

いなべ市情報誌

# リンク Link

# 7

きずな・輪・つながり

2018  
vol.175



特集

## 空き家に明かりを

○いきマイタウン

— 魅力伝える事前イベント —

○Pick Up!

— いなべ山女子フェスタ実行委員募集 —

# 空き家に明かりを

人口減少や既存建物の老朽化、産業構造の変化などに伴い、全国的に空き家が増加しています。いなべ市でも空き家の数が徐々に増えており、放置すると安全性の低下や景観の阻害、近所の人の生活環境に悪影響を及ぼす危険性があります。

そのような状況の中、市の制度を利用して空き家の情報を公開したり、使われていなかった空き家を活用して、新たな生活を始めたりしている人がいます。

今回は全国的に問題になっている空き家についての特集です。

## 市の空き家の現状

平成25年の住宅・土地統計調査の結果では市の空き家は2,010戸、空き家率は11.9%でした。

全国や三重県の空き家率と比較すると数値は低いですが、空き家数、空き家率は増加しています。今後も増加すると予想されるため、市や地域の人々が空き家に対してどんな対策を行うかが重要になってきます。

※空き家率=空き家数÷住宅総数×100

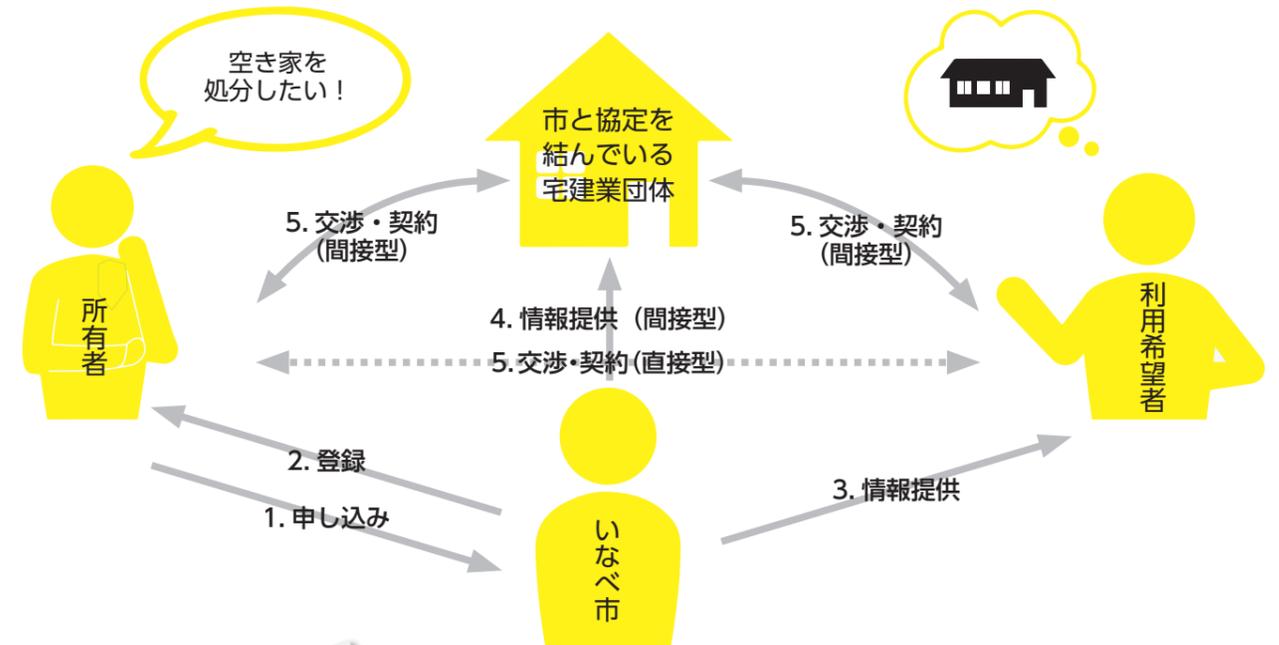
空き家に関する調査結果

	空き家数		住宅総数	
	H20	H25	H20	H25
全国	7,567,900	8,195,600	57,586,000	60,628,000
三重県	104,600	128,500	791,000	831,200
いなべ市	1,880	2,010	17,690	16,950

	空き家率	
	H20	H25
全国	13.1%	13.5%
三重県	13.2%	15.5%
いなべ市	10.6%	11.9%

# 空き家・空き地バンク制度

市内の空き家、空き地を有効活用し、定住促進や住環境の向上を目的とした制度があります。「空き家・空き地バンク制度」は利用しなくなった（利用しなくなる予定のものも含む）空き家、空き地の賃貸や売却を希望する所有者から提供された物件情報を市のホームページに掲載して、情報を公開し、利用希望者と所有者をつなげる制度です。



不動産会社で取り扱えなかった物件でも空き家・空き地バンク制度の登録をすることができるかもしれません。空き家、空き地の処分を考えている場合は、ご相談ください。

☎ 都市整備課 ☎ 74-5814

## Q どんな状態が空き家\*?

空き家については国土交通省が定める「空家等対策の推進に関する特別措置法」の中で定義されています。簡潔に説明すると、利用されていないことが日常的（おおむね1年）になっている建物を指します。また、空き家の状態が悪くなり周囲に悪影響を与えるとなると特定空家といえます。

「空家等対策の推進に関する特別措置法」の定義を基にして、市は空き家に関する対策を策定しています。※一般的には「空き家」と表記しますが、法律や条文では「空家」と表記しています。

### 空家等対策の推進に関する特別措置法第2条

- 「空家等」とは、建築物又はこれに附属する工作物であって居住その他の使用がなされていないことが常態であるもの及びその敷地（立木その他の土地に定着する物を含む。）をいう。ただし、国または地方公共団体が所有し、又は管理するものを除く。
- 「特定空家等」とは、①～④のいずれかの状態にある空き家等をいう。
  - ①倒壊等著しく保安上危険となるおそれのある状態
  - ②著しく衛生上有害となるおそれのある状態
  - ③適正な管理が行われていないことにより著しく景観を損なっている状態
  - ④その他周辺の生活環境の保全を図るために放置することが不適切である状態

**1** 空き家、空き地の所有者が「空き家・空き地バンク制度登録申込書」を都市整備課へ提出。申請書には、構造や面積など物件についての概要、売却希望か賃貸希望か、契約する際の交渉について自分で行う（直接型）か市が協定を結んでいる宅建業団体に任せる（間接型）かなどを記入します。

**2** 提出した申込書を確認し、問題がなければ空き家・空き地バンクに登録をします。

**3** 登録した物件の情報を市のホームページ「空き家・空き地バンク制度 登録物件一覧」に公開し、多数の人が情報を閲覧できるようにします。

**4** 申し込み時に間接型を選んだ場合は、市と協定を結んでいる宅建業団体に情報提供します。

**5** 利用希望者から連絡があった場合、  
**直接型**：所有者が利用希望者と契約に関する交渉や契約手続を直接行います。  
**間接型**：協定を結んでいる宅建業団体が利用希望者と交渉や契約に関する仲介を行います。交渉内容などは宅建業団体を通して所有者に報告があるため、所有者は安心して売却・賃貸ができます。  
 ※宅建業団体に仲介を依頼した場合は法律で定められた仲介手数料が必要です。

# 理想的な空き家に出会う

四日市市から北勢町に移住した山田晋吾さん、舞子さん夫婦。移住のきっかけは、市の空き家・空き地バンク制度でした。

晋吾さんは、家を探していた昨年のことをこう振り返ります。「いなべて納屋と畑がついた家を探していて、制度を利用したいと思いました。残念ながらそのときバンクには条件に合う物件がなく、代わりに市と提携する不動産会社を紹介してもらいました」

不動産会社から紹介されたのは、新町にある空き家でした。もともと家は取り壊す予定で土地だけが売りに出されていましたが、晋吾さんは一目で家ごと活用することを決意したそうです。「この家が私たちの商売に合っていて理想的です」と理由を語ります。

夫婦の仕事は、自宅で製造したジュースや菓子などを、マルシェで販売すること。現在の家にはジュースの材料となる大量の甘夏を置く場所があり、納屋では販売車の装飾品などの製作ができます。また、家の前の畑で果物、野菜を作れるのも魅力だったそうです。「畑は先日、この家の親戚の人が耕してくれました」



山田 晋吾さん  
舞子さん

今年4月に北勢町新町に移住した夫婦。マルシェで飲食物の販売をしている。音楽活動にも携わる。



晋吾さんは元の所有者の縁を受け継いでいると感じています。自治会長と一緒に挨拶回りをしたり、近所の人に獣害対策を気軽に聞いたりするなど、移住してすぐに地域に溶け込んだ暮らしを送っています。

「この家の素材が光るようになって片づけをしている最中です。昔の欄間の美しさ、すりガラスのくもった感じもいいですね」と晋吾さんは話します。

壊すはずだった空き家が、地域の人とのつながりとともに再生され、晋吾さん、舞子さんにとって大きな財産になっています。



1,2. 改修前と改修後の変化。中にあったものを整理して畳を張り替え 3. 山田さん宅 4. 台所で甘夏の仕込みをする舞子さん 5. 納屋で作業をする晋吾さん 6. 居間から見る景色。手前の畑を借りている。「空気がいい!」と舞子さん



## 支える地域の人

新町はつながりが濃い、と話す晋吾さん。「父と同世代の人が多く、みんなが師匠だと思っています」と地域の人を頼りにしています。

一方、地域の人も山田さん夫婦の転入を歓迎しています。

近所に住む岡田正則さんは、晋吾さんに新町での催事やごみ出しのルールなどを丁寧に教えてくれました。「山田さんのように、何でもできて、自分で仕事を生み出せる人が来てくれるのは嬉しい」と話します。

若い人は仕事で市外に転出し、残された親が独居になると市外に呼び寄せる傾向がある。結果、空き家が増えている。岡田さんはそう感じているそうです。

「山田さんや他の若い世代が地域で暮らしやすくなるよう、市でもバックアップしてもらえるといいですね」と話していました。



晋吾さん(左)と岡田正則さん。「このあたりは『はぐれ猿』がいるから気をつけて」と岡田さんがアドバイスすると、晋吾さんは熱心に耳を傾けていました。

# 空き家バンクで次の利用者へ

北勢町新町に夫婦で暮らす小椋修さん、ひろ子さん。修さんは新町に父、祖父の家があり、生まれてから現在まで暮らしています。しかし、修さんの父が他界して、空き家になりました。空き家は昭和45年に建てられ、修さんの父が菓子や草履など雑貨販売の店舗として利用されていました。

空き家・空き地バンクに実家を登録したという修さん。「市の空き家に関する調査でバンクに興味を持ちました。登録すると空き家が売れたときに、不動産会社が購入者に自治会への加入や仕組みなどの説明をしてくれるのが助かります」と話します。



小椋 修さん  
ひろ子さん

北勢町新町在住の夫婦。修さんは昨年新町の自治会長を務める。

新町は昔と比べて住人が少なくなったそう。「空き家がただ壊れていくだけではもったいない。地域との繋がりが築ける素敵な利用者が見つければと思います」と修さんは話します。

小椋さん夫婦の現在の住まいから空き家までは徒歩3分。次の利用者のために週1回維持管理として、庭の草抜きなどをしています。

「ゆくゆくは私たちが住んでいる家も空き家になると思います。娘に『きちんと管理してね!』とされています。家を受け継ぐ子どものために少しずつ整理整頓をしていきます」とひろ子さんは話します。

バンクに登録できて安心したと感じている小椋さん夫婦。素敵な利用者が見つかるといいですね。



1. 空き家の庭の草抜きをする修さん  
2. 小椋さんが空き家・空き地バンクに登録した家



# イメージ通りの空き家

桑名市から北勢町に移住してきた中島洋さん、千恵子さん夫婦。6年前、桑名市で新鮮な食材を活かした和食を提供する店をオープン。店を続けていくにつれ、無農薬・低農薬・有機栽培野菜の大切さを訪れた人に伝えたいと強く思うようになったそう。

千恵子さんは「野菜を中心とした自然食の大切さを伝えるのにふさわしい、自然豊かで緑に囲まれた場所を探していました」と移住を考えた経緯を話します。

いなべに住む友人の紹介で、いなべの魅力に惹かれていった中島さん夫婦。現在の家に巡り合ったきっかけは市の空き家・空き地バンク制度でした。バンクには条件に合う物件がなく、代わりに市と協定を結んでいる不動産会社から今の住まいを紹介されました。

空き家になって2年経っていましたが、前所有者が定期的に維持管理をし、きれいな状態だったそう。



1.2. 改修前と改修後の変化。大きな改修工事はせず、そのままの雰囲気を残して利用



## 中島 洋さん 千恵子さん

今年の3月末に北勢町飯倉に移住した夫婦。6年前から無農薬・有機栽培の野菜を使った飲食店を経営。5月9日から自然食千とせを開店。



「昔ながらの家によくある、居室が田の字型に配置されている間取りやきれいな畳、木造で瓦屋根の外観に心をつかまれました」と千恵子さん。

中島さん夫婦の店にしたいイメージと空き家の雰囲気がぴったり合致しました。敷地には畑をできる場所があり、ゆくゆくは店で調理する野菜を育てたいそう。

「ランチ営業が終わり、客席から外を眺めながらゆったりと過ごす時間が幸せです」と洋さんは話します。

開店してからどんな風に使われているか、前所有者が何度か足を運んでくれているそう。空き家を定期的に管理する義務から解放され、今までと違った方法で活用している状況に喜んでいるそうです。

中島さん夫婦の事例のように、空き家の所有者と利用者双方が笑顔になる事例がこれからどんどん増えてくるといいですね。



3. 中島さん夫婦がのれんを構える自然食千とせ 4. 新鮮な野菜を使った料理 5. 二人で料理の仕込み 6. 中島さん夫婦お気に入りの場所



# バンク登録を手伝います

いなべ市では平成20年度に県内で2番目の早さで空き家・空き地バンク制度の取り組みを開始しました。県内外から多くの問い合わせがあり、空き家等の利活用の需要が急増してきたと実感しています。

しかし、多くの問い合わせに対してバンクに登録している物件数が少なく、実際に物件紹介まで至らないことが多くもったいないと思っています。空き家等の所有者は是非バンクに登録して「地域の空き家に明かりをとみましょう！」



高野 真輔  
平成9年入庁。平成27年から、空き家等に関する対策業務に携わる

空き家・空き地バンクホームページ



空き家・空き地バンクに関する市のホームページの閲覧数 (平成28年2月～平成30年4月)	
ページタイトル	閲覧数
いなべ市空き家・空き地バンク制度登録物件一覧	2,453
いなべ市空き家・空き地バンク制度(買いたい人・借りたい人)	1,448

空き家の放置はその建物が朽ちていくだけでは済みません。景観を損ねたり、倒壊して隣の建物を壊したりする可能性があります。また老朽化した空き家を受け継いだ人が管理することに対する金銭的・心理的負担も大きくなります。

今後増加していく空き家について、市だけで対応することは難しいのが現状です。安心して暮らし続けるためにも、空き家所有者だけでなく、地域で空き家に対して問題意識を持ち、対策を考えていかなければいけません。

これからのいなべの地域の在り方について、まずは近くの人と話し合うことから始めてみてはいかがでしょうか？



## 市長コラム

## 空き家の賞味期限

いなべ市長 日沖 靖

今、いなべ市では市外から移住のために空き家を探す人が増えています。しかし、空き家を提供する人が少なく、有効に活用されていないのが課題です。親戚への相談が面倒だから、仏壇が残っているから、荷物が置いてあるからと、反対の理由は様々です。しかし、空き家にも賞味期限があり、立派な家屋でも放置しておくと傷みが激しく、直ぐに廃墟と化してしまいます。

我が家の近くにも大きな屋敷の空き家が数件あり、道路への倒壊や樹木の管理が問題となっています。そこで、10年程前から県外の所有者に連絡を取り、処分を促してきました。

しかし、結論が出ず、今となっては壊すしかないものもあります。もったいない限りです。空き家も賞味期限を守ってほしいものです。



▲利用しなくなってから、10年程経過した空き家。

# いきいき! マイタウン



シロヤシオ (竜ヶ岳)

まちで起こった出来事や  
気になるあの人を紹介します。

## TOJいなベステージに向けて

# 魅力伝える事前イベント

4月22日(日)、イオンモール東員で「ツアー・オブ・ジャパン(TOJ)いなベステージ徹底解説トークバトル」が行われました。これはTOJいなベステージを盛り上げるためのイベントです。出場チームの代表者や鈴木英敬三重県知事、市長が、いなベステージの魅力やチーム事情を熱く語りました。キナンサイクリングチームの加藤GMは「地元の応援が力になる」とレースの応援を呼びかけていました。

ステージではプロ選手のスピードバトルも行われ、計測器付きの自転車に乗り200mのタイムを競いました。迫力あるプロの走りを間近で見ることが



ができる貴重な機会となりました。県外から訪れる人がいるなどイベント開始前から多くの人が集まり、大いに盛り上がりました。

1. 豪華メンバーによるトークバトル 2. プロが全力でパフォーマンス 3. 100人を超える人が集まりスピードバトルでは大歓声が



# キナンサイクリングチーム訪問

5月14日(月)、キナンサイクリングチームの選手らが市長を訪問し、いなベステージへの意気込みを語りました。

いなベステージ出走予定の中島康晴選手は「コース道幅の変化や高低差があり、いなべはおもしろいコース。応援していただけたら力になる」と話していました。また、加藤康則ゼネラルマネージャーは「ホームチームとして結果を残したい」と想いを語りました。

市長は「皆さんのおかげで、いなべ市をロードバイクで訪れる人が増えています。いなベステージでの活躍を期待しています」と激励しました。



▲世界で活躍する選手らが訪問

TOJ事前イベントおよび当日の様子は  
▶▶▶「いなべ10」6月24日～30日放送

大きな音で身を守ろう

▶▶▶「いなべ10」6月17日～23日放送



# 防犯ブザー贈呈

4月18日(水)、阿下喜小学校で防犯ブザーの贈呈が行われました。員弁地区生活安全協会は登下校時に危険から身を守るため、毎年新1年生に防犯ブザーを贈っています。今年もいなべ市内の全ての小学校に、



合わせて387個を贈呈しました。

この日はランドセルへ防犯ブザーを取りつけ、協会員から「危険を感じたら、すぐに鳴らすようにしてください」と話がありました。児童は使い方を確認するために音を鳴らし、思ったよりも大きな音にびっくりしていました。

1. いつでも使えるようにランドセルに取り付け 2. ブザーを使う練習

おめでとうございます

# 春の叙勲・褒章

平成30年春の叙勲と褒章が発表され、市内では2人が受章されました。



瑞宝単光章  
森清治さん  
(藤原町上相場)

昭和54年消防団に入団し、平成16年から27年までは副団長を務められました。

遭難や土砂崩れなどが起こると、自分のことは後回しで出動していました。消防署ができる前は、より最前線で活動したことが思い出されます。

団員には「怪我をしないように」と伝え続けました。任期中、団員が無事だったのが何より幸せです。



藍綬褒章  
島田光代さん  
(大安町石樽南)

平成5年から保護司を務められています。現在は勉強会などを中心に活動されています。

保護司の皆さんのご指導や家族の協力のおかげで25年間活動させていただきました。

担当した子から「花嫁姿見に来てね」とか「店長になったよ!」などの報告を受け、力をもらったことも嬉しかった思い出です。

収穫が待ち遠しい

# 田植えを体験

5月17日(木)、十社小学校の3、4年生26人が田植えを体験しました。これは米作りを学ぶとともに地域の人との交流を大切にしようとして毎年行われている取り組みです。児童は地域の人に教わりながら、丁寧に苗を植えていました。



田植えが初めてだった子もいて、「またやってみたい」と話すなど、楽しい時間になったようです。育ったお米は、10月に収穫したあと12月に餅つきをして全校児童で食べる予定です。



1. 地域の人から「器用だった」と言われるくらい上手に取り組む児童たち 2,3. あちこちから聞こえる笑い声

## 児童手当の現況届 6月中に提出をお願いします

☎ 児童福祉課 ☎ 78-3519

児童手当を受給している人は、毎年6月に「現況届」を提出していただく必要があります。

この届は、6月1日の状況を記入し、児童手当を引き続き受ける要件があるか確認するためのものです。「現況届」を提出しないと6月分以降の手当を受給することができません。

●提出期限 6月29日(金)

●提出書類

- (1) 「児童手当現況届」
- (2) 「受給者の健康保険証の写し」または「年金加入証明書(事業所で証明を受けたもの)」いずれか1点  
※国民年金加入者および年金未加入者は提出不要
- (3) 「別居監護申立書」および「児童の属する世帯全員の住民票」  
※単身赴任などにより、養育している児童と別居の場合

(4) 外国籍の人は、受給者の「パスポート」または「在留カード」の写し

- その他 (1)～(4)以外に受給者の状況に応じて必要となる書類があります。対象者には個別にご連絡します。
- 提出先 大安庁舎児童福祉課または各庁舎総合窓口課  
※開庁時間内に来庁できない場合は、児童福祉課までご連絡ください。



## Q&A こんな場合はどうなるの? ～児童手当について～

Q-1 月末に子どもが誕生します。児童手当の認定は、申請月の翌月分からの支給とありますが、役所への申請は来月になります。その場合、1カ月分の手当はもらえないのでしょうか?

A 15日特例が適用されます。出生日や転入した日(転出予定日)が月末に近い場合、申請日が翌月になっても、異動日の翌日から15日以内(15日目が休日の場合、その翌開庁日まで)であれば、申請月分から支給します。申請が遅れると、原則として、遅れた月分の手当を受けられなくなりますので、ご注意ください。

Q-2 離婚協議中です。現在の受給者は父ですが、子どもと同居する母に受給者を変更することはできますか?

A 条件を満たせば、受給者の変更が可能です。状況によって異なりますので、児童福祉課までご相談ください。

Q-3 児童手当の手続きでは、どんなときにマイナンバーが必要ですか?

- A 以下のような場合、マイナンバーが必要になります。
- 新規認定請求：申請者および配偶者のマイナンバー  
※申請者の本人確認のため、本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど)が必要です。
  - 別居監護申立：別居している児童のマイナンバー
  - 個人番号変更などの申し出：変更や新たな登録または資格が消滅した受給者や配偶者など、または、児童のマイナンバー

詳しくは現況届提出の通知に同封したパンフレット「児童手当制度のご案内」をご覧ください。

## 個人住民税(市・県民税)の納付方法

	第1期・全期	第2期	第3期	第4期
納期限(振替日)	7月 2日(月)	8月31日(金)	10月31日(水)	1月31日(木)
口座再振替日	7月13日(金)	9月13日(木)	11月13日(火)	2月14日(木)

期限内納付は  
社会のルールです

☎ 納税課 ☎ 74-5803

### 納付方法

○納付書で納める場合(下記のいずれか)

- (1) 6月中旬に「納税通知書」と「各期分の納付書」を郵送します。各納期限(コンビニ取扱期限)までにお近くのコンビニエンスストア、市役所窓口、指定金融機関などで納めてください。
- (2) 各納期限までにパソコンまたはスマートフォンからインターネットを利用してクレジットカードで納めてください。(詳しくは市ホームページ・オンラインサービス「Yahoo! 公金支払い」をご覧ください)

○口座振替で納める場合

- 6月中旬に「納税通知書」を郵送します。金融機関名、名義人、振替方法(期別・全期)など相違がないかご確認ください。また振替日の前日までに通帳残高をご確認ください。
- \*万一、残高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。
  - \*再振替日にも振替ができなかった場合は、振替不能通知書を郵送します。同封の納付書でお納めください。

### ご注意ください

全期分を選択されている人で口座振替/再振替ができなかった場合、今年度のみ2期以降は期別での口座振替に変更となります。(1期については振替不能通知書に同封の納付書で納付してください)

### 納付方法の変更を希望される場合

納付書⇔口座振替、口座情報の変更(全期⇔期別、金融機関名、口座番号、口座名義人など)はお早めに金融機関で手続きをしてください。内容によってはご希望の開始年月に間に合わない場合があります。

★納期限までに納付されない場合は滞納となり、下記の金額を加算します。

○延滞金

納期限の翌日から納付の日までの日数に応じ、特例基準割合\*に年7.3%を加算した割合(納期限の翌日から1月を経過する日までのについては特例基準割合に年1%を加算した割合。ただし、上限は7.3%)を乗じて計算した金額に相当する延滞金を徴収します。

※特例基準割合…国内銀行の貸出約定金利(新規・短期)の前々年10月から前年9月までにおける平均に年1%の割合を加算した割合

○督促手数料

定められた納期限までに納付されないと、納期限の翌日から50日以内に督促状を発送します。督促状が発せられた日の翌日から100円の督促手数料を徴収します。また、滞納が続くと、税負担の公平を保つため、やむを得ず財産の差押えをすることがあります。(差押えをする財産は預貯金、給与、不動産など)

災害や病気、そのほか特別な事情があり納付が困難な場合は、納税課までご相談ください。

## 平成30年度いなべ市医師養成奨学資金

☎ 健康推進課 ☎ 78-3517

いなべ市では、研修医および勤務医の確保を目的に、現在、大学の医学部に在学する人で、将来、市内の医療機関で臨床研修を受け、引き続き医師として勤務しようとする人に奨学資金を貸し付けています。



- 貸付額 毎月12万円
- 貸付期間 貸付決定月から、大学を卒業する月までの間(正規の修学期間)
- 募集定員 若干名
- 募集期間 7月17日(火)～31日(火)
- 償還免除 市内の医療機関で臨床研修を受け、引き続き医療機関に医師として貸付期間の1.5倍の期間を勤務したとき。

# いなべ山女子フェスタ実行委員募集

11月3日(土)、4日(日)に開催予定の「第4回日本のまんなか♥いなべ山女子フェスタ」の実行委員になりませんか?

イベントの企画から当日の運営まで、共に考え、盛り上げてくれる人を募集します!

☎ 政策課 ☎ 74-5840

## 《第4回日本のまんなか♥いなべ山女子フェスタ》

- 日時 11月3日(土)、4日(日)
  - 場所 青川峡キャンプパーク、市内の山
  - 内容 ワークショップ、アウトドアブース、交流会、登山など
  - 対象者 登山やアウトドアが好き、挑戦したい女性
- ※イベント参加の申し込みについては、Linkや市のホームページで改めてお知らせします。



## 《実行委員について》

- 期間 委員就任の日から平成31年3月31日まで
- ※イベント終了後は反省会や慰労会があります。
- 定員 若干名(応募多数の場合、市内在住者を優先する場合があります)
- 活動内容 山女子フェスタの企画、準備、当日の運営企画会議への参加(毎月1~2回、木曜日19:00~21:00に実施)
- ※会議は原則大安公民館(大安町大井田2704)で実施。
- 対象者 20歳以上でイベントを共に盛り上げようという意欲のある人、上記の会議に積極的に出席し、イベント当日にスタッフとして参加出来る人
- 申込方法 氏名、住所、連絡先(電話番号・メールアドレスなど)、性別、生年月日、応募動機を記入し、(inabefes@gmail.com)までお送りください。
- 申込期限 7月31日(火) 17:00

# 梅の実が収穫時期

☎ 農業公園 ☎ 46-8377

- 日時 6月23日(土)、24日(日) 8:00~15:00
  - 場所 梅林公園直売所(藤原町717)
- 《梅の実もぎとり体験》
- 参加費 1,000円/1袋(約3kg)
  - 持ち物 長靴、軍手、タオル、帽子、長袖の上着、雨かっぱ(雨天時)

※申し込みの必要はありませんが、梅の実がなくなり次第終了します。

※カゴ・エコバッグ・リュックなどは持ち込まないようにご注意ください。

## 《梅ジュースづくり体験》

- 参加費 1,300円/1セット
- 定員 1日100人(先着順)



# ～自覚症状がない糖尿病 重症化する前に～ 「糖尿病を知る集い」参加者募集

☎ 健康推進課 ☎ 78-3517

市では、糖尿病の重症化を予防するため「糖尿病を知る集い」を開催します。

糖尿病は、初期の段階ではほとんど自覚症状がありません。しかし、血糖値が高い状態が続くと、全身の血管にさまざまな障害があらわれます。網膜症、腎症、神経障害などの細い血管の障害、心筋梗塞、狭心症、脳卒中など大きな血管の障害があります。これらの合併症を予防するには、

## ●対象者

- ① HbA1c (ヘモグロビン A1c)が6.5%以上の人(糖尿病の数値が高い人)
- ② eGFR (推算糸球体濾過量)が59以下でHbA1cが6.0~6.4%の人(腎機能が低下している人で糖尿病予備軍の人)
2. カリキュラム全日程に参加する意思のある人(本人参加が原則)
3. I型糖尿病ではない人
4. 75歳未満の人
5. いなべ市に住民登録がある人

血糖値を下げるのが重要です。そのために、医療機関の受診と並行して、生活改善をすることが必要です。

「糖尿病を知る集い」は、生活改善の方法を知り、一人で頑張れないことをみんなで頑張っていこうというものです。「もっと早くに気をつけていればよかった」と後悔をすることがないように、ぜひこの機会を利用してみませんか?

●定員 20人(先着順)

●申込期限 6月29日(金)

●日時・場所

回	日程	時間	場所
1	7月23日(月)	13:30~15:30	大安老人福祉センター2階 保健室
2	8月20日(月)	13:30~15:30	
3	9月下旬ごろに個別面接		
4	10月22日(月)	13:30~15:30	
5	11月19日(月)	10:00~13:00	
6	12月17日(月)	13:30~15:30	

# 暮らしなんでも相談会

子育て、年金、介護、労働、金融などの相談に弁護士、社会保険労務士、介護支援専門員が親切にお応えします。

☎ 暮らしほっとステーション桑員

☎ 87-7169 ☎ 87-7170

●日時 6月16日(土) 10:00~16:00

●場所 桑名市総合福祉会館1階第1・2会議室

●参加費 無料

●申込方法 電話またはFAX(事前予約)

※当日の予約は電話でご連絡ください。

# 男女共同参画週間

☎ 人権福祉課 ☎ 78-3563

## 《平成30年度男女共同参画週間キャッチフレーズ》 「走り出せ、性別のハードルを越えて、今」

6月23日(土)~29日(金)までの1週間は「男女共同参画週間」です。

男性と女性が、職場、学校、地域、家庭で、それぞれの個性と能力を發揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、皆さん一人一人の取組が必要です。

私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか?



# くらしの情報

## 催し 藤原岳自然科学館

### 【キノコを見る会】

藤原岳山麓の里山をめぐり、キノコを観察します。

- 日時 7月5日(木) 9:30～12:00
- 場所 藤原岳山麓
- 集合場所 藤原文化センター
- 定員 40人
- 参加費 小学生以上1人100円
- 申込期限 6月28日(木)

### 【夏休みの自然研究の仕方を聞く会】

標本の採集方法や作り方、自然研究の仕方について、相談や指導をします。

- 日時 7月7日(土) 9:00～12:00
- 場所 藤原文化センター大研修室
- 定員 なし
- 参加費 無料

※9:00～12:00に会場に来てください。(当日参加も可能)

### 【宇賀川の自然調べ】

宇賀川の生物・岩石を観察します。

- 日時 7月21日(土) 9:30～15:00
- 場所 宇賀川(大安公民館駐車場集合)
- 定員 40人
- 参加費 小学生以上1人100円
- 申込期限 7月14日(土)

### 《共通事項》

- 対象者 どなたでも参加できます。(小学生以下は保護者の同伴が必要)
- 持ち物 筆記用具・返信はがき・水筒(服装など詳しくは参加者に連絡)
- 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。
- 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」を記入して申込先へ。なお「夏休み

の自然研究の仕方を聞く会」は、相談したい内容があれば記入してください。

**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

## 屋根のない学校 7月の教室

### 【びっくり生きものアラカルト】

電気パンを作ってみよう。

- 日時 7月7日(土) 9:00～11:00
- 講師 俵秀作さん

### 【昆虫と遊ぼう】

虫たちの食物のとり方によって口のつくりの違いを確かめよう。

- 日時 7月14日(土) 9:00～11:00
- 講師 石田昇三さん・大山義雄さん

### 【人びとの命とくらしを守る植物】

葉っぱのすごい力。

- 日時 7月14日(土) 13:30～15:30
- 講師 葛山博次さん

### 【この指と〜まれ】

竹の器と箸作り、流しそうめんをしよう。

- 日時 7月15日(日) 9:00～11:00
- 講師 茂木源次さん

### 【たいまつ作り】

- 日時 7月21日(土) 13:30～15:30

### 【いもちおくり】

♪でてけ、でてけ、でてかな焼くぞ♪

- 日時 7月21日(土) 18:50～20:00
- ※予備日 7月22日(日)
- 講師 藤井樹巳さん、伊藤一昭さん、藤田重輝さん

### 《共通事項》

- 対象者 小学生・保護者
- 場所 屋根のない学校(藤原町坂本年2065「簡易パーキングふじわら」隣)

●申込方法 はがきまたはFAXで「住所」「氏名(ふりがな)」「学校名」「学年」「電話番号」を記入して申込先へ。

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

## 認知症のひとと家族の「おれん家」カフェ

そば打ちに親しみながら、仲間と楽しく交流します。自分で打って食べる贅沢。いなべそばで舌鼓!

- 日時 7月15日(日) 10:00～12:00(受付9:30～)
- 場所 員弁老人福祉センター1階会議室1
- 内容 そば打ち体験
- 参加費 500円(カフェ代、傷害保険代)

- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- 申込期限 7月9日(月)
- ※アレルギーの人は参加できません。

**申込先** 市民活動センター  
**T** 74-5806 **F** 74-5834

**問** 認知症予防ボランティアかのかん  
**T** 090-3458-1305

## アクアリウム運動教室 ～プールで遊ぼう!～

プールでのあそびやリズム運動などを通して水の楽しさを覚えながら、体力の向上を目指しましょう。

- 日時 第1回 7月22日(日) 9:30～11:00
- 第2回 7月29日(日) 9:30～11:00

※内容は、各回ほぼ同じです。※連続教室ではありません。

- 場所 員弁運動公園海洋センタープール(員弁運動公園体育館隣)
- 持ち物 水着、水泳用帽子、水分補給用のお茶など、タオル
- 対象者 年中・年長児

●定員 各回18人(申込者多数の場合は抽選)

●参加費 無料

●申込期限 7月2日(月) 17:00

●申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入し、押印の上、提出先へ。※申込用紙は、市ホームページからダウンロードしていただくか、下記までお問い合わせください。

●提出先 大安公民館、員弁コミュニティプラザ、北勢市民会館、藤原文化センター(土日祝を除く9:00～17:00)

**問** いなべ市海洋センター(生涯学習課内) **T** 78-3521 **F** 78-3509

## ママたちの写真展「+Happyの天使たち」

ダウン症や染色体起因の障がいをもつ子どもたちの写真を、両親からのメッセージとともに展示します。差別をなくしていきたいと、ダウン症をもつ子を授かった東海地方の家族たちが企画しました。

- 日程 6月23日(土)、24日(日) 10:00～22:00

●場所 イオンモール東員3階スガキヤ横  
**問** 21+Happy **T** 78-1866

## スマイルフェスタ

市内を中心に活動する市民活動団体、ボランティア団体、企業などが活動紹介・交流会を行ないます。17日はこども写真館、中学生料理コンテスト、フェアトレードブース、キッチンカーなどがあります。

- 日程 舞台発表 6月16日(土) 13:00～16:00
- 活動紹介 6月17日(日) 10:00～15:00
- 場所 北勢市民会館 さくらホール

**問** 市民活動センター **T** 74-5806

## 募集 講座「再考、太平洋戦争」

本講座では過去2回太平洋戦争の原因と背景を学びました。今回は、戦争勃発直前の国際関係や、その後の主要な戦い、空襲、原爆、特攻などを学

びます。  
●日程 7月23日(月)、30日(月)、8月6日(月)、13日(月)

●時間 10:00～11:45

●場所 員弁コミュニティプラザ2階第1研修室

●講師 名古屋市立大学市民学びの会代表理事 門池啓史

### ●講座内容

第1回 開戦直前の日米関係～開戦へ  
第2回 真珠湾攻撃、ミッドウェイ海戦  
第3回 ガタルカナルの戦い、続く玉砕、インパール作戦

第4回 特攻、本土空襲、原爆 ※質疑応答などの時間も多く予定しています。

●参加費 2,000円(講座4回分) ※7月23日(月)に会場でお支払ください。

●定員 30人(先着順)

●申込方法 電話、FAXまたはメールで、「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」を申込先へ伝えてください。

●申込期限 7月13日(金)

**問 申込先** (一社)いなべ市芸術文化協会  
**T** 82-1551 **F** 82-1561

**E** jimukyoku@inabe-bunka.com

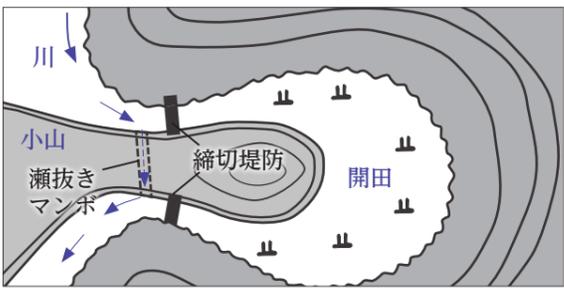
## めざせ いなべ通!

いなべ 検定入門 141

発行 いなべの魅力 22 問 広報秘書課 **T** 74-5820

### 瀬抜き開田型マンボ(藤原町(旧深尾村))

江戸時代末期、深尾集落は貧しく、住民は可能な限り開田に努力をしました。しかし7.5haの水田の収穫量だけで年貢を納めると、集落の111人を養えませんでした。水田を増やすために河川の流路を変更し、谷底の河原を水田にしようと試みました。曲がった地形を利用して小山にトンネル(マンボ)を掘り、掘ったときに出た土砂で河道を締め切るための堤防を作り、水の流れを変えました。完成したマンボは水の流れて侵食を受けて拡大し、安定した河道として存続しました。こうして谷底6カ所に瀬抜きマンボを完成させ2.3haの水田を作りました。このようなマンボは全国的に大変貴重なマンボでしたが、昭和52年に中里ダムが建設され水没しました。このマンボについては当時の藤原中学校の生徒が全校あげて調査し、その様子をまとめました。



【瀬抜きマンボ】小さな集落にとって、谷底の小山にマンボを掘り、堤防を築く作業は大変な労力を費やしたことでしょう。出来上がった水田は腐植質の客土<sup>※</sup>で地力がありました。※客土:性質の異なる土壌を混入して、土壌の性質を改良した土

参考資料:マンボ-日本のカナート- 小堀巖 編

情報提供 ふるさといなべ市の語り部

## 税務職員採用試験

- 日程 1次試験：9月2日(日)  
2次試験：10月10日(水)～19日(金)のうち、いずれか指定する日

### ●受験資格

- 平成30年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない人および平成31年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人
- 人事院が1に掲げる人に準ずると認める人

- 申込期間 6月18日(月)9:00～27日(水)23:59

- 申込方法 ホームページ (<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)から申し込み。

※ホームページから申し込みができない場合は、お問い合わせください。

- 問 名古屋国税局 人事第二課試験係 **T** 052-951-3511

## 健康

### 特定健診を受けましょう

生活習慣病に着目した健診です。採血では脂質異常症や糖尿病、動脈硬化のリスクなど、検尿では糖尿病や腎性糖尿、腎臓病のリスクなど、身体測定では肥満度などが分かります。

#### 《国民健康保険被保険者の特定健診》

- 対象者 40～74歳
  - 受診期間 7月～11月(受診券が届いても、健診を受診するまでに国民健康保険から抜けられた場合は受診できません)
  - 受診券発送 6月下旬
- 《人間ドック》

市の人間ドックに申し込みをした人への受診案内は、受診医療機関から郵送されます。

※特定健診または人間ドックを受診さ

れた人には、阿下喜温泉の『お得一ポン』をプレゼント!(保険料の未納がある場合を除く)

#### 問 保険年金課 **T** 72-3829

#### 《後期高齢者医療被保険者の健康診査》

- 対象者 75歳以上
- 受診期間 7月～11月
- 受診券発送 6月下旬(三重県後期高齢者医療広域連合から郵送)  
※5月～8月に後期高齢者医療被保険者になる人は、8月以降に受診券を郵送します。

#### 問 三重県後期高齢者医療広域連合 事業課 **T** 059-221-6884

#### 問 保険年金課 **T** 72-3829

### 健康自立度をチェックしよう!

6月下旬に、70歳以上で条件に該当する人に、日常生活についてお尋ねする“健康自立度チェック票”を郵送します。

ご回答いただくと、今後の生活に役立つ「結果アドバイス票」を郵送します。

- 対象者 平成30年4月1日現在70歳以上で下記のいずれかに該当する人

- ①介護保険の要支援、要介護認定を受けていない人
- ②介護予防・日常生活支援総合事業を利用していない人

#### 問 長寿福祉課 **T** 78-3520

### 歯周病検診を受けましょう

歯を失う大きな原因は歯周病です。健康で長生きするためには歯周病予防をはじめとしたお口の健康管理が重要です。今年度40歳、50歳、60歳、70歳になる人を対象に歯周病検診を指定医療機関で実施します。

歯周病を早期発見するために、ぜひこの機会に受診してください。

- 実施期間 7月1日～12月31日

- 負担額 300円

#### 問 健康推進課

- T** 78-3517 **F** 78-2678

### 乳がん・子宮頸がん 無料クーポン券郵送

市では、国が実施する「がん検診推進事業」により、下記の対象者へ「乳がん・子宮頸がん検診無料クーポン券」を郵送しています。無料クーポン券を利用して、がん検診を受診しましょう。

- 対象者 いなべ市に住所を有する女性で下記の年齢になった人

- ①乳がん検診  
40歳(S52.4.2～S53.4.1生まれの人)
- ②子宮頸がん検診  
20歳(H9.4.2～H10.4.1生まれの人)

#### 問 健康推進課 **T** 78-3517

## 相談

### 人権相談(無料)

人権問題に関する相談を、法務大臣から委嘱された人権擁護委員がお聞きします。秘密は固く守ります。お気軽にご相談ください。

#### 6月の相談

- 日時 6月20日(水) 13:00～16:00

- 場所 員弁コミュニティプラザ

#### 7月の相談

- 日時 7月11日(水) 13:00～16:00

- 場所 大安庁舎

#### 問 人権福祉課 **T** 78-3563

### 生活にお困りの人へ(無料)

「借金の返済が大変」、「仕事が見つからない」、「仕事が続かない」、「どこに相談していいのかわからない」、「家族のことで悩んでいる」など、生活や仕事にお困りの人への相談、サポートを行います。ひとりで抱え込まずに、

まずはご相談ください。

- 問 市くらしサポートセンター縁(えにし)(大安庁舎) **T** 78-3512

### 行政相談 (無料・秘密厳守)

#### ●日程・場所

- 7月10日(火)大安庁舎
- 7月24日(火)北勢福祉センター
- 7月31日(火)藤原庁舎
- 8月14日(火)員弁老人福祉センター
- 時間 13:00～16:00
- 問 総務省三重行政監視行政相談センター **T** 0570-090-110
- 問 総務課 **T** 74-5805

### 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人、気持ちがいっぱいになっている人、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

### 若者就職支援相談(無料)

「就職について悩んでいませんか?」

15歳～39歳の無業状態にある人、ご家族、関係者をサポート。就労体験やスキルアップのための支援もあるので、お気軽にご相談ください。

#### 【出張相談 いなべ 6月の相談日】

- 日時 6月20日(水) 13:30～16:30

- 場所 藤原庁舎2階会議室  
※事前に申し込みが必要です。

#### 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

### ひきこもり相談支援 (無料)

ひきこもり、閉じこもり、不登校などで悩んでいる人やご家族の相談にのり、一人一人に合った支援や解決方法を一緒に考えていきます。

【電話・メールによる相談】

(年中無休・24時間受付)

- T** 090-5874-8372

- E** inabe@cocorostation.net

【対面相談】(年中無休・要予約)

- 場所 三岐鉄道三岐線大安駅構内
- 時間 10:00～12:00  
13:00～16:30

#### 問 心のホッと!ステーション大安 (三岐鉄道三岐線大安駅構内)

- T** 37-2226

### 精神保健福祉相談(要予約)

こころの病にまつわるさまざまな不安や悩みなどについて、ご本人やご家族、精神保健福祉相談に専任する支援者を対象に、精神科専門医師による相談を行います。

- 日時 7月25日(水) 13:30～15:30

- 場所 大安庁舎2階

#### 問 桑名保健所地域保健課

- T** 24-3620 **F** 24-3692

オススメ情報満載  
図書館通信

# BOOK

「雨の日は、本の世界で冒険さ」  
いなべ市図書館キャラクター  
いなビョン



### あじさいおはなし会 共催：スマイルフェスタ いなべ

- 日時 6月17日(日)10:00～10:40
- 協力 おはなしボランティア連絡会(大安町おはなしの会くまのこ、藤原おはなし会「こだま」、よみきかせたんばの会)
- 場所 北勢市民会館2階和室
- 参加費 無料

### <第5土曜日イベント> 一度聞いたら忘れない朗読アーティストのゆうゆさんが図書館にやってきました!

- 日時 6月30日(土)15:00～15:45
- 講師 松岡由香さん
- 場所 藤原図書館おはなし広場
- 内容 絵本の読み聞かせ(フルーツ演奏のおまけつき)
- 参加費 無料

6・7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/9:00～17:00)
- 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)



### 家庭児童相談室

子どもたちとその家庭に関する相談に応じています。市専属のケースワーカー、相談員が対応します。秘密は厳守します。

- 時間 9:00～17:00(平日)
- 場所 大安庁舎
- 費用 無料

※面談の場合は予約が必要。電話での相談も可能です。

- ・家庭児童相談 しつけ、養育、家庭環境などの子どもに関する家庭からの相談をお受けします。児童虐待の相談や通報も受け付けます。
- ・女性相談 家族関係や夫婦、自分のこと、DV(配偶者などの暴力)被害など、女性からの相談をお受けします。

問 家庭児童相談室 T 78-3535

### その他 介護保険負担限度額認定証の更新

現在お持ちの介護保険負担限度額認定証は、7月31日(火)で有効期間が

満了いたします。

7月31日(火)までの介護保険負担限度額認定証をお持ちで、引き続き対象の人には6月下旬に更新申請の案内文書を郵送します。8月1日(水)以降もご利用の場合は、更新の手続きをしてください。

問 介護保険課 T 78-3518

### 防災ラジオ定期試験放送

毎月11日に、防災ラジオの試験放送を実施しています。

緊急放送は防災ラジオのスイッチが入っていない状態でも、自動で起動し、終了します。防災ラジオは常時、コンセントにつないだ状態を維持してください。

なお、最大音量で放送しますのでご了承ください。

#### 【6月の試験放送】

●日時 6月11日(月) 14:00～

#### 【7月の試験放送】

●日時 7月11日(水) 14:00～

問 危機管理課 T 74-5898

### 緊急地震速報試験放送

緊急地震速報の試験放送を以下の日程で行います。

●日時 7月5日(木) 10:00～

※毎月11日実施の防災ラジオ定期試験放送ではありません。

問 危機管理課 T 74-5898

### マイナンバーカード 休日交付窓口開設

平日の受け取りが困難な人のために休日交付窓口を開設します。交付日の4日前までに市民課へ電話予約が必要です。

●日程 6月24日(日)、7月29日(日) (8月以降も定期的に開設します)

●場所 市民課(北勢庁舎)

●時間 9:00～12:00

(15分間隔で予約受け付け)  
上記の日程9:00～12:00にマイナンバーカード用写真の無料撮影および申請手続きのサポートも行います。(予約不要)

また通知カードをまだ受け取っていない人で休日受け取りを希望する場合は、市民課へ事前連絡が必要です。

※7月22日(日)で予定していた休日窓口は7月29日(日)に変更になりました。

問 市民課 T 72-3513

### 三重県共有デジタル地図の現地調査作業について

県および市町では共同で三重県共有デジタル地図を作成しています。地図は市町の行政事務で利用するほか、インターネットGISなどで県民が広く利用できます。

地図は、あらかじめ航空機で撮影した空中写真を使いますが、樹木や大きな建物の陰によって空中写真に写らない場所があるため、これらを現地で確認します。ご協力とご理解をお願いします。

#### ●調査内容

1. 歩道などの公道から周辺の地形を目視確認、記録
2. 道路の形状調査のため、幅員をメジャーなどで計測
3. 建物(学校、病院、公共施設など)の名称を調査

●期間 6月中旬～10月末

●場所 市内全域

●作業機関 国際航業・パスコ・中日本航空・若鈴・ジオフォーラム・ジオ共同企業体

問 三重県市町総合事務組合

T 059-225-2138

## 2019年春 新庁舎へ — これからのいなべ市Q&A

### Q 災害時の対応はどうなるの？

問 危機管理課 T 74-5898

A 大規模災害が発生したとき、まず必要なものは救助のための資機材、避難所での食糧や飲料水、生活必需品です。北勢町阿下喜の東海環状自動車道インターチェンジ付近に、災害時に迅速な対応を行うための備蓄倉庫の建設を進めます。

備蓄倉庫には、南海トラフ巨大地震で想定される避難者数の3日分の食糧や飲料水、生活必需品、救助資機材を保管します。また、支援物資を一時保管し、避難所への物資の配送拠点になります。

備えあれば憂いなし。いざという時に備えて、家庭や地域、行政それぞれの果たす役割を認識して、防災対策に取り組むことが大切です。



### 期限内納付のお願い

#### ●6月の納付

\*市・県民税 第1期/全期

\*介護保険料 第2期

#### ●納期限(口座振替日) 7月2日(月)

\*前日までに通帳残高をご確認ください。

\*口座振替の人で、万一、残高不足などで口座振替日に振替ができなかった場合は、**7月13日(金)に口座【再】振替を行います。**

○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などで!

【納付書(現金納付)の人へ】

市・県民税、介護保険料

○取扱いコンビニエンスストアでも納

付できます。

市・県民税

○パソコン、スマートフォン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。詳しくは、市ホームページのオンラインサービス「Yahoo! 公金支払い」をご覧ください。

問 納税課 T 74-5803

問 介護保険課 T 78-3518

### くらしの情報の訂正とお詫び

Link6月号14ページの記事に誤りがありましたので、訂正してお詫びします。

【誤】村上 洋子さん

【正】村上 祥子さん

# 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 7月 4日(水) 北勢福祉センター  
7月 11日(水) 藤原文化センター  
7月 18日(水) 大安老人福祉センター  
7月 25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。

#### 【ぶれmamaセミナー(妊婦教室)】

日時 7月20日(金) 13:00～15:00  
受付 12:50～

場所 はっぴい・はあと(大安町石樽南335)

持ち物 母子健康手帳

内容 妊娠期を楽しむために(スタイ作り・交流)

※電話でご予約ください。また託児が必要な人はご相談ください。

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】7月19日(木) 13:15～14:15 藤原文化センター H28.12.13～H29.1.10 生 および 前回欠席者
- 【2歳児歯科教室】7月12日(木) 9:15～9:30 大安老人福祉センター H28.6月・7月生
- 【3歳6か月児健康診査】7月26日(木) 13:15～14:15 員弁健康センター H26.12.1～H26.12.21 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

緊急診療 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

# 小さなごちそう

わたしの街からお届け



## ねぎ焼きのそば版 県の「そば焼き」



### レシピの紹介者

長屋素子さん（藤原町県）  
「そばの風味が効いた素朴なねぎ焼きです。ぜひ1度作ってみてください」

### 材料（2人分）

そば粉 ……100 グラム  
水 ……100cc  
塩 ……少々  
天かす ……適量  
ねぎ ……1 本  
卵 ……1 個  
かつお節 ……10 グラム  
中濃ソース ……適量  
サラダ油 ……大さじ 2

### 作り方

- ①ねぎを細かく刻む
- ②そば粉と水を合わせ、よく混ぜる。①と塩と天かすを入れ、さらに混ぜる
- ③フライパンにサラダ油を馴染ませ、②をパンケーキのように円形に流し込み中火で焼く
- ④生地表面に空気の泡が出始めたら裏返し、フライ返しで軽く押さえてさらに焼く

- ⑤卵を溶き、④を持ち上げながら下に流し込む。卵が焼けたら、皿に移しかつお節と中濃ソースをかける

### 同じレシピを紹介中

 **cookpad**  
いなべ市公式  
キッチン



## 小さなごちそう体験

### 第3回 ミニトマトのプランター作り

- 内容 立田農園のミニトマトでプランターを作ります。
- 日時 7月7日（土）  
9：30～11：30
- 場所 立田農園（藤原町篠立 3390-96）
- 申込開始日 6月12日（火）

### 第4回 座禅体験会

- 内容 「ひとつの心」で集中して、龍雲禅寺で座禅を体験しませんか？
- 日時 7月21日（土）  
9：15～11：00
- 場所 龍雲禅寺（藤原町県 1167-3）
- 申込開始日 7月3日（火）

### 【共通事項】

- 定員 10人
- 参加費 800円（1人あたり）
- 申込方法 市ホームページ、電話
- 主催 いなベグリーン・ツーリズム推進委員会
- 問 申込先 政策課 T 74-5840



生活情報  
「まいめる」



携帯用  
「モバイルサイト」

### 救急医療情報

- 三重県救急医療情報センター T 059-229-1199
- 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30年5月1日現在）

総人口：45,573（+88）  
世帯：17,787（+121）  
男：23,086（+90）女：22,487（-2）

いなべ市情報誌 Link7月号（vol.175）平成30年6月1日発行  
発行／いなべ市 編集／企画部 広報秘書課 〒511-0293 三重県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/>