	10：00～12：00
利用料	1 回毎に　300 円	

いきいき教室

もの忘れを意識し始めた方を中心に日常生活を過ごしやすくするためのプログラムとして、脳トレや調理、園芸などを行います。

コース名	いきいき教室（脳を活性化するコース）
期間	6 か月間（毎月開始）週 1 回
場所	員弁老人福祉センター
日時	木曜
	10：00～15：00
利用料	1 回毎に 500 円（別途昼食代 500 円）

はつらつ教室

外出がおっくうに感じる方に、外出の機会を増やし、心身のリフレッシュを図ります。運動・もの忘れ・栄養・口腔ケアなど総合的なメニューを行います。

コース名	はつらつ教室（こころを元気にするコース）
期間	6 か月間（毎月開始）週 1 回
場所	員弁老人福祉センター
日時	水曜
	13：30～15：30
利用料	1 回毎に 200 円

県内の振り込め詐欺事件が増えています

この電話、詐欺かも!?

問 いなべ警察署　T 84-0110

不審な電話がかかってきても、お金は絶対に振り込まず、警察に連絡してください。

犯人の使う言葉（例）
・宅配便、レターパックでお金を送ってください。
・払い戻しがあるので、ATM に行ってください。
・息子（孫）を名乗る者から「会社のお金を使いこんだ、お金を貸してほしい」など。

市内にも、
不審な電話がかかっています。
ご注意ください。

高齢者肺炎球菌ワクチンのご案内

国の予防接種法施行令の改正により、平成 26 年 10 月 1 日から高齢者肺炎球菌ワクチンが定期接種となりました。

接種を希望される方は、健康推進課または各庁舎総合窓口課で予診票の交付申請をしてください。

問 健康推進課　T 78-3517

●接種対象となる人

①平成 27 年度に 65 歳、70 歳、75 歳、80 歳、85 歳、90 歳、95 歳、100 歳となる方（対象者は別表）

② 60 歳以上 65 歳未満で心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいを有する方およびヒト免疫ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいを有する方

※既にこのワクチンを接種された方は対象外です。

●自己負担額　2,500 円

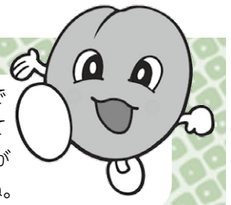
●接種期間　4 月 1 日～平成 28 年 3 月 31 日

《別表》

年齢	生まれた日
65 歳	昭和 25 年 4 月 2 日生～昭和 26 年 4 月 1 日生
70 歳	昭和 20 年 4 月 2 日生～昭和 21 年 4 月 1 日生
75 歳	昭和 15 年 4 月 2 日生～昭和 16 年 4 月 1 日生
80 歳	昭和 10 年 4 月 2 日生～昭和 11 年 4 月 1 日生
85 歳	昭和　5 年 4 月 2 日生～昭和　6 年 4 月 1 日生
90 歳	大正 14 年 4 月 2 日生～大正 15 年 4 月 1 日生
95 歳	大正　9 年 4 月 2 日生～大正 10 年 4 月 1 日生
100 歳	大正　4 年 4 月 2 日生～大正　5 年 4 月 1 日生

うめぼ～やだより

問 農業公園　T 46-8377



こんにちは。うめぼ～やです。農業公園の春の花を見てほっと一息、癒されてはいかがですか。ぜひ、遊びに来てね。

農業公園イメージキャラクター うめぼ～や

いなべ梅まつり

●日時　3 月中旬～ 3 月下旬　9：00 ～ 16：00

●場所　農業公園内梅林公園（藤原町鼎 717 番地）

●特別イベント

《うまいもん市》

3 月 21 日（祝・土）、22 日（日）　9：00 ～ 15：00

《北伊勢ＤＥもてなし隊大集合》

3 月 22 日（日）10：00 ～・13：00 ～

絢爛豪華な牡丹の競演！

いなべぼたんまつり

●日時　4 月下旬～ 5 月上旬　9：00 ～ 16：00

●場所　農業公園内エコ福祉広場（藤原町鼎 3071 番地）

※詳しくは来月号（5 月号）でご案内します

農業公園からのお知らせ

4 月 1 日（水）から、指定管理者制度により管理運営業務が民間委託となります。ご利用方法は変わりません。ぜひ、お越しください。

●指定管理者　一般社団法人 サンパークいなべ

最新情報はこちらの QR コードから

うめまつり　ぼたんまつり　うめ～る会員登録

くらしの情報

イベント

藤原岳自然科学館

【春の動植物をたずねて】

藤原文化センターから大貝戸のコースで春の自然を観察します。

●日時　4 月 11 日(土) 9：30 ～ 15：00

●場所　藤原文化センター集合

●申込期限　4 月 4 日(土)

どなたでも自由に参加いただけます。

(小学生以下は保護者の同伴が必要)

●申込方法　往復はがきまたはＦＡＸで「開催日・希望教室名」「参加者全員の氏名・人数」「住所」「電話番号」「学年」を記入して申し込み。

●持ち物　筆記用具・返信はがき（服装、採集用具など詳しくは参加者に連絡）

●参加料　100 円(小学生以上)

●定員　40 人

●その他　観察コースは天候などにより変更することがあります。雨天の場合は屋内での学習とします。

【(連続講座) 万葉人の愛した植物を通して 植物学の事始め】

万葉集を通して 1300 年前の時代をしのび、植物についての基礎的な学習を重ね、人生を送る一助にしませんか。

《第 1 回》**アジサイと万葉植物園**

～北勢町万葉の里をたずねて～

●日　6 月 26 日(金)

《第 2 回》**秋の植物と万葉集**

～屋根のない学校周辺の自然をたずねて～

●日　9 月 25 日(金)

《第 3 回》**色づき始めた植物と万葉集**

～いなべ公園の秋の自然～

●日　11 月 13 日(金)

●時間　9：30 ～ 15：00（昼食の用意が必要）雨天決行。

●受講料　1 講座 300 円

新規申し込みの方のみ教材費「万葉の植物」1,000 円が必要。

●募集人数　25 人(成人対象)

●講師　植物研究家　葛山 博次さん

●申込期限　5 月 30 日(土)

(3 回とも受講する方を優先し、定員になり次第受付を終了)

●申込方法　往復はがきまたはＦＡＸで「講座名」「住所」「氏名」「電話番号」を記入して申し込み。

問 申込先 藤原岳自然科学館

〒 511-0511 藤原町市場 493-1

藤原文化センター内

T 46-8488　F 46-4312

北勢線の魅力を探る

●開催日　3 月 29 日(日)

●参加費　300 円

(小学生以下 100 円・保険代含む)

●時間　北勢線 七和駅 9：20 集合

●コース　約 9 ｋｍ

七和駅－整田之碑－五反田八幡社－大日堂－天皇八幡神社－安渡寺－伝西寺－藤が丘デザイン公園（昼食：各自持参）－山嘉のみち－山神社－蓮花寺駅(13：20 解散)

問 申込先 北勢線の魅力を探る会

F 21-0980（西羽）

T 080-3073-3313（近藤）

E j-kondo@cty-net.ne.jp

※お申込みの際は氏名・乗車予定駅をお知らせください。

むさせ いなべ通!!

～先人からのおくりもの～

いなべの言葉あれこれ(23)

いなべ検定入門 102

問 広報秘書課　T 74-5820

春とともに猿が子猿を連れて人里へ出てきます。
子猿のしぐさは可愛いものですが、そうも言ってはいられません。
猿の話題には事欠かないこの頃です。

「あの猿、**こせた**(ひねた、老けた)顔しとるな、ボスやろか」
「うん、**ダイコ**(大根)ちびっと、次から次へと**えせこ**(嫌がらせ)にかじって、**はんちらけ**(散らかしたまま)にしていくんで、どもならんなー」
「１本だけ抜いて、持っていってくれたらな・・やるんやけどな」
「**たらかし**(すかしなだめる)ようがないんでな」
「年寄りや、**おなごし**(女性)はよう知っとって、**いっくら、ぼう**(何度も追い払う)ても、**たいに**(相手に)しやへんでえ」
「道のど真ん中にうんこしてさ、**あたぎ**(嫌がらせ、仕返し)してくで」
「おかげで大事な畑、**ひちこはちこ**※(収拾がつかない)や」

猿と人間の生きるための知恵比べ、勝負はつきませんね。

※ひちこはちこ…7(しち)縦(じゅう)8(はち)横(おう)。
戦国時代、敵に攻められ軍勢が混乱して散り散りになる事)

▲八幡神社境内 千代ケ崎跡
大昔、このあたりは浜で船着き場があったと言われています。
＜大安町 南金井＞

(情報提供：ふるさといなべ市の語り部)

屋根のない学校 4月の教室

【開校式と体験教室】

生きもの・昆虫・植物・おもちゃづくり・田んぼと畑・自然教室など子どもの感性を育てる楽しい教室の内容を紹介します。ぜひ、遊びに来てください。

●日時　4月19日(日)
9:00 ～ 11:00（雨天の場合も開催）
●対象者　小学生・保護者
●場所　屋根のない学校(藤原町坂本2065「簡易パーキングふじわら」隣)
●申込方法　住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・電話番号を記入のうえ、はがきまたはFAXで下記まで。

問 申込先 自然学習室
(〒511-0511 藤原町市場493-1)
T 46-4311 F 46-4312

平成28年 成人式

●開催日　平成28年1月9日(土)
●場所・時間
【大安会場】大安公民館
10:00 ～（9:30受付）
【員弁会場】員弁コミュニティプラザ
10:30 ～（10:00受付）
【北勢会場】北勢市民会館
11:00 ～（10:30受付）
【藤原会場】藤原文化センター
11:30 ～（11:00受付）

募集

普通救命講習会 定期開催のお知らせ

～　いざという時のために　～

市民の皆さまを対象に救命に必要な応急手当の基礎知識と技術を習得する『普通救命講習会』を開催します。ぜひ、この機会に受講されてはいかがでしょうか。

●内容　心肺蘇生法、AEDの使用法、異物除去など
●日時　毎月第1月曜日
〔9：00 ～ 12：00〕
5月は第2月曜日
平成28年1月は第3月曜日
●定員　30人(定員になり次第締切)
●対象者　中学生以上
●受講料　無料
※講習を受講された方には『普通救命講習修了証』を交付します。
※詳細は、桑名市ホームページの『消防本部・消防署』をご参照ください。

問 申込先 桑名市消防本部 防災指導課
T 24-5297

案内状は、市内に住民登録している方に12月ごろに送付します。就学などのために市外へ転出されている方など、案内状をお持ちでない方も最寄りの会場へ自由に参加できます。

●対象者　平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの方

問 生涯学習課 T 78-3521

普通救命(再)講習会 開催のお知らせ

●内容　AEDを用いた心肺蘇生法および改正事項
●日時・場所
4月5日(日)西分署　T 32-5999
7月5日(日)大山田分署　T 31-5564
10月4日(日)多度分署　T 48-3199
平成28年1月17日(日)長島木曽岬分署　T 42-3651
いずれも9：00 ～ 10：30
●定員　30人(定員になり次第締切)
●対象者　普通救命講習修了証取得後2年から3年までの方
●受講料　無料
※講習を受講された方には『普通救命講習修了証』を交付します。
※申し込みは受講を希望される各分署(開催場所)まで。くわしくは、桑名市ホームページの『消防本部・消防署』をご参照ください。

問 桑名市消防本部 防災指導課
T 24-5297

ご意見募集 第2次いなべ市総合計画 基本構想

市の目指すべき将来像と、これを実現するための基本的な方向を明らかにし、市の各分野での行政計画や方針を定める第2次いなべ市総合計画の基本構想について取りまとめを行いましたので、市民のみなさまのご意見(パブリックコメント)を募集します。

●閲覧期間および意見の募集期間
3月30日(月) ～ 4月30日(木)
●閲覧場所
・各庁舎総合窓口課
・市ホームページ「政策意見公募」
●意見提出方法など
閲覧場所または市ホームページでご確認ください。

問 政策課　T 74-5840

相談

人権相談

●相談員　人権擁護委員
●相談内容　人権問題全般
●事前申込　不要(当日受け付け)

《3月の人権相談日》
3月10日(火) 13：00 ～ 16：00
●場所　大安庁舎

《4月の人権相談日》
4月7日(火) 13：00 ～ 16：00
●場所　藤原庁舎

問 人権福祉課　T 78-3563

平成27年度 療育手帳の巡回判定・相談のお知らせ

療育手帳は、知的障がいのある人が、相談や援助を受けやすくするための障がい者福祉手帳で、判定の結果にしたがって交付決定されます。

療育手帳を新たに取得または再判定を希望される方は、判定・相談の予約が必要ですので、ご連絡ください。

●対象者　18歳未満の方
●場所　大安老人福祉センター 2階　保健室
●時間　9：30、11：00、13：20、14：50の1日あたり4件以内
●日程
4月10日(金)　5月11日(月)
8月14日(金)　9月11日(金)
10月9日(金)　11月13日(金)
12月7日(月)
平成28年
1月27日(水)　2月12日(金)
3月11日(金)

問 社会福祉課　T 78-3511

若者就職サポート 出張相談 in いなべ(無料)

「就職について悩んでいませんか？」

15 ～ 39歳の無業状態にある方・ご家族・関係者をサポートします。就労体験やスキルアップのための支援もあります。

【出張相談 in いなべ 3月の相談】
●日時　3月18日(水)
13：30 ～ 16：30
●場所　藤原庁舎2階 会議室

問 北勢地域若者サポートステーション
T 059-359-7280
(火～土：9：30 ～ 18：00)

ほくサポ　検索

いなべ命の相談電話 78-3831

死にたいと思うほどつらい思いをされている方、気持ちがいっぱいになっている方、少しお話しませんか。匿名で相談できます。

●日時　毎週水曜日13：00 ～ 16：00

自衛官募集案内

採用種目	資格	受付期間	試験日
予備自衛官補(一般・技能)	一般：18歳以上34歳未満の者	～3/24	4/10～4/14のうち、指定する1日
	技能：18歳以上で国家資格を有する者(資格により53歳未満～55歳未満の者)		
幹部候補生(一般・歯科・薬剤)	一般：大卒者試験　22歳以上26歳未満の者(修士課程修了者(見込)は28歳未満の者)	～5/1	1次　5/16・17 5/17は飛行要員のみ
	一般：院卒者試験　修士課程修了者等(見込含む)で、20歳以上28歳未満の者		
	歯科：専門の大卒(見込含む) 20歳以上30歳未満の者※		1次　5/16
	薬剤：専門の大卒(見込含む) 20歳以上28歳未満の者※		

※受験資格の詳細については、下記までお問い合せください。

問 自衛隊四日市地域事務所 T 059-351-1723（9：00 ～ 17：00）問 自衛隊募集コールセンター T 0120-063-792（12：00 ～ 20：00）

Book なう

オススメ情報満載 図書館通信

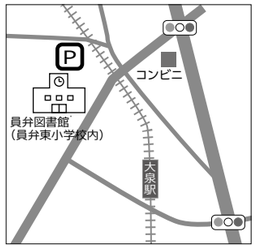
「みんなでお花見 いい気分♪」
いなべ市図書館キャラクター いなピョン

ムーミン谷の彗星
トーベ・ヤンソン原作

員弁図書館　ミニ映画会のお知らせ

●日　時　3月26日(木)・27日(金) 14：00 ～
●場　所　員弁東小学校内 みやのもりホール(員弁図書館横)
●対象者　どなたでも
●定　員　50人(参加費無料)
●内　容　26日ムーミン谷の彗星(65分)
27日ふしぎの国のアリス(75分)

昨年10月に員弁図書館は員弁東小学校に移転しました。
新しくなった員弁図書館へ、ぜひお越しください。



校舎西側の図書館用駐車場をご利用ください。

3・4月の休館日　全館…毎週月・火(※員弁のみ祝・日・月・火・土)

問 北勢図書館 T 72-2200（開館時間／9：00 ～ 17：00）　員弁図書館 T 74-5077（開館時間／13：00 ～ 17：00）
大安図書館 T 87-0021（開館時間／9：30 ～ 17：30）　藤原図書館 T 46-4150（開館時間／　9：00 ～ 17：00）

健康

栄養教室の開催について

いなべ市と東員町在住の方を対象に栄養教室を開催します。この教室は食生活改善推進員を養成するためのものであり、修了された方は『いなべ市食生活改善推進協議会』会員として活動することができます。

●開催回数　5月から11月まで毎月1回、年間7回
●開催場所　大安庁舎、東員町役場
●参加費用　調理実習代として年間5,000円（テキスト・成分表代含む）
●申込期間　4月17日（金）まで
●申込方法　電話またはホームページから
※男性の参加もお待ちしています。

問 健康推進課　T 78-3517

平成27年度 各種検診（健診）申込

平成27年度各種検診申込書を40歳以上の男性および20歳以上の女性の方へ2月末に送付しました。

平成26年度に受診された検診から変更される方や新規で申し込みをされる方は、申込書の内容や記入例を参考に記入し、提出してください。

●期　限　3月20日（金）
●提出先　健康推進課または各庁舎総合窓口課（郵送可）
＊期限までに申し込みをされないと受診できない場合があります。
＊平成26年度に受診された検診と変更のない方は、対象年齢内であれば自動的に申し込みが継続されますので、提出していただく必要はありません。ただし、お送りしました各種検診（健診）申込書は必ず開封し、内容を確認してください。

≪定期受診で早期治療を≫

今や2人に1人は「がん」になるといわれ、県内でも死亡の原因の1位は「がん」です。しかし、最近は医療技術の向上などにより自覚症状のない早期で発見し、治療することが可能です。

定期的に受診し、検診結果で精密検査が必要となった場合は、放置しないで必ず受診しましょう。

問 健康推進課　T 78-3517

国民健康保険の方へ 人間ドックのご案内

人間ドックはメタボリックに着目した特定健診と肺・胃・大腸・前立腺（男性）・乳（女性）・子宮頸部（女性）がセットになった検査です

●対象者　40～74歳の国民健康保険加入者
●申込方法　各種検診申込書
●受診期間　7月～11月
●場所
巡回ドック…市の施設にて健診バス
病院ドック…いなべ総合病院（男性・女性）、日下病院（男性のみ）

問 保険年金課　T 72-3829

子育てインフォメーション

問 健康推進課 78-3517

【育児相談】

日・場所　4月　1日（水）　北勢福祉センター
　　4月　8日（水）　藤原文化センター
　　4月15日（水）　大安老人福祉センター
　　4月22日（水）　員弁健康センター
受　付　9：30～11：00
持ち物　母子健康手帳
＊どなたでも参加できます。身体計測のみでも可。仲間づくりの場としてもお気軽にお越しください。

【離乳食教室】

（前期）日　時　4月14日（火）9：30～9：45（受付）
　対象者　生後4か月～6か月の乳児の保護者
（後期）日　時　4月28日（火）9：30～9：45（受付）
　対象者　生後7か月～11か月の乳児の保護者
場　所　大安老人福祉センター
持ち物　母子手帳・エプロン・おんぶひも
内　容　講義および調理実習
＊1週間前までにご予約ください。

対象者には個別通知します。

	日時（受付時間）	場　所	対　象　者
【1歳6か月児健康診査】	4月16日（木）13：15～14：15	大安老人福祉センター	H25.9.1～9.15生 および 前回欠席者
	4月23日（木）13：15～14：15	藤原文化センター	H25.9.16～10.9生 および 前回欠席者
【3歳6か月児健康診査】	4月　9日（木）13：15～14：15	大安老人福祉センター	H23.9.1～9.27生 および 前回欠席者

緊急相談　みえ子ども医療ダイヤル 問 #8000　《毎日》19：30～翌朝8：00
緊急診察　桑名市応急診療所 問 21-9916　《日祝》9：30～12：00／13：00～16：00　《土》20：00～22：00

市民医療講座（無料）

演題「ロコモティブシンドローム」
（運動器症候群 ロコモ）
－寝たきりにならないために－

●日時　3月28日（土）15：00～
●場所　いなべ総合病院2階会議室
●講師　名古屋市立大学大学院 医学研究科整形外科学分野 教授 大塚 隆信 先生

問 健康推進課　T 78-3517

国際自転車ロードレース大会

第18回ツアー・オブ・ジャパン いなべステージ初開催

プロの日本最高峰自転車レースが行われます。
詳しくは、いなべステージ公式サイトをご覧ください。

●日時　5月19日（火）9：00スタート（予定）
●場所　阿下喜駅から梅林公園周辺

問 第18回ツアー・オブ・ジャパン いなべステージ実行委員会　T 46-6309
H http://www.inabe-stage.jp

その他

春は引っ越しのシーズン 上下水道の手続きはお早目に

〈上下水道の使用開始・中止の手続き〉

水道総務課または各庁舎総合窓口課にて開始・中止の届出書を記入し、使用開始・中止を希望する日の前日までにご提出ください。土日祝日は使用開始・中止ができません。

●日時　平日8：40～17：15
※アパートなどの集合住宅の場合は、アパート管理者への手続きのみで使用開始・中止ができ、市役所へのお届けが不要な場合がありますので、市役所へご確認ください。
※窓口へお越しいただけない場合は、早めに水道総務課へご相談ください。
※上下水道を使用していなくても中止手続きされないかぎり、上下水道料金の請求が発生します。

問 水道総務課　T 72-3516

固定資産の縦覧について

市内の土地と家屋の価格などを記載した縦覧帳簿による縦覧が始まります。

●日時　4月1日（水）～30日（木）8：40～17：15（土日祝を除く）
●場所　員弁庁舎　資産税課

《土地価格等縦覧帳簿》
●記載内容
所在・地番・地目・地積・評価額・正面路線番号
●縦覧できる方
市内の土地に課する固定資産税の納税者

《家屋価格等縦覧帳簿》
●記載内容
所在・家屋番号・構造・階層・建築年・床面積・評価額
●縦覧できる方
市内の家屋に課する固定資産税の納税者

※納税者本人であることを確認しますので、本人確認のできるものと認印をお持ちください。また、代理の方にお越しいただく場合は、委任状が必要です。

問 資産税課　T 74-5830

納期限 －お忘れのないようお納めください－

期限内納付は社会のルールです！

いなべ市　3月の納付は
〔上下水道料金　2・3月分 / 国民健康保険料　第9期〕
納期限（※口座振替日）は、3月25日（水）です。

〔後期高齢者医療保険料　第9期〕
納期限（※口座振替日）は、3月31日（火）です。

※前日までに預金通帳残高をご確認ください。

納付には便利な口座振替制度をご利用ください。お申し込みはお近くの指定金融機関等で！

【納付書（現金納付）の方へ】
上下水道料金、国民健康保険料
○取扱いコンビニでも納付できます。
○パソコン、携帯電話からインターネットを利用して、クレジットカードでも納付できます。

問 水道総務課　T 72-3516
問 保険年金課　T 72-3829

今月の表紙
【撮影日】2月23日（月）
【場　所】ギャラリーあいば（藤原町下相場）
手作りのつるし雛や可愛らしい手芸品に囲まれティータイム。ゆっくりと贅沢な時間を味わうことができます。

編集後記

初めての特集担当。多くの方のご協力を得て、今回の特集を完成させることができました。原稿確認では、沢山の赤ペン訂正でまっかっかだった事は内緒です（笑）。（伊）

ホスピタルクラウン大棟さんの講演会を取材しました。（P9）「みんなが隣の人を笑わせたらみんなが幸せに」とのこと。なるほど！笑いと感動の2時間、心が温まりました。（熊）

大井田城跡で見た早咲きの梅の花が脳裏から離れません。照れて頬を染める少女のような愛くるしい紅色。早春の美は悪戯にすぐに移ろいゆくから、心を奪います。（桑）

地域をめぐるさんぽ道

あなたの街の“ほのぼの”スナップ

春はすぐそこに 花の郷“大井田”

宇賀川の桜、大井田城跡の梅。
春の大井田は見どころいっぱい。

▲自然の川を再現した水族館

パシャッ！
パシャッ！

▲東藤原駅からの引き込み線で活躍中の電気機関車
三岐線を走ることは珍しい

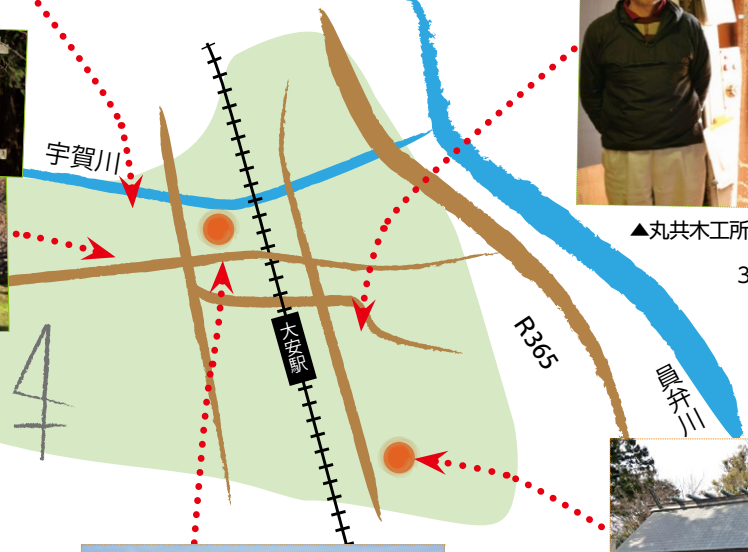
▲丸共木工所の二之夕 弘さん卓義さん親子
中央にあるのは組子工芸
3代目卓義さんの初めての作品

▲梅林が広がる大井田城跡

▲健康のため毎日 4km 程歩くという川添藤男さん。大井田について伺いました

▲名前はそのまま「○△□（まるさんかくしかく）」大安中央児童センター

▲大井田の宮さん（大井田御厨神明神社）



救急医療情報

■三重県救急医療情報センター　T 23-1199
■いなべ医師会（在宅当番医）　H http://inabe-med.or.jp/
■医療ネットみえ　H http://www.qq.pref.mie.lg.jp/

人口情報（平成 27 年 2 月 1 日現在）

総人口：46,228（-17）
世　帯：17,107（+16）
男：23,269（-16）女：22,959（-1）

生活情報「まいめる」　携帯用「モバイルサイト」

いなべ市情報誌 Link4 月号（vol.136）　平成 27 年 3 月 1 日発行
発行／いなべ市　編集／企画部 広報秘書課　〒 511-0293 いなべ市員弁町笠田新田 111
T 0594-74-5820　F 0594-74-5821　H http://www.city.inabe.mie.jp/

VEGETABLE OIL INK　UD FONT by MORISAWA