

いなべ市情報誌

Link
さぶな・輪・つながり

2

2024
vol.243

特集

二十歳のつどい

P4 温水プールが完成

P6 梅、らんまん

P9 レスリング全日本初優勝

P11 家庭での非常食の備え方

令和6年

二十歳のつどい

1月6日(土)、令和6年二十歳のつどいが行われました。新しい門出を迎えた市内4地区528人の若者たち。会場には、二十歳という節目を迎えた参加者の笑顔が、希望の光のように輝いていました。

誓いの辞



大安町
浅野 寛太さん

励まし合い成長する

私たちちは二十歳を迎え、立場はさまざまですが、社会の一員として逆境にも立ち向かう覚悟です。失敗することも多々あると思いますが、共に乗りこえていきましょう。自分と周りの人を大切に、思いやりを持った大人になれるように努力したいと思います。



員弁町
水谷 那瑠さん

ふるさとに恩返しを

私たちが生まれ育ったこのいなべ市は、自然が豊かで、人々の心が皆温かいところです。私たちは、たくさんの方から与えてもらったこの温かい心を、次の世代に引き継げるような大人になることを誓います。



北勢町
小倉 史也さん

志を持ち、前に進む

大学や専門学校で日々勉強し自己実現のために努力している人や、就職し仕事に毎日奮闘している人がいます。状況はそれぞれ違いますが、社会の一員としての自覚を持ち、責任ある社会人として、常に志を持ち、前向きに歩んでいくことをここに誓います。



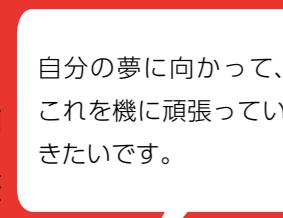
藤原町
岸本 陸渡さん

真心を持って日々精進

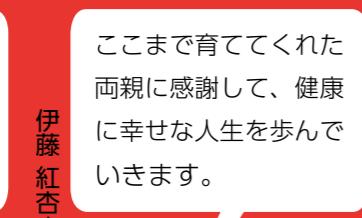
私たちが無事に二十歳を迎えることができたのも、成長を温かく見守ってくれた方々のおかげです。これからは、多くの方々に支えられた分、私たちも誰かを支えていけるように真心を持って人と接し、一人一人の関係を大切にし、日々精進してまいります。



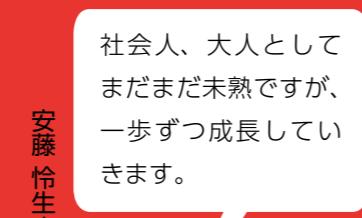
二十歳の言葉



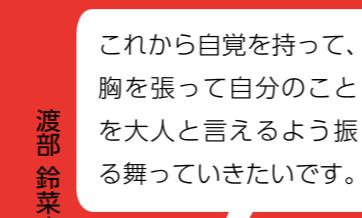
西川 佳希さん(大安町)
自分の夢に向かって、これを機に頑張っていきたいです。



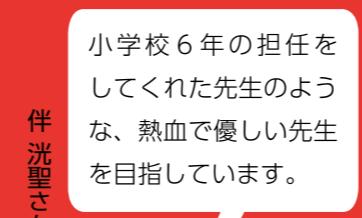
伊藤 紅杏さん(大安町)
ここまで育ててくれた両親に感謝して、健康に幸せな人生を歩んでいきます。



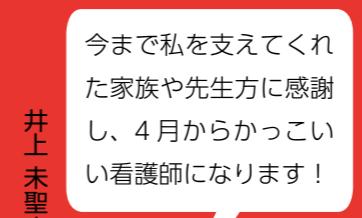
安藤 恼生さん(員弁町)
社会人、大人としてまだまだ未熟ですが、一歩ずつ成長していきます。



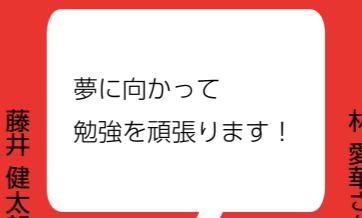
渡部 鈴菜さん(員弁町)
これから自覚を持って、胸を張って自分のことを大人と言えるよう振る舞っていきたいです。



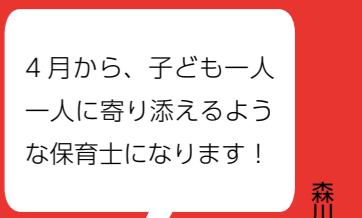
伴 洋聖さん(北勢町)
小学校6年の担任をしてくれた先生のような、熱血で優しい先生を目指しています。



井上 未聖さん(北勢町)
今まで私を支えてくれた家族や先生方に感謝し、4月からかっこいい看護師になります！



藤井 健太朗さん(藤原町)
夢に向かって勉強を頑張ります！



林 愛華さん(藤原町)
4月から、子ども一人一人に寄り添えるような保育士になります！

森川 紗那さん

温水プールが完成

令和4年から旧大安庁舎の隣に建設していた「いなべ市温水プール」が完成しました。子どもたちの「泳げる自信」の醸成と市民の健康増進のための温水プール。3月1日(金)からの市民限定プレオープン、4月2日(火)からのグランドオープンに先立ち、誌面で紹介します。

子どもたちの「泳げる自信」の醸成

小学校の水泳授業は、夏場の気温上昇で屋外プールが使用できないことがあります。授業を安定して行うことが難しくなっていました。そこで、旧大安老人福祉センターの跡地に屋内温水プールを建設しました。市内全11校の小学校が令和6~9年度にかけて段階的に利用を開始する予定です。水泳の授業では、インストラクターが指導をすることで、子どもたちの「泳げる自信」を育んでいきます。

市民の健康増進

小学校の水泳授業で温水プールを使わないと市民の健康増進のために一般開放します。施設を管理するTAC・テルウェル共同事業体によって、水慣れ教室やスイミング教室、水泳・水中運動教室などが開催される予定です。

温水プールのここが魅力!

インストラクターによる指導

公募で選ばれたTAC・テルウェル共同事業体が指定管理者として、管理と運営をします。小学校の水泳授業や各種教室では、インストラクターによる指導を受けることができます。

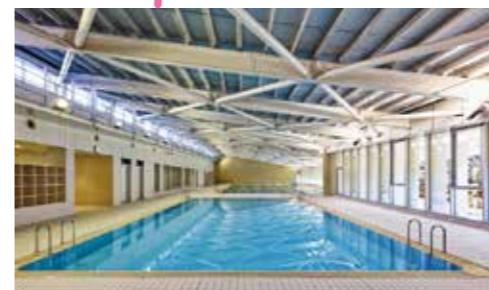


スイミング教室のイメージ図

【施設内の様子】



施設内は白色を基調とした明るくて清潔感のある雰囲気



春先は宇賀川沿いの桜を見ることができます



駐車場から玄関まで段差がなく、施設内もバリアフリーの設計



【周辺地図】



無料 市民限定プレオープン

- 期間 3月1日(金)~17日(日)
○時間 10:00 ~ 20:00
○休館 3月4日(月)、11日(月)
○料金 無料
○対象 市内在住、在学、在勤の人
※4歳未満は利用できません。
○持ち物 市内在住、在学、在勤であることが分かるもの(マイナンバーカード、学生証など)
※混雑した場合、お待ちいただく可能性があります。

4月2日(火) グランドオープン

- 時間 10:00 ~ 20:00
○休館 月曜日、年末年始
○料金 大人 700円
小・中学生 500円
65歳以上 500円
未就学児は無料
※4歳未満は利用できません。
お得な回数券・定期券を販売予定!
回数券・定期券や各種教室の開催情報は、ホームページに2月中旬以降順次掲載予定です。



問 生涯学習課 ☎ 86-7846

問 いなべ市温水プール

☎ 78-4335 (3月1日(金)から)



撮影日：2023年3月15日



1.11月から1月は実梅の剪定作業。慎重な表情で脚立に上る
2.4.剪定用のはさみで枝を切り落としていく 3.作業の邪魔にならないように切り落とした枝木を集める 5.「右の方、もっと切ろうか」みんなで声をかけ合いながら作業 6.太い枝はこぎりを使って切り落とす 7.梅林公園で作業する皆さん

photo story いなべ市農業公園 梅林公園

梅、らんまん

県内外から多くの観光客が訪れる「いなべ市農業公園 梅林公園」。この場所は、かつて中里ダム建設で水没した農用地の代替地として造成された土地でした。しかし、獣害被害や産業廃棄物の不法投棄被害の懼れが重なり荒廃。その荒れた土地を地域の高齢者が中心となって、木の伐採から土壤改良、植林などに取り組んで今の姿を作り育ててきました。

毎年、美しい景観を作り上げている地域の高齢者の皆さん姿や公園への思いを紹介します。



西野 文雄さん

先輩たちが苦労して作った公園 これからも続いてほしい

農業公園で働いて18年目になります。以前は左官の仕事をしていました。木の剪定や草刈りなど、先輩たちに教えてもらひながら覚えていきました。自然相手なので、天候に合わせながら、そのときにできる作業を取り組んでいます。体に負担をかけずに続けられるので、高齢者にとって良い職場だと思います。

ここは、もともと土壤が悪い土地でした。山を切り開いてこれだけの広い公園を作った先輩たちには、大変な苦労があったと思います。長く続けてきたこの公園が、これからも続いてほしいです。



藤田 嘉人さん

一人でも多くの人に楽しんでもらいたい

来てもらった人に喜んでもらえるとうれしいです。そのために、実梅の木は実が取りやすいように低く、花梅の木はきれいに見えるように隣の木とのバランスを見て剪定するなどの工夫をしています。梅の木には、「よろしくね」「おつかれさま」の声掛けで肥料やりをしています。一人でも多くの人に来てもらって、楽しんでもらいたいです。



枝の切り口に保護剤を塗って腐食を防ぐ。「長生きして一輪でも多く咲いてほしい」と大切に梅の木を手入れする

いなべ市農業公園には、梅林公園とエコ福祉広場の2つのエリアがあり、一年中楽しむことができます。手作りの公園を満喫しに訪れてみてはいかがでしょうか。

問 いなべ市農業公園 T 46-8377 まつりや体験の開催、開花情報は農業公園ホームページで確認してください▶



梅林公園 住 藤原町鼎 717 時 9:00～16:00



大梅林苑とキャンプ場「やまでらす」があります。2月下旬から梅まつり、6月に梅の実もぎとり体験を開催予定。

エコ福祉広場 住 藤原町鼎 3071 時 8:30～17:00



ボタン園やパークゴルフ場、農業レストラン「フラール」があります。春はボタン園が見頃を迎える見込みです。

冬 野菜をとったよ！

とれたて新鮮をおいしく食べました

1月12日(金)、ひまわり保育園の2歳児たちが、季節の野菜を収穫しました。園の畑にはさまざまな野菜が植えられており、園児たちは自分たちで、その日に収穫する野菜を決めます。この日はニンジンとハクサイをみんなで収穫しました。収穫した新鮮なニンジンは水で洗って、その場でぱくり。「おいしいー！」と笑顔を見せながら、あっという間に食べてしまいました。重たいハクサイは、みんなで力を合わせて収穫。後日、給食でみんなでおいしくいただきました。



1.「ニンジンとったよ！」と最高の決めポーズ 2. とれたニンジンは、甘くておいしい 3. ハクサイをみんなで協力して引っ張る 4.「一人で持てる！」と一生懸命ハクサイを抱えて運びました。

23冊の絵本が寄贈され、一冊ずつ園児に手渡されました



絵本の贈り物

日本赤十字社いなべ市地域奉仕団から

12月19日(火)、日本赤十字社いなべ市地域奉仕団がふじわら保育園を訪れて、絵本を寄贈しました。同団では20年以上前から毎年市内の保育園へ絵本の寄贈を続けています。園児たちは、サンタクロース姿の団員から絵本を受け取りました。同団の代表の二之湯昭子さんは「一足早いクリスマスプレゼントを届けることができました。みんなに喜んでもらえて良かったです」とホッとした様子でした。

チーム所属の市内在住の選手たち。皆で協力して練習に励んでいます



全国大会に出場

バトントワーリングチームの6人が訪問

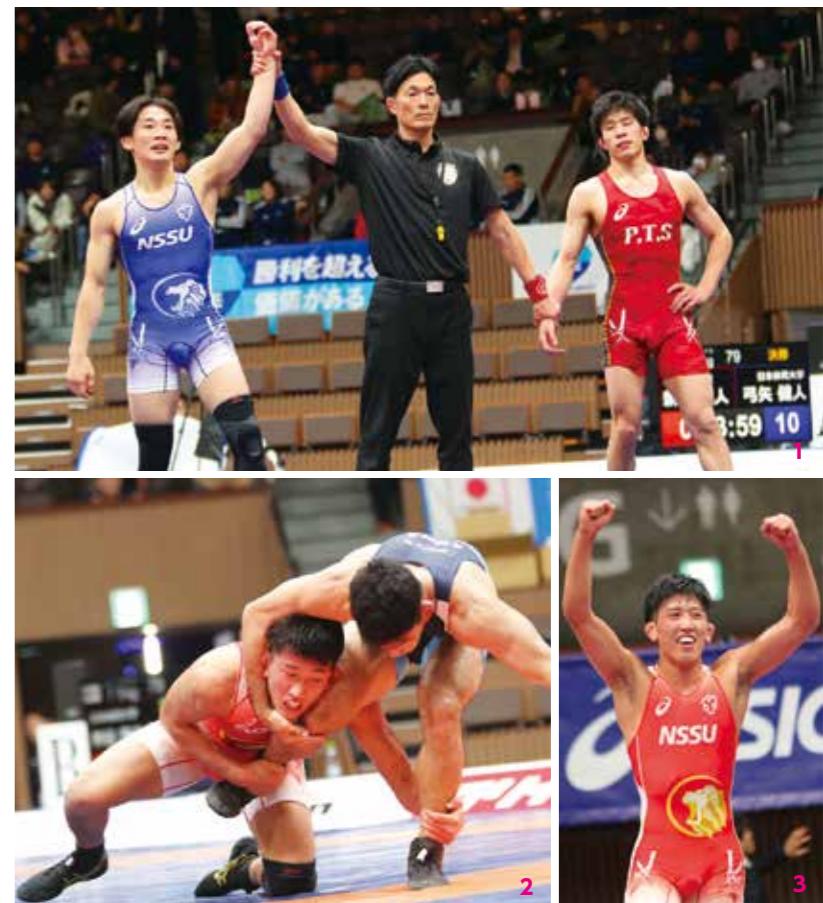
12月14日(木)、バトントワーリングチーム「Baton Team Grace」が市長を訪問しました。同チームは、12月に開催された第51回バトントワーリング全国大会U15部門にて7位で入賞しました。また、同月の2023ジャパンカップ一般部門でも、8位で入賞を果たすなど、健闘を続けています。選手たちは、「もっと上の順位を目指したい」「苦手な技を克服したい」など、今後の自分たちの目標を語っていました。

全日本初優勝！

いなべ市出身の選手2人

12月21日(木)～24日(日)に東京都で行われた2023年天皇杯全日本レスリング選手権で、大安町出身の弓矢健人選手と神谷龍之介選手が初優勝を果たしました。弓矢選手は、「初めての全日本選手権優勝でとてもうれしいです。この大会は攻めることを課題にしてタックルを中心やり切ることができました。ロサンゼルスオリンピックに向けて、また気持ちを新たに頑張ります」と笑顔で優勝を喜んでいました。神谷選手は、「全日本選手権は小さい頃からの夢の舞台もあり、優勝できたことはとてもうれしかったです。この結果に満足せず、ロサンゼルスオリンピックを目指して頑張ります」と次の目標を掲げていました。

1.青のユニホームが弓矢選手。男子フリースタイル57kg級に出場しました 2.3.赤のユニホームが神谷選手。男子フリースタイル79kg級に出場しました



この教室には、小・中学生およそ100人が参加しました



デンソーでランニング教室

一流のアスリートから学びました

12月2日(土)、デンソーオー大安製作所陸上グラウンドで、いなべ市ランニング教室が行われました。デンソー女子陸上長距離部「デンソーフリートセローズ」の選手が、地元の小・中学生を対象に走り方の指導をしたり、グラウンド一周を競走したりしました。参加者は、「憧れの選手と一緒に走れてとてもうれしかった」「スタートの姿勢やレース中のペース配分が知れて、とても勉強になった」と感想を話していました。

天に昇る火柱の高さは、約10mにまで達しました



山の神どんど焼き

新しい年の始まりを迎えました

1月6日(土)、大安町石榑南の石部神社で「山の神どんど焼き」が行われました。地域の子どもたちが各家庭から竹やしめ縄などを集め、小学6年生が火をつけました。ドンと大きな音を立てながら、勢いよく燃える様子を見て子どもたちは、「花火みたいだった！」と大興奮していました。その後、参加者はその場でできた熾火で焼いた餅を食べ、1年間の無病息災を願いました。



ピックアップのコーナー

PICK UP!

『ピックアップ』は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するコーナーです。

所得税の確定申告**いなべ市会場 3月分の予約について**

2月16日(金)～3月15日(金)に市役所シビックコア棟2階で開設する確定申告会場(平日のみ)は、予約制です。インターネットと電話で、予約の受け付けを行います。

インターネットと電話では、予約受付開始日が違うので注意してください。インターネットと電話のそれぞれに予約数を用意します。どちらかで予約数に達していても、もう一方では予約できる場合があります。

※2月16日(金)～29日(木)分については、1月中旬から予約が始まっています。空きがある場合は、予約が可能です。

<確定申告をする必要がある人>

毎年、申告会場では申告の必要がない人も見受けられます。市ホームページで、確定申告をする必要がある人について確認してください。

**税務署でも申告できます**

●期間 2月16日(金)～3月15日(金) 平日のみ

●時間 9:00～17:00

●場所 桑名税務署(桑名市江場7-6)

※桑名税務署会場および駐車場は狭く、混雑緩和のため、「入場整理券」が必要です。「入場整理券」は当日会場での配付または国税庁の公式LINE(@kokuzei)で事前に入手できます。

[3月1日(金)～15日(金)分]**インターネット予約**

【受付期間】2月17日(土)9:00～

3月15日(金) 市ホームページ▶

**電話予約**

【受付期間】2月21日(水)～3月15日(金)

平日9:30～15:20

【TEL】86-7840(予約専用電話)

※いずれの予約も先着順です。

※予約時の注意点は、Link1月号または市ホームページで確認してください。

自宅から簡単に確定申告

スマートフォンやパソコンで、e-Tax(電子申告)を利用して、作成・提出ができます。スマートフォンのカメラで「給与所得の源泉徴収票」を撮影すると自動入力されるなど、作業も簡単です。申告方法についてはYouTubeで紹介しています。

国税庁確定▶
申告書等作成コーナー



動画で見る▶
確定申告

**マイナンバーカードを使って、自宅から市・県民税の申告が可能に**

●期間 2月5日(月)～3月31日(日)

●申告ができる人(全てに当てはまる人)

- ・令和5年中に収入がなかった人

- ・マイナンバーカードの電子証明を取得している人

- ・令和6年1月1日時点でいなべ市に住民登録がある人



※マイナンバーカードを読み込むためのスマートフォンまたはカードリーダーが必要です。

年に一回はがん検診！**検診(健診)、人間ドックを受けましょう****各種検診(健診)の案内**

問 健康推進課 ▶ 86-7824

「令和6年度各種検診(健診)申込書」を対象者へ2月下旬～3月初旬に送付します。

●対象者 40歳以上の男性、20歳以上の女性

●申込方法

【令和5年度の検診内容から変更のない人】

返送不要。昨年度と同様の検診を受診できます。

【令和5年度の検診内容から変更のある人、新規申込者】

希望の検診を記入し、3月8日(金)までに健康推進課へ返送してください。期限までに申し込みがないと、受診できない場合があります。

※市では、より簡単に受診いただくため、昨年度に受診した項目に黒丸印がついた検診案内を送付します。ただし、対象年齢から外れる検診もありますので、送付した検診案内を開封し、必ず確認してください。



がん検診受診率向上
イメージキャラクター
「けんしんくん」

**国民健康保険加入者
人間ドックの案内**

問 保険年金課 ▶ 86-7811

人間ドックは、メタボリックシンドロームに着目した特定健診とがん検診(肺・胃・大腸・前立腺(男性)・乳(女性)・子宮けいれん部(女性))の全てを受けることができます。

●対象者 40～74歳の国民健康保険加入者

●申込方法 令和6年度各種検診(健診)申込書

●検診期間 7～11月

●検診場所 保健センター、いなべ総合病院、日下病院(男性のみ)、ヨナハ健診クリニック(ヨナハ丘の上病院ではありません)

家庭での非常食の備え方**余分に買って、使って、買い足そう****ローリングストックの考え方**

ローリングストックとは、普段の食品や日用品を少し多めに買い置きしておき、使ったら買い足していく方法です。

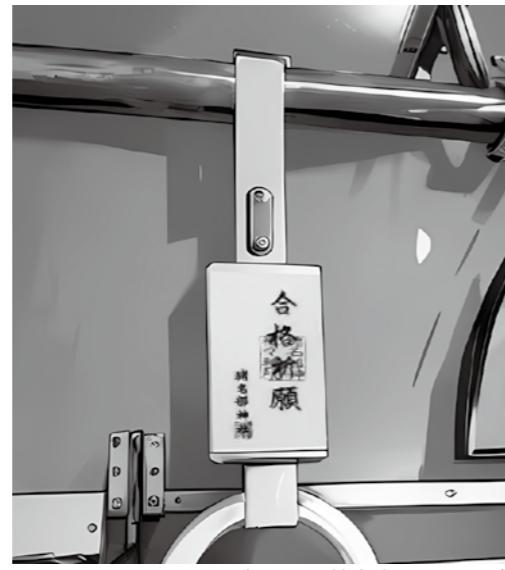
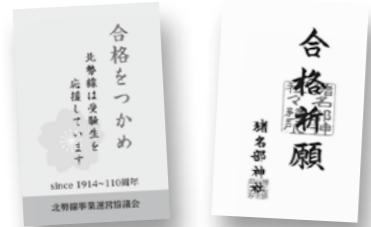
防災用の備蓄と聞くと、準備が大変という印象を持つかもしれません、お菓子やコーヒーなども備蓄品になります。甘い物や自分の好物を口にすることで、災害時であっても気持ちを軽くすることができると言われています。

また、乳幼児、高齢者、持病やアレルギーのある人などが家族にいる場合、それぞれに合った備蓄品を準備しておくことも重要です。自分や家族が普段使っている商品についてローリングストックを意識し、自分たちに合った備えをしておきましょう。

問 防災課 ▶ 86-7746



受験生にエール！ 北勢線合格祈願列車のつり革広告配布



合格祈願の「つり革広告」を配布

三岐鉄道北勢線では、受験生への応援企画として「受験生にエール！北勢線合格祈願列車」を2月6日(火)まで1編成運行しています。猪名部神社(東員町)にて合格祈願の祈とうを受けた、受験生応援メッセージ入りのつり革広告を設置しました。

運行期間終了後に、つり革広告を希望者へ配布します。

●配布期間

2月14日(水)～なくなり次第終了

●配布場所

楚原駅 (6:45～9:20、11:20～13:45)

東員駅 (5:30～23:28)

西桑名駅 (7:00～21:00)

●配布数 各駅15個(先着順)

●受取条件 今年の受験生とその関係者

【運行に関する問い合わせ】

問 東員駅 T 76-3690

【企画に関する問い合わせ】

問 北勢線事業運営協議会 (桑名市役所内 北勢線対策室)

T 24-1247

【無料】スマホなんでもサポート号

移動式の教室「スマサポ号」で、スマホアドバイザー®によるオンライン個別教室を開催します。現地スタッフのアシストを受けながら、機種や携帯会社に関係なく受講できます。この教室は4月以降も開催予定です。

開催場所ではスマホ相談窓口も併設していますので、気軽にお越しください。

●3月の開催場所と日程

・市役所前広場(北勢町阿下喜31)

4日(月)～7日(木)、18日(月)、19日(火)、
21日(木)、25日(月)、26日(火)、28日(木)

・員弁老人福祉センター(員弁町笠田新田111)

11日(月)～15日(金)

・ふれあいの駅 うりぼう(員弁町大泉2517)

1日(金)、8日(金)、22日(金)、29日(金)

●定員 各講座3人(先着順、事前申し込み)

※2月も開催しています。2月の開催日はこちら▶



各講座の内容

- ① 11:00～12:00 Androidの使い方(基礎編)
 - ② 13:00～14:00 LINEでコミュニケーション
 - ③ 14:30～15:30 Androidの使い方(応用編)
 - ④ 16:00～17:00 スマホを触ってみよう
- ※①～④の講座ごとに申し込みしてください。

問 申込先 スマホなんでもサポート号予約窓口

T フリーダイヤル 0800-111-9442

(受付時間 全日9:00～17:00)

問 都市整備課 T 86-7807

あなたの聞こえは大丈夫？

聴力は年齢とともに衰え、65～74歳では3人に1人、75歳以上では約半数の方が難聴に悩んでいると言われています。聴力の低下はゆっくりと進むため、自分で気づくのが難しい場合があります。まずは、自分の聞こえの状態をチェックしてみましょう。

また、聞こえにくいと感じたら補聴器を購入する前に耳鼻咽喉科を受診して、補聴器が有効かどうか診断してもらいましょう。



【チェックリスト】

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 会話をしているときに聞き返すことがある | <input type="checkbox"/> 見えないところからの車の接近に気づかない |
| <input type="checkbox"/> 後ろから呼びかけられると気づかないことがある | <input type="checkbox"/> 電子レンジの「チン」という音や、ドアのチャイムの音が聞こえにくい |
| <input type="checkbox"/> 聞き間違いが多い | <input type="checkbox"/> 耳鳴りがある |
| <input type="checkbox"/> 話し声が大きいと言われる | |

0個 現在は聞こえに問題はないそうです。少しでも聞こえに不調がある場合には、聴力検診を受けてみましょう。

1～2個 実生活で困りごとがあれば、耳鼻咽喉科を受診しましょう。

3～4個 耳鼻咽喉科で相談してみましょう。

5個以上 早めに耳鼻咽喉科を受診することをお勧めします。

※参考：一般社団法人日本補聴器販売店協会ホームページ

問 長寿福祉課 T 86-7819

介護事業所に就職・復職を考えている人へ みえ働きやすい介護職場取組宣言

介護職員の確保や介護サービスの質の向上を図るために、三重県では、働きやすい職場づくりに積極的に取り組む介護事業所を応援しています。職場環境の改善を宣言している介護事業所を県が証明し、その取り組み内容を公表しています。

介護事業所への就職や復職を検討している人は、宣言事業所の取り組み紹介集やメッセージ動画を見て、安心して働く職場を見つけませんか？三重県福祉人材センターでは、無料の「職場体験」や「お仕事相談」も行っているので、気軽に問い合わせてください。

問 申込先 三重県福祉人材センター

T 059-227-5160

【取り組み紹介集やメッセージ動画】



◀取り組み紹介集



◀メッセージ動画

【ロゴマークの種類】宣言日からの年数で色が変わります



グリーン
宣言日から
2年



シルバー
宣言日から
3～4年



ゴールド
宣言日から
5年以上



催し 屋根のない学校 3月の教室

《屋根のない学校》

- 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」の隣)
- 対象者 小学生 (保護者の同伴が必要)
- 定員 10組(1組3人まで)

【田んぼと畑の学校】

いなべの歴史のお話と火鉢でお餅を焼こう。

- 日時 3月2日(土)
13:20 ~ 15:30

【びっくり生きものアラカルト】

手羽先を使って骨や体について調べよう。

- 日時 3月9日(土)
8:50 ~ 11:00

《共通事項》

- 申込方法 市ホームページ
- 問 自然学習室 T 46-8488

郷土資料館 第2回企画展 「いらっしゃいませ展」



明治から昭和に使われた店の広告をもとに、地域の商業活動、人々でにぎわう街の様子を振り返ります。展示品は、宣伝用に配られた引札（商店が顧客に配った店名が入った絵のチラシ）やうちわ、店で使われていた看板、そろばんなどの収蔵品です。当時の商業に

- 定員 20人(先着順)
 - 参加費 会員200円
一般500円
 - 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
 - 申込方法 電話、FAX
 - 申込期限 2月16日(金)
- ※詳細はホームページを確認

問 いなべ市国際交流協会

T F 74-4800

認知症のひとと家族の 「おれん家カフェ」

音楽レクリエーションで心も脳も活性化。みんなで音楽を楽しみましょう！

- 日時 2月18日(日)
10:00 ~ 12:00
(受け付け 9:30 ~)

- 場所 えんむすび(藤原町本郷836)
- 参加費 300円 (カフェ代、傷害保険代)

- 申込期限 2月16日(金)
- 問 申込先 NPO法人快生教学会

T 37-7062

モンゴル料理交流会



モンゴル料理を作ろう。

- 日時 2月24日(土)
9:40 ~ 13:30
(受け付け 9:30 ~)
- 場所 北勢市民会館 2階 調理室
- 講師 植原真理子さん、ボルさん

- 定員 20人(先着順)
 - 参加費 会員200円
一般500円
 - 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
 - 申込方法 電話、FAX
 - 申込期限 2月16日(金)
- ※詳細はホームページを確認

問 いなべ市国際交流協会

T F 74-4800

いなべ市民祭 春の部 舞台発表会

- 日時 3月3日(日)
10:00 ~ (開場 9:30)
- 場所 北勢市民会館 さくらホール
- 内容 和洋楽器の演奏、和洋演舞など
- 入場料 無料

- 日時 2月18日(日)
10:00 ~ 12:00
(受け付け 9:30 ~)

- 場所 えんむすび(藤原町本郷836)
- 参加費 300円 (カフェ代、傷害保険代)

- 申込期限 2月16日(金)
- 問 申込先 NPO法人快生教学会

T 37-7062

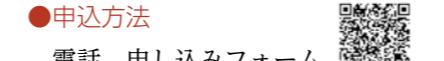
精神科病棟に長期入院する患者たちの「沖縄へ行きたい！」という夢から始まる、精神科での長期入院の現実をユーモラスに描いたドキュメンタリー映画。会場ロビーでは、福祉サービス事業所による物販も予定しています。

- 日時 3月2日(土)
【午前の部】10:30 ~
【午後の部】14:00 ~

- 場所 桑名市総合福祉会館
大会議室(桑名市常盤町51)

- 定員 各回先着100人
- 申込方法 電話、申し込みフォーム

- 問 申込先 障がい者総合相談支援センターそういん T 27-7188



【参加無料】 第3回いなべ楽市

いなべで開催する軽トラ市。ステージイベントやbingo大会を実施します。市内の小学生以下には、会場でbingoカードを1枚無料で配布します。

- 日時 3月10日(日)
10:00 ~ 14:00

- 場所 にぎわいの森
- 問 いなべ楽市実行委員会

T 72-7705

第16回市民健康講座 「豊かに生きる ~もの忘れと手足のふるえ~」

- 日時 3月16日(土)
14:00 ~ 15:30
(開場 13:30)

- 場所 いなべ総合病院2階 会議室
- 講師 いなべ総合病院 脳神経内科
家田俊明 医師
- 定員 100人
- 参加費 無料

問 母子保健課 T 86-7770

- 申込方法 電話
※平日(9:00 ~ 17:00)
- 問 申込先 (一社)いなべ医師会

T 72-6975

募集 福祉の就職 ガイダンス開催

福祉の職場で働く魅力を知つもらうためのガイダンスを開催します。高齢者施設、障がい者施設、児童養護施設、保育所、社会福祉協議会の各分野について、実際に働いている職員の声が聞けます。

併せて、モチベーションが上がる職種・職場の探し方セミナーを開催します。

- 日時 3月3日(日)
13:00 ~ 16:00

- 場所 三重県社会福祉会館3階 講堂
(津市桜橋二丁目131)
- 対象者 仕事を探している人、福祉職場に興味がある人、大学・短大・専門学校生や高校生、教職員

- 参加費 無料
- 申込方法 申し込みフォーム



- 問 申込先 三重県福祉人材センター

T 059-227-5160

健康 麻しん・風しん 定期接種(第2期)

麻しん・風しんの定期接種は、一生のうち2回接種することになります。まだ接種が済んでいない人は、期限までに接種を受けましょう。

令和5年度の第2期対象者は、3月31日(日)までの接種は無料ですが、4月1日(月)以降は全て自己負担となります。

※37.5度以上の発熱など、体調不良のときは日を改めましょう。

- 対象者 平成29年4月2日~平成30年4月1日生まれ

問 母子保健課 T 86-7770

歴史でひもとく いなべの旧16力村

いなべ
検定入門
191

執筆: ふるさといなべ市の語り部の会



明源寺の平安時代の仏(藤原町東禅寺)
左:牛頭観音、中央:薬師如来、右:馬頭観音。
本堂に安置されています。

- 問 ふるさといなべ市の語り部の会
伊藤忠 T 090-3583-2827

その他

マイナンバーカード
日曜窓口(完全予約制)

- 日時 2月 25日(日)
9:00 ~ 12:00
(20分毎で予約受け付け)

●場所 市民課

●取り扱い業務

マイナンバーカード関連の手続き
※住所異動、証明書発行は不可。

- 予約方法 2月 22日(木)までに
電話で予約

問 申込先 市民課 T 86-7810

顔認証マイナンバーカードの
受け付けを開始しています



~顔認証マイナンバーカードとは~
マイナンバーカードを健康保険証
や本人確認書類として利用したいけ
れど、暗証番号の設定や管理に不安の
ある人に向けたものです。安心して
カードの取得や利用ができるよう、暗

みんなで話そう認知症のこと

オレンジリング

第 23 回

問 長寿福祉課 T 86-7819

問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818

認知症カフェに参加してみませんか？

認知症カフェってなに？



ことちゃん
いなべ市認知症
応援キャラクター

認知症カフェは、認知症の人や家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に集える場なの。認知症の人や家族の交流・情報交換、介護負担の軽減、認知症啓発などを目的に開催されているのよ。ここでは、認知症や介護のことについて話をするだけでなく、認知症の人が安心して過ごせる場所もあるの。いなべ市にも色々な認知症カフェがあるから参加してほしいな。「私だけじゃないんだ」「わかってくれる人がいる」って思えるっていいことよね。

※カフェの開催日や場所などは問い合わせてください。

証番号の設定が不要となっています。
顔認証マイナンバーカードは、暗
証番号の入力が必要なサービス(マイ
ナポータル、各種証明書のコンビニ
交付サービス、その他オンライン手
続きなど)には利用できません。ホー
ムページを参考に十分に検討 QR
して、申請してください。

問 申込先 市民課 T 86-7810

問 マイナンバー総合フリーダイヤル
T 0120-95-0178 (平日 9:30 ~
20:00、土日祝日 9:30 ~ 17:30)

○コンビニエンスストア、指定金融
機関、各担当課窓口などで納付で
きます。

○スマートフォン決済アプリ
(PayPay、LINE Pay、PayB)を
利用した電子決済が可能です。

※納付には便利な口座振替制度を利
用してください。申し込みは近く
の指定金融機関などでできます。

問 納税課 T 86-7793

問 保険年金課 T 86-7811

問 介護保険課 T 86-7820

期限内納付のお願い

« 2月の納付 »

○固定資産税 第4期

○国民健康保険税 第8期

○後期高齢者医療保険料 第8期

○介護保険料 第6期

●納期限(口座振替日) 2月 29日(木)

【口座振替の人へ】

○前日までに振替口座へ納付額を
準備してください。

○残高不足などで振り替えができな
かった場合は、3月 18日(月)に

ジェネリック医薬品使用促進 お知らせの送付について

ジェネリック医薬品を知っていますか？低価格な後発医薬品で、安全性や効き目は先発医薬品と同等と認められています。

医薬品をジェネリック医薬品に切り替えることにより、薬代の窓口負担が軽減され、医療費適正化にもつながります。

ながります。

市では、ジェネリック医薬品に切り替えることにより、薬代が一定額以上軽減されると見込まれる国民健康保険被保険者を対象に、「ジェネリック医薬品使用促進のお知らせ」を送付します。

※ジェネリック医薬品へ切り替えるときは、主治医や薬剤師に相談してください。

●対象者 生活習慣病などの医薬品を長期に処方されている国民健康保険加入者(20 ~ 74歳)で、ジェネリック医薬品に切り替えることで、11月診察分の薬代が200円以上軽減される見込みのある人

●送付時期 2月下旬

問 国民健康保険中央会コールセン
ター(電話番号は、「ジェネリック
医薬品使用促進のお知らせ」に記載)

問 保険年金課 T 86-7811

農業者年金に 加入しませんか？

国民年金 + 農業者年金で安心な老
後を送りましょう！

« 加入できる人 »

・年間 60 日以上農業に従事している人

・国民年金の第1号被保険者

・20歳以上 60歳未満の人

« ポイント »

・積立方式、確定拠出型の年金とし
て生涯受け取れます。80歳前に
亡くなった場合、死亡一時金が遺
族に支給されます。

・月額 2万円(35歳未満の人は 1万
円)から 6万 7千円まで、保険料
はいつでも変更できます。

・節税効果として、支払った保険料
は全額社会保険料控除の対象です。
・一定の要件を満たす農業従事者に
は、保険料の国庫補助が受けられ
る場合があります。

問 農業委員会事務局

T 86-7834

問 農業者年金基金

T 03-3502-3199

春の防火・防犯パレード

消防車両にて市内を一巡し、防火
意識の喚起など防火啓発広報活動を行
います。

●日時 3月 3日(日) 9:00 ~

問 防災課 T 86-7746

令和 6 年能登半島地震
災害義援金の募金箱を設置



令和 6 年能登半島地震により被災
した人たちへの支援として、募金箱を
設置しています。預かった義援金は、
いなべ市社会福祉協議会の募金と合算
して、中央共同募金会を通じて被災地
へ届けられます。みなさんの温かい支
援をよろしくお願いします。

●募金箱設置場所

市役所正面玄関 自動ドア付近

●領収書の交付

領収書の発行はありません。税制
優遇措置のために領収書が必要な
場合は、個人で中央共同募金会
や日本赤十字社などを通じて募
金をお願いします。

●その他

設置場所は追加、変更となる場合が
あります。詳細は市ホーム QR
ページで確認してください。

問 人権福祉課 T 86-7815

BOOK NOW

オススメ情報満載 図書館通信



●【申し込み不要】図書館リユース会

図書館で不要になった本や雑誌を無料で
提供します。

●日時 3月 3日(日)

10:00 ~ 15:00

●場所 藤原文化センター 2階 市民ホール

●冊数 1人 10冊まで

●【館内イベント】雪だるまかざろう

雪だるまの切り紙に顔のパーツを
貼ってかざります。

●期間 2月 25日(日)まで

●場所 藤原図書館

●対象 誰でも参加可能



初めての参加でも大丈夫よ



認知症地域支援
推進員
三浦浩実さん



各種無料相談

相談	日時	場所	問い合わせ
行政相談	2月15日(木) 13:00~16:00	藤原文化センター	国、県、市などの仕事について、行政相談委員が相談に応じます。問 総務課 T 86-7745
	3月14日(木) 13:00~16:00	員弁老人福祉センター	問 総務省三重行政監視行政相談センター T 059-227-6661
	3月28日(木) 13:00~16:00	シビックコア	T 0570-090-110 ※土日祝、時間外は留守番電話で対応します。
行政苦情 110番	平日 8:30~17:15		人権擁護委員が相談に応じます。問 人権福祉課 T 86-7815
人権相談	2月21日(水) 13:00~16:00	員弁コミュニティプラザ	2月21日(水) 11:00~16:00 3月 4日(月) 11:00~16:00
LGBT 相談	市役所 1階 相談室	市役所 1階 地域包括支援センター	こころの性とからだの性が一致せず悩んでいる人や家族に対して産婦人科医(月曜のみ)、専門相談員が相談に応じます。問 人権福祉課 T 86-7815
ふくし総合相談	平日 8:40~17:15	市役所 1階 地域包括支援センター	どこに相談してよいか悩んだら、まずはこちらへ。問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818
	平日 9:00~17:00	いなべ暮らしの保健室	問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
認知症に関する相談	市役所 1階 地域包括支援センター	市役所 1階 地域包括支援センター	問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818
高齢者とその家族の相談	平日 8:40~17:15	市役所 1階 地域包括支援センター	介護や在宅生活のさまざまな相談に応じます。問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818
	平日 8:30~17:00	いなべ総合病院内	問 医療相談室(地域包括支所) T 72-2000
	平日 8:30~17:00 第1・3 土曜日 8:30~12:00	日下病院内	問 地域連携室(地域包括支所) T 72-6143
生活にお困りの人へ	市役所 1階 くらしサポートセンター縁	市役所 1階 くらしサポートセンター縁	生活や仕事に困っている人をサポートします。問 いなべ市くらしサポートセンター縁 T 86-7817
【要予約】若者就職支援相談	市役所 2階 相談室	市役所 2階 相談室	無業状態にある人・家族・関係者をサポート。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)
ひきこもり相談	アヅサイ	アヅサイ	家族からの相談にも応じます。 T 72-2618
	ひきこもり支援センター瑠璃庵	ひきこもり支援センター瑠璃庵	気軽に相談してください。 T 37-0084
権利擁護に関する相談	市役所 1階 成年後見支援センター	市役所 1階 成年後見支援センター	認知症などで判断能力が不十分な人の財産管理、身上保護をサポートします。問 いなべ市成年後見支援センター T 86-7817
【要予約】スマートフォン相談	ほくせい保健室	ほくせい保健室	スマートフォンに関するごとに、デジタル推進委員が相談に応じます。
	だいあん保健室	だいあん保健室	問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
	ふじわら保健室	ふじわら保健室	
	いなべ保健室	いなべ保健室	

今月の表紙 **編集後記** 二十歳のつどい北勢会場の実行委員の皆さん。忙しい中、本番までに会議を重ね、本番で上映した動画の作成にも取り組んでくれました。新しい門出にぴったりの晴れやかな笑顔でした。

は たちの頃を懐かしく思います。僕が成人式に参加したのがもう6年前。あの頃は、酔っぱらったときに、ウォシュレットで顔を洗つたりしていましたね。社会に出て、あの頃よりは成長したかなあ(岡)

た よりになる図書館職員! 6、7 ページで農業公園梅林公園を取り上げたため、その歴史を調べに図書館へ。私では探していた資料が見つけられなかったのですが、サッと見つけてくれました。頼りになります(清)

ち ょっと前まで20歳だったのに、時の流れは早いものですね…。あの頃の私は、深夜に匿名掲示板で名無したちとのレスバトルを繰り広げるくらいにはヤンチャでしたが、今ではずいぶん丸くなりました(日)

PARENTING INFORMATION ◀ 母子保健課 86-7770 子育てインフォメーション



ぶれ mama セミナー(妊婦教室)

- 日程 3月 26日(火)
- 時間 10:00~12:30 (受け付け 9:50~)
- 場所 保健センター
- 持ち物 母子健康手帳、エプロン
- 内容 マタニティクッキングとランチ会
(調理実習含む)
- 申込方法 電話、QR コード
※託児が必要な人は相談してください。

ぶれ mama セミナー▲

対象者には
個別通知
します

- [1歳6か月児健康診査] 3月 7日(木) 13:15~14:15 R4.7.27~8.31 生 および 前回欠席者
- [2歳児歯科教室] 3月 21日(木) 9:15~9:30 R4.2・3月生
- [3歳6か月児健康診査] 3月 14日(木) 13:15~14:15 R2.8.5~8.31 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) 19:30~21:30



場所
保健センター

▶こんな悩みのある人は

- ・注文した商品が届かない
- ・覚えのないサービスの請求を受けた
- ・高額な商品を売りつけられた

消費生活相談窓口に 相談してください！

消費生活相談窓口では、消費生活に関するさまざまな悩みや相談を受け付けています。商品購入やサービス利用に伴うトラブル、悪質商法の被害などに対して、専門の相談員が情報提供や解決に向けてサポートします。

相談料は無料です。まずは電話で相談してください。



相談先

いなべ市消費生活相談窓口 📞 86-7833

または

消費者ホットライン

📞 局番無し 188
(イヤヤ!)

消費者ホットライン「188(イヤヤ)」に電話し、市内の郵便番号を打ち込むと、いなべ市消費生活相談窓口につながります。

【対象】市内在住または在勤の人

【受付時間】

平日 10:00 ~ 15:00 (年末年始を除く)

※3月までは 9:00 ~ 16:00

【その他】

月・水・金曜日は、専門の相談員が対応します。相談員が不在のときは、職員が聞き取りをして、翌勤務日に相談員へ引き継ぎます。

土日祝日 (10:00 ~ 16:00) は、「188(イヤヤ)」にかけると、国民生活センターの休日相談につながります。

いなべ市生活情報「まいめる」で、消費者啓発情報を配信しています。

還付金詐欺や勧誘電話の具体的な内容を配信し、被害に合わないための

注意喚起を行っています。ページ左下のQRコードから登録してください。

問 商工観光課 T 86-7833

Link 読者の声

Link2月号の感想を教えてください。

Link読者アンケート▶



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
- いなべ師会(在宅当番医) H <http://inabe-med.or.jp/>
- 医療ネットみえ H <https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

人口情報(令和6年1月1日現在)

総人口：44,697 (- 26)

世帯：19,277 (+ 12)

男：23,005 (- 17) 女：21,692 (- 9)

いなべ市情報誌 Link2月号(vol.243) 令和6年2月1日発行

発行／いなべ市 編集／企画部 広報秘書課 T 511-0498 三重県いなべ市北勢町阿下喜 31

T 0594-86-7740 F 0594-86-7857 H <https://www.city.inabe.mie.jp/>



UD FONT
by MORISAWA