

いなべ市情報誌



3

2025
vol.256

選ばれるまち、
選ぶ理由があるまちへ



P8 あげきのおひなさん
P12 鬼と一緒に遊ぼう

P11 いいないなべ広報部
P14 いなべ市職員採用試験



グリーンクリエイティブいなべ Green Creative Inabe

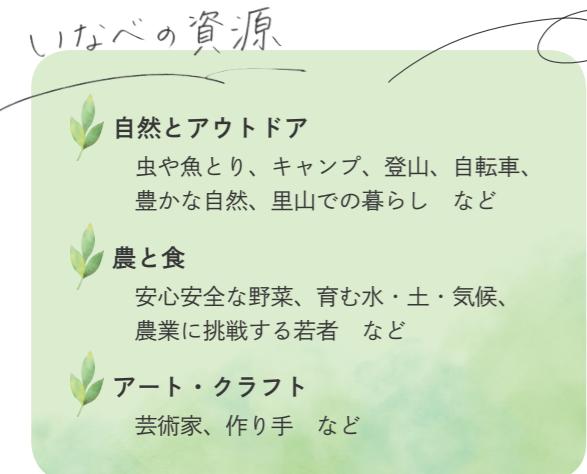
住む人にとっては、当たり前すぎて見逃してしまいがちになる“まちの魅力”。いなべ市にも当たり前の暮らしの中に、市内外の人を魅了する資源がたくさんあります。今月号では、現在進行中の市の魅力を活かしたまちづくりについて紹介します。

「グリーンクリエイティブいなべ」って？

平成26年度、4つの旧庁舎を統合し、新庁舎を建設することが決定しました。その際考えられたのが、「単なる市役所ではなく、観光や防災などまちづくりの拠点に」という観点です。

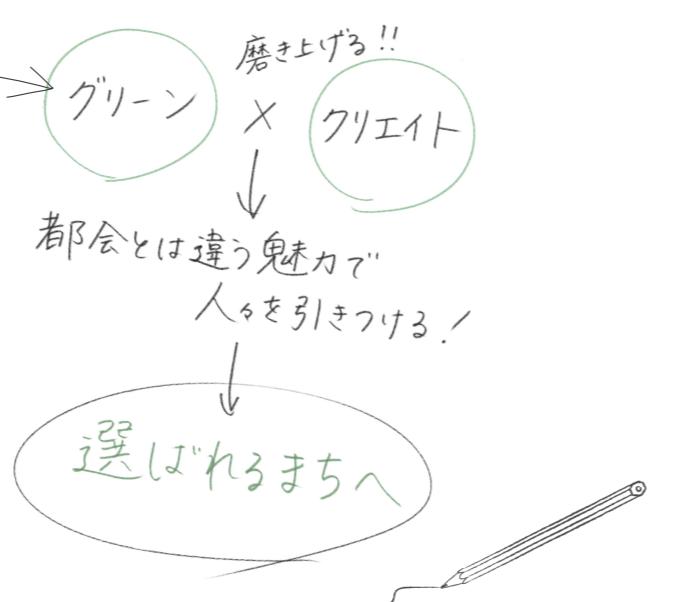
当時、国は地方の人口減少や経済停滞などの問題に対処するため、地方創生を打ち出しました。それは、いなべ市も地方として例外ではなく、魅力的なまちづくりによって人々の流れを創り出す必要がありました。

そこで平成27年から始まったのが、いなべ創



生事業「グリーンクリエイティブいなべ」です。新庁舎建設や東海環状自動車道の整備を好機と捉え、独自性を打ち出すことで「選ばれる自治体」を目指しました。

いなべの資源である「グリーン」を都会的に磨き上げ、若者や都市住民を魅了するようなモノ・コト・トキを創造（クリエイト）する。この理念の基、まちづくりプロジェクト「グリーンクリエイティブいなべ推進事業」は加速してきました。



選ばれるまち、選ぶ理由があるまちへ



庁舎一体型の商業施設（行政施設）は他市町の中でも珍しく、これまでに多くの自治体などが視察に訪れています。



▲ホームページ



▲インスタグラム

GCI

Green Creative Inabe



人口よりも主人公 夢を実現できるまちへ

（一社）GCIは、行政から切り離し、民間とより柔軟に連携できる組織として設立されました。「人口よりも主人公」という考え方の基、市民が主役として活躍できる場を創出し、地域の価値を高める「総合商社」的な役割を果たしています。

市の事業が始まり10年間で、新庁舎建設や新型コロナウイルスの影響、インフラ整備など、さまざまな変化を経験しました。その中で、チャレンジし続けて

まちづくりの拠点「にぎわいの森」

一般社団法人 GCI って？

新庁舎の建設に合わせ、整備された「にぎわいの森」。単なる市役所として機能を果たすだけでなく、市民が交流する場として、また、名古屋などの都市圏から客を呼び込み、にぎわいをもたらす拠点として計画されました。

令和元年5月のオープンから1年後には、まちづくり法人である「一般社団法人グリーンクリエイティブいなべ（GCI）」が誕生。その役割は、市の新たな価値や魅力を引き出し、おしゃれでカジュアルな山辺の暮らしを発信すること。また、行政と民間をつなぐ窓口となり、地域活性化のかじ取り役となることです。

現在も、にぎわいの森を拠点にマルシェやワークショップ、移動店舗（モバイルヒュッテ）など、さまざまな人とのつながりを生みながら、多岐にわたる事業とその発信を行っています。



（一社）GCI
一橋 俊介

きた私たちのまち「いなべ」は、今多くの人を惹きつけています。

近年は移住者や観光客が増加傾向にあります。今後重要なのは関係人口の拡大です。地域と多様に関わる人々を増やすことが、10年、20年先の未来につながると考えています。新たなビジネスの創出や、まちづくりへの主体的な参加を重視し、夢を実現できる場としての「いなべ」を支えていきます。

“地域住民が主役となる場所”

にぎわいの森！



音楽演奏・発表会

いなムジカ



新緑や紅葉に囲まれた中で演奏するのは想像以上の気持ちよさがあり、参加者からも大変好評です。にぎわいの森は市内外から夫婦や家族連れでも訪れやすく、偶然居合わせた人にも観てもらえます。公共施設としてこういう場所があるというのは素晴らしい。世代間交流や音楽文化をつなぐ場、音楽でトライする場として、今後も続けていきたいです。

子どもから大人まで幅広い世代が集まるオープンマイク形式の音楽演奏コミュニティ。にぎわいの森ピクニックゾーンで春と秋に開催しています。

マルシェ



土日祝日に開催しているマルシェ。手作りの作品やワークショップ、地域産品を使った飲食物など、出店者を随時募集しています。

weekend MARKET

次回開催は4月20日(日)。今後の予定、エントリーはホームページから▶

Ry*miyu
小林 友美さん



小林さんは現在、月に1回ほど犬用の服や雑貨などを販売しています。

にぎわいの森は、「どこにつながるんだろう?」と思わせられる曲線的なデザインがおしゃれで気に入っています。ここでの出店をきっかけに、今では県外への出店も増えました。ですが、ここほど融通が利き、気軽に出店できる場所はなかなかありません。犬連れの人も訪れやすく、こんな場所が自宅近くにできたことをうれしく思っています。

まちづくりの拠点として作られた「にぎわいの森」。オープンから5年以上が経過した今、市主催のイベントだけでなく、市内外のさまざまな人に幅広く活用され、にぎわいを生んでいます。

体験・ワークショップ

B

森ノ休憩所



不定期開催のいなべの薪を薪ストーブで焚く憩いの場。温かい飲み物を作つて香りや音、味などを楽しむワークショップも同時開催しています。

のんびりと火を囲んでいると、初めて会った人とも自然に会話が弾みます。森ノ休憩所には、さまざまな人がふらりと立ち寄ってくれて、たまたま出会った人同士が和やかに会話を楽しんでいます。県外から、にぎわいの森を拠点に市内のあちこちを訪れている人の話もお聞きします。市民よりいなべ通の人もいますよ！買い物やランチのついでに立ち寄ったり、自分時間を過ごしたり…。そんな場を今後も提供したいです。

FIRE FLY
伊藤 理恵さん



3種類の石榑茶を飲み比べて種類を当てる利き茶ゲームや、水出し石榑茶の試飲など、石榑茶を味わえる機会を随時提供しています。



にぎわいの森内の inabe's Shop に商品を置いてもらつても、それだけではなかなか手に取ってもらえません。飲み比べや試食をしてもらうことで、お茶のおいしさやおもしろさ、お家でも入れ方次第でおいしく飲めるということを知つてもらいたいです。にぎわいの森では、他の用事でたまたま訪れた人にも直接顔を合わせて伝えられるので、石榑茶のPRとして今後も活用していきたいです。

わんちゃんとお出かけ

C

にぎわいの森では、わんちゃんと散歩やグルメが楽しめます。無料でドッグランも開放中！



みつちゃん、ゆうくん、マサムネくん (鈴鹿市)

にぎわいの森は、犬と一緒に食事もできて森の中の雰囲気や自然も味わえる、わんこと満喫できるスポットです。今、おしゃれスポットとして「いなべがアツイ！」と私たちの周りでも話題になっています！



シビックコア棟内のキッズコーナー。インスタグラムでは、置いてほしいものを毎月募集中！

にぎわいの森での買い物について寄りました。室内なので天気が悪い日でも利用でき、無料で気軽に遊べてとても助かります。おもちゃの種類が多く、子どもが飽きずに遊べるのでありがとうございます！



ひーちゃん、あみさん (菰野町)



(一社) GCI 木田 好亮

にぎわいの森は、「自然と食が紡ぐ、いなべの豊かな暮らしの形」を体感できる場所です。昨年12月までに約210万人が来場し、約45%は市民の皆さんによる日常利用となっています。散歩やピクニック、食事や買い物、イベント参加をはじめ、マルシェ出店やイベント開催に挑戦できるなど、多彩な楽しみ方が魅力です。ぜひ気軽にリフレッシュしに来てください！

こんなこともやっている！

グリーンクリエイティブいなべの推進

にぎわいの森を中心とした事業の他にも、「グリーンクリエイティブいなべ推進事業」としての取り組みは多岐にわたります。中でも、現在市が進めている主な取り組みの一部を紹介します。

市は、にぎわい創出、地域回遊、プロモーションをこの事業の柱として進めるほか、市の資源を活用して市内で起業・創業できる人材を発掘しサポートする（生業促進）を行い、地域産業を創出しようと取り組んでいます。

また、令和2年度からは、インバウンド（訪日客）や企業、学校などをターゲットに事業を進めています。（一社）GCIと一緒に、欧州からの送客に強い旅行会社や地域活性化起業人と連携して、市内に誘客する旅行プランや体験コンテンツを開発しています。



いなべ市 商工観光課
小林 順磨

観光誘客



1.2.3. 2023年6月と11月の計5日間で約200人のフランス人観光客が市内に来訪しました。お茶の老舗「マル信緑香園」などを訪れ、いなべの人との交流や自然、食を満喫しました。4.5. 地域活性化起業人と連携して岐阜県の中学生の教育旅行受け入れを行っています。藤原町鼎地区の皆さんと生徒がかかし作りを体験しました。

（一社）GCI
加藤 生真

市と連携し、観光を通じたまちづくりを進めています。地域の自然や文化、暮らしを大切にしながら、市内の事業者や市民の皆さんと共ににぎわいを生み出し、人のつながりが広がる仕組みをつくっています。

近年は、欧州をはじめとするインバウンドや企業、学校との交流も進め、地域の魅力を再発見し、コンテンツ開発やガイド育成を行っています。暮らしの中にある価値を生かし、誇れるまちづくりと持続可能な観光の実現を地域の皆さんと共に進めています。

体験イベント

カラフルにんじんの魅力を探る！
収穫体験とにんじんジュース作り



2年前からやってみたかったジュース作り体験。きっかけを探っていたところ、「いなべ、暮らしを旅する。」の企画でお声がけいただき、すぐに実現できました。市側が企画や告知などをしてくれ、終了後にはアンケートによる参加者の声ももらえたので、ありがたかったです。当日は、生のにんじんが苦手な子でもがぶがぶとジュースを飲んでくれて、本当にやってよかった。今後も市内外の人に地元の暮らしの良さを知ってもらえるよう、いろんな体験を実施できたらなと思います。

1. 収穫したにんじんをジュースにかける
2. にんじんの収穫から体験！



フレイトレシピに学ぶ
甘夏の酵素シロップ作り



私たちは、地域に生えている木から柑橘を収穫し、シロップドリンクにして販売しています。地域の人に柑橘を取らせてもらい、こちらは剪定などの管理をする。そういう相互的な関わりによって私たちの暮らしは成り立っています。今回の企画は、ただ体験するだけでなく、里山で生業を営む“私たちの暮らし”を参加者の皆さんに実感してほしい、そんな思いで実現しました。自分たちだけでイベントをするのは大変ですが、市からのサポートがあると、活動の幅が広がります。今後も一緒に考え、横並びでやっていけたらなと思います。

1. 大量の柑橘をむく舞子さん
2. イベントの打ち合わせをする山田さん夫婦



地域おこし協力隊
八木 萌子



体験コンテンツを企画・運営しています。ただ体験してもらうだけでなく、それぞれの事業者の魅力がより深く伝わるよう、各事業者と一緒に考え、サポートしています。

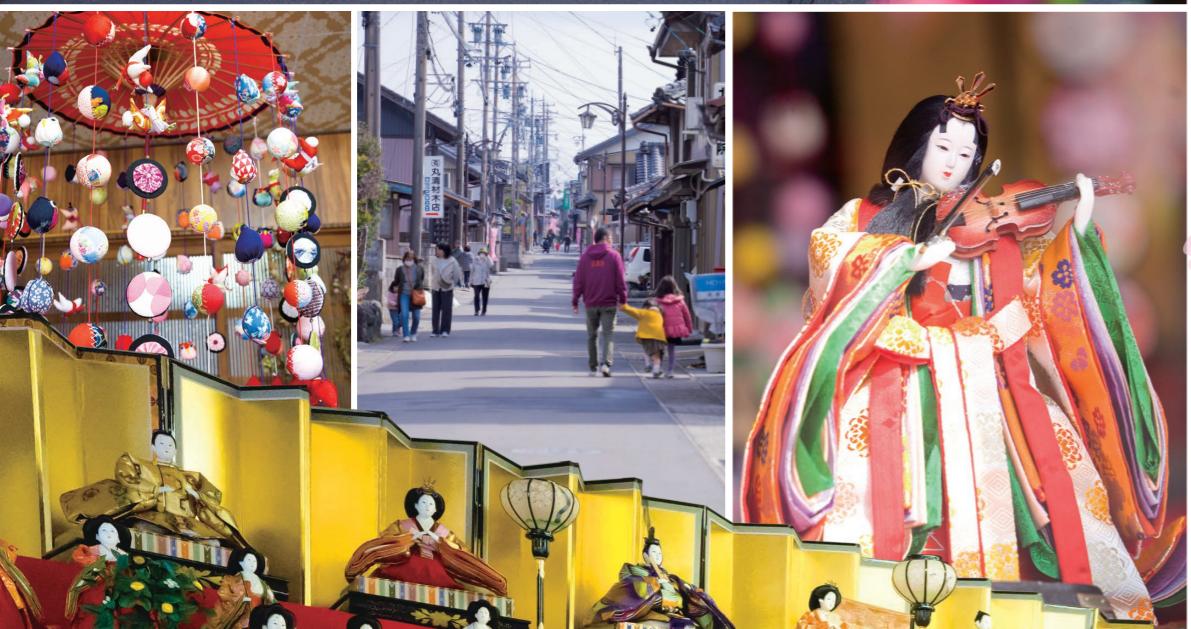
市内には魅力的な事業者がたくさんいます。体験を通して、参加者がそれぞれの事業者の「ファン」になってくれたらうれしいです。今後もいろんな出会いが生まれるよう、さまざまな体験を開催していきます。

いなべ、暮らしを旅する。

市の魅力を深く体感できる観光サイトで、地域に根ざした暮らしに触れる旅を提案。いなべを紹介するWebマガジンの掲載、自然・食・文化を楽しめる体験を紹介しています。ぜひチェックしてください。

ホームページ▶ インスタグラム▶

いなべ市には、市外の人を魅了する資源がたくさんあります。その魅力を私たち自身が知ることが、選ばれるまちにつながっていくのではないでしょうか。



おひなさん

今年で21回目を迎える「あげきのおひなさん」が、2月16日(日)から3月3日(月)に開催されました。阿下喜会館の段飾りをはじめ、店先や軒先におひなさんが飾られ、阿下喜のまち中が華やかに彩されました。

期間中はスタンプラリーの開催や日曜日限定の屋台もあり、多くの人がおひなさん巡りを楽しみました。



3月1日から 北勢線で交通系 ICカードが 利用できます！

北勢線の利用にはICOCAがおすすめ！

3月1日から、北勢線で交通系 ICカードの ICOCA が使えるようになりました。ICOCA 以外の全国相互利用に対応した交通系 ICカードも利用できます。

北勢線の各駅に備え付けてある IC 改札機にタッチすると、乗車区間の運賃が自動的に清算されます。

※三岐線では利用できません。

■ 購入方法

ICOCA の新規購入や払い戻しは、北勢線の有人駅（西桑名駅、星川駅、東員駅、楚原駅、阿下喜駅）で対応しています。

購入は、1,000円（カード発行預かり金500円を含む）から可能です。
※チャージは全駅で可能です。

■ アプリも便利

アプリをダウンロードして、クレジットカードを登録すれば、スマートフォンで ICOCA が使えます。



今までどおり、券売機で切符購入することもできます。

※券売機での切符購入は、新紙幣および新硬貨に対応していないので注意してください。



定期券を ICOCA に！

ICOCA による定期券を北勢線の有人駅（西桑名駅、星川駅、東員駅、楚原駅、阿下喜駅）で販売中です。
また、Web サイト「iCONPASS」でも販売中です。

ICOCA を持っている	ICOCA を持っていない
<p>ICOCA の新規購入 不要</p> <p>「iCONPASS」から申し込み または 駅窓口で購入</p>	<p>ICOCA の新規購入 必要 or モバイル ICOCA アプリ登録</p> <p>「iCONPASS」から 申し込み または 駅窓口で購入</p>

※ ICOCA 以外の交通系 ICカードは全国相互利用の対象ですが、定期券や一日乗車券の対象にはならないので注意してください。

※ 「ICOCA」は、西日本旅客鉄道株式会社の商標登録です。

問 三岐鉄道株式会社 鉄道部 運輸課

TEL 059-364-2143

（平日 8:30～12:00、13:00～17:30）



活動レポート

「第二期いいないなべ広報部」として、昨年6月から18歳から31歳までの7人が市の魅力を発信する活動をしています。

3月末に活動期間を終える彼らのこれまでの活動を紹介します。

いいないなべ広報部とは？

市の魅力を若者ならではの視点で発見して、インスタグラムで情報発信する市民協力者です。

令和5年度から始まったこの取り組み。今年度は7人の協力者が市内外に「いなべっていいな」を広める活動をしています。

いいないなべ広報部がインスタグラムで発信した「いなべの魅力」たち



北勢線の廃駅を調査し、現在の跡地を動画で紹介。

市の魅力をたくさん発見してくれた第二期いいないなべ広報部。市インスタグラムで彼らの投稿をご覧ください。



鬼と一緒に遊ぼう

日本の伝統行事を園児が楽しむ

2月3日(月)、石榑保育園で節分会が開かれました。前半は、未満児～2歳児の教室に鬼が訪れました。新聞紙で作った豆を鬼に投げる園児たち。怖くて泣き出してしまう園児もいましたが、無事に鬼を追い返すことができました。3歳児の教室では、鬼と「まねっこ対決」が行われ、勝負に負けて襲ってくる鬼にも勇敢に立ち向かっていました。後半は、4歳児と5歳児が遊戯室で鬼と一緒に踊ったり、縄跳び対決をしたり、自分と家族の紹介をしたりして遊びました。最後に先生を連れて帰ろうとする鬼。「おにはそとー！」と園児たち全員で協力して豆を投げ、先生を助けることに成功し、笑顔を浮かべていました。

1.鬼に向かって元気よく豆を投げます 2.まねっこ対決。鬼と同じポーズができるかな？ 3.鬼を追い返した後、福の神が園児たちを祝福しました



購入した調理器具は、保育園で活用します



保育園の離乳食に活用

神戸製鋼所から寄附金をいただきました

1月30日(木)、株式会社神戸製鋼所大安製造所から寄附金が贈呈されました。これは、同社が地域貢献として活動しているもので、「子育て支援に活用してほしい」との申し出がありました。保育課で受け取り、令和7年度から開始される保育園での本格的な離乳食献立を作るために必要なIH調理器や塩分計、デジタルクッキングスケールなどの調理器具を購入しました。

中央が水谷さん。妻の恵子さん(中央左)も感謝状を受章



緑十字銀章を受章

長きにわたる交通安全活動が評価されました

2月6日(木)、交通栄誉章の緑十字銀章を受章した水谷敦夫さんが市長を訪問しました。水谷さんは長きにわたり、早朝の街頭指導や道路環境整備活動、大型店舗や老人会での交通安全に関する啓発活動を行い、それが高く評価されました。受章に関して、水谷さんは「受章が決まった時は驚きました。なかなかいただけない章ですから。活動を支えてくれた皆さんに感謝を伝えたいです」と話していました。

三重の名物を食す

みえ地物一番給食

1月24日～30日は全国学校給食週間でした。これは、給食に関わる全ての人に感謝し、給食に興味を持つきっかけづくりとして取り組まれているものです。市内の小学校では、約40年前の昔のメニューや、全国各地の郷土食を取り入れたメニューが登場しました。24日(金)には、三重県の特産物を取り入れた「みえ地物一番給食」を実施。いなべ産の石榑茶を使用したお茶ふりかけが登場しました。普段食べられない珍しい一品に児童たちは興味津々。「おいしい！」と喜びながら完食していました。



1.阿下喜小学校にて撮影。みんなで協力して給食の準備 2.メニューはごはん、牛乳、石榑茶ふりかけ、たまごやき、肉じゃがでした 3.「いただきます！」と石榑茶ふりかけを一口パクリ！

安達さん(右)の妹の宮木きぬ子さん(左)も展示に協力しています



鮮やかなつるしひな

100着以上の古着物から制作

藤原町上相場の「café ういこっちゃね」で、安達君代さんが制作したつるしひなが3月12日(水)まで展示されています。4回目となる今回は、自身が80歳(傘寿)を迎えたことを記念し、傘にちなんだ作品が多く並んでいます。安達さんは、「旅先で見つけた古着物を裁断し、生地から一針一針手作りで制作しています。デザインも含めて全て独学で仕上げており、かわいい表情の作品たちをぜひ見てほしいです」と話していました。

左から水元さんと服部さん。服部さんは重奏部門でも審査員特別賞を受賞



リコーダーで全国に挑戦

第46回全日本リコーダーコンテストに出場

2月14日(金)、第32回三重リコーダーコンテストにおいて優秀な成績を収めた服部和さん(治田小学校5年生)と水元暁美さんが市長を訪問しました。服部さんは独奏部門で三重県教育委員会教育長賞を受賞し、全日本のコンテストに出場します。また水元さんと共に合奏部門でも全日本に出場。服部さんは「全日本のステージでリコーダーの楽しさを伝えたい」、水元さんは「持てる力を出し切りたい」と意気込みを話していました。



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。

令和 8 年度、令和 9 年度、令和 10 年度採用 いなべ市職員採用試験

問 申込先 職員課 **T 86-7792**

令和 7 年度に実施する職員採用試験です。今回から、採用候補者名簿方式の導入、SPI3 試験への変更など、大きく内容を変更しています。

試験に関する詳しい内容は市ホームページの募集要項をご覧ください。

たくさんの応募をお待ちしています。



●採用候補者名簿方式

試験に合格してから 3 年の期間内で採用年度を選択することができます。

●SPI3 試験

民間企業で導入実績が多く、公務員特有の教養試験対策が不要です。

採用試験日程

試験区分	1 次試験実施日	募集職種	募集人数	受付期間
前期試験	6 月 15 日(日)	事務職員	10 人程度	4 月 21 日(月) ~ 5 月 23 日(金)
		事務職員(保健師)	若干名	
後期試験	9 月 21 日(日)	事務職員	10 人程度	7 月 22 日(火) ~ 8 月 22 日(金)
		事務職員(保健師)	若干名	
		事務職員(防災担当)	若干名	



東海環状自動車道いなべ IC ~ 大安 IC 間 3 月 29 日に開通します！

問 高速道路対策課 **T 86-7836**

●開通区間

東海環状自動車道いなべ IC ~ 大安 IC (延長 6.5km)

いなべ市北勢町阿下喜 ~ 大安町高柳

●開通日

令和 7 年 3 月 29 日(土)

●その他

いなべ IC は ETC 専用料金所となります。利用する際は、ETC 車載器に ETC カードを挿入して走行してください。

定額減税で控除しきれない分がある人へ 調整給付についてお知らせ

問 市民税課 **T 86-7794**

令和 6 年分の確定申告や給与の源泉徴収票で控除しきれない定額減税(控除外額)がある人にお知らせします。

これまでの給付

●**当初給付**…既に支給済みです。所得税額や個人住民税所得割額から定額減税額を控除しきれないと見込まれる人に対して、令和 5 年の所得状況に基づき、控除しきれないおおむねの額(定額減税調整給付金)を支給しました。

※市では、令和 6 年 9 月から 10 月中に対象者に案内を送付し、確認書の提出があった人に令和 6 年 10 月から 12 月にかけて給付金を支給しました。

今後の給付

●**不足額給付**…申告などにより令和 6 年分所得税と定額減税額が確定した後、当初給付の支給額を受けてもさらに不足する金額があることが判明した人または新たに対象となる人に対して追加で支給します。

※令和 7 年秋ごろ(詳細未定)に対象者へ案内を送付する見込みです。

不足額給付の各種給付および定額減税の全体像などに関しては、内閣官房ホームページ「新たな経済に向けた給付金・定額減税一体措置」を確認してください。



内閣官房ホームページ

令和 7 年度 外国語会話講座



英語(毎週土曜日)	
小学生低学年クラス	9:10 ~ 10:00 (新規の人)
小学生クラス①	10:15 ~ 11:05 (継続の人)
小学生クラス②	11:20 ~ 12:10 (継続の人)
小学生クラス③	13:10 ~ 14:00 (継続の人)
英語(毎週日曜日)	
一般上級クラス	9:00 ~ 10:00
小学生高学年クラス	10:10 ~ 11:00 (継続の人)
小学生高学年クラス	11:10 ~ 12:00 (新規の人)
英語(毎週月曜日)	
一般初級クラス	19:00 ~ 20:00
英語(毎週木曜日)	
一般入門クラス	9:00 ~ 10:00
一般中級クラス	19:00 ~ 20:00
中国語(毎週水曜日)	
一般初級クラス	19:00 ~ 20:00
一般中級クラス	20:00 ~ 21:00
韓国語(毎週金曜日)	
一般初級クラス	19:00 ~ 20:00
一般中級クラス	20:00 ~ 21:00

※見学できます。電話で相談してください。

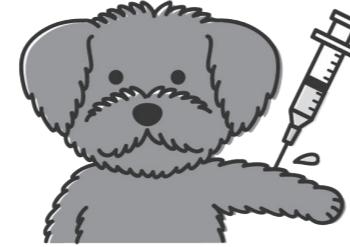
狂犬病予防注射・畜犬登録

問 健康推進課 **86-7824**

狂犬病予防注射を行います。畜犬登録をしている人には通知はがきを送付しますので、持参してください。

未登録の場合は、登録手数料3,000円が別途必要です。

※接種頭数の減少に伴い、昨年度から接種日程を変更しております。



●持ち物 通知はがき

●対象 生後91日以上の犬

●接種費用 3,400円

藤原町		
4月7日(月)	9:00～9:30	三重北農協白瀬支店
	9:50～10:20	東藤原コミュニティ消防センター

員弁町		
4月8日(火)	9:00～9:20	上笠田宇野公民館
	9:40～10:10	いなべ市商工会員弁支所 (員弁町楚原475-1)

北勢町		
4月7日(月)	10:40～11:10	あげき広場(北勢武道場前)
	11:30～12:00	東部林業会館

大安町		
4月8日(火)	10:40～11:30	門前ふれあいセンター
	9:40～10:00	丹生川久下野添会館
	10:20～10:50	旧郷土資料館 (大安町平塚525)
	11:10～11:50	大安武道館

バイク、小型特殊自動車登録・廃車・変更の手続き

問 市民税課 **86-7794**

軽自動車税は、4月1日時点でバイクやトラクター、軽四輪などの車両を登録している人に課税されます。4月2日以降に廃車手続きをしても、その年度の軽自動車税は課税されますので、注意してください。

軽自動車税は、車体を所有していることに対する課税です。使用しない、公道を走らない車両についても登録する必要があります。

●受け付け

平日8:40～17:15

●持ち物

右表○印のもの

※同一世帯以外の人が

手続きをするときは、委任状が必要です。

	所有者の印鑑	販売証明書(押印要)	譲渡証明書(押印要)	標識交付証明書	ナンバープレート
販売店から購入した車両を登録	○	○			
他人から譲り受けた車両を登録(廃車手続きが完了している)	○		○		
他人から譲り受けた車両を登録(廃車手続きが完了していない)	○		○	○	○
登録された車両を廃車	○			○	○

※バイク、小型特殊自動車以外の手続き

・軽四輪の手続き…問 軽自動車検査協会 三重事務所 **050-3816-1779**

・軽二輪および二輪の小型自動車の手続き…問 中部運輸局 三重運輸支局 **050-5540-2055**

(無料)スマホなんでもサポート号

問 新産業創造課

86-7830

各講座の内容(3月)

① 11:00～12:00 Androidの使い方(基礎編)

3/14まで 始めよう!防災の備え(設定編)

② 13:00～14:00 3/17～3/28 始めよう!防災の備え(避難訓練編)

3/31 LINEを使いこなそう(災害対策編)

③ 14:30～15:30 LINEでコミュニケーション

④ 16:00～17:00 Androidの使い方(応用編)

各講座の内容(4月)

① 11:00～12:00 Androidの使い方(応用編)

4/1～4/10 LINEを使いこなそう(災害対策編)

② 13:00～14:00 4/14～4/24 始めよう!防災の備え(設定編)

③ 14:30～15:30 Androidの使い方(基礎編)

④ 16:00～17:00 LINEでコミュニケーション

3月の開催場所

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

市:市役所前広場 老:員弁老人福祉センター

固定資産の縦覧制度

問 資産税課 **86-7795**

市内の土地と家屋の評価額などを記載した帳簿による縦覧が始まります。

●期間 4月1日(火)～30日(水)

9:00～17:00(平日のみ)

●場所 資産税課

●縦覧できる人

○市内の土地と家屋にかかる固定資産税の納税義務者など

○納税者などからの委任を受けた代理人

●持ち物

○運転免許証など、本人であることを証明できるもの

○委任状(代理人の場合)

記載内容

土地縦覧帳簿

所在、地番、地目、地積、評価額、正面路線番号

家屋縦覧帳簿

所在、地番、家屋番号、用途、構造、階層、建築年、

1階床面積、延床面積、評価額



催し
藤原岳自然科学館
4月の教室

《藤原岳自然科学館》

【春の動植物をたずねて】

いなべ公園を散策し、春の自然を観察します。(昼食必要)

●日時 4月 18日(金)

10:00 ~ 15:00

●場所 いなべ公園 第一駐車場

●定員 40人



●参加費 100円

●申込方法 3月 26日(水) 9:00 から市ホームページで申し込み。

問 自然学習室 T 46-8488

講演
「江戸時代 いなべの歴史」
～農民の暮らし～

●日時 3月 13日(木)

14:00 ~ 16:30

●場所 員弁コミュニティプラザ

2階集会室

●講師 藤谷彰さん(元三重県史編さん職員、いなべ市史編さん委員)

問 ふるさといなべ市の語り部の会
伊藤忠 T 090-3583-2827

第 51 回みえけん人形劇
フェスティバル



いなべ & 桑名の地元劇団が主催。
大人と子どもで生の人形劇を楽しみませんか？今回はプロ劇団も参加！

●日時 3月 20日(木・祝)

13:30 ~ (開場 13:00)

- 場所 員弁教育会館
(大安公民館の隣)
- 上演劇団 たつのこ・ぱこぺん・
えーたらー(いなべ市)、おもちゃ箱
(桑名市)、とんがらし(愛知県:プロ)
- 参加協力金 500円(3歳以上)
- 申込方法 電話または申し込み
フォーム

問 三重県人形劇協会(担当:林)
T 090-4267-3728



認知症のひとと家族の
「おれん家カフェ」



春の抹茶会。好きな茶碗を選んで、
抹茶をたててみよう。

●日時 4月 20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 4月 15日(火)

問 申込先 NPO 法人快生教学会

T 37-7062

いなべ総合学園高等学校
吹奏楽部 第 19 回定期演奏会

●日時 3月 30日(日)

14:00 ~ (開場 13:30)

●場所 東員町総合文化センターひば
りホール(東員町山田 1700)

●入場料 500円(全席自由)

※未就学児は無料。

《チケット取り扱い》

○いなべ総合学園高等学校
○ミュージックショップハマダ(桑
名市中央町 2-27 あづまビル 1 階)

●演奏曲

第 I 部 【クラシック・オリジナル
ステージ】

○大いなる約束の大地～チンギス・

- ハーン～(鈴木英史) ほか
- 第 II 部 【ポップステージ】
○マツケンサンバⅡ(宮川彬良)
- ジャパニーズグラフィティⅤ～日
本レコード大賞 栄光の昭和 50
年代～ ほか

●参加協力金 500円(3歳以上)

●申込方法 電話または申し込み
フォーム

問 三重県人形劇協会(担当:林)
T 090-4267-3728



募集

ガイドヘルプボラン
ティア講習(日赤のひら
奉仕団北勢支部主催)

視覚障害について理解し、支援の
方法を学びませんか？講義と実技を
交えて学びます。

●日時 4月 30日(水)

10:00 ~ 15:00

●場所 北勢市民会館 視聴覚室

●定員 20人

●参加費 無料(昼食カレーライス
付き)

問 申込先 いなべ市社会福祉協議会
地域福祉課 T 41-2945



ソフトテニス教室

●開催日 4月～令和 8年 3月の毎
週日曜日

9:00 ~ 12:00

●開講式 4月 13日(日) 9:00 ~

●場所 員弁運動公園テニスコート

●対象者 いなべ市民、東員町民の
中学 1～3 年生

●定員 40人

●参加費 年間3,000円(保険料含む)

●申込期限 3月 25日(火)

17:00

●申込方法 詳しくはホームページ
で確認してください。

問 申込先 いなべ市スポーツ協会

T 74-5028



テニス教室

●開催日 4月～6月の毎週日曜日

9:00 ~ 12:00

●開講式 4月 6日(日) 9:00 ~

●場所 大安スポーツ公園テニスコート

●定員 40人程度

●対象者

中学生以上のいなべ市在住、在勤、
在学者の初心者、初級者

●参加費 3,000円(保険料含む)

●申込期限 3月 25日(火)

17:00

●申込方法 詳しくはホームページ
で確認してください。

問 申込先 いなべ市スポーツ協会

T 74-5028

す。健康運動指導士、食品保健指導
士、元労働省のメンタルヘルスの諮
問委員の三刀流の健康運動指導士が
対応します。

●各教室の開催日

【四十肩などの頸肩腕症候群改善運動】

4月 13日(日)、5月 11日(日)、

6月 8日(日)、7月 13日(日)

【腰痛・膝痛改善運動】

3月 23日(日)、4月 27日(日)、

5月 25日(日)、6月 22日(日)、

7月 27日(日)

【運動と食事指導の市民健康相談】

3月 17日(月)、4月 21日(月)、

5月 19日(月)、6月 16日(月)、

7月 21日(月・祝)

【転倒予防と姿勢改善運動】

3月 16日(日)、4月 20日(日)

《共通事項》

●時間 9:30 ~ 16:30

●場所 大安公民館

●申込方法 電話またはメール

問 いなべ市地域活性化起業人 T

070-5506-5441 E tmrii5555@gmail.com

点訳奉仕者初級養成講習会
音訳奉仕者養成講習会

《点訳奉仕者初級養成講習会》

●開催期間

4月から 5月までの 3 日間

《音訳奉仕者養成講習会》

●開催期間

4月から 5月までの 4 日間

《共通事項》

●場所 三重県視覚障害者支援セン
ター(津市桜橋 2-131)

●申込方法 申込書に記載のうえ、
郵送、FAX または E メールで申
し込み。

●申込書はホームページからダウンロード
してください。

問 申込先 三重県視覚障害者支援セン
ター(津市桜橋 2-131)

T 059-213-7300 F 059-228-

8425 E center@mieten.jp

いなべ市ごみ分別アプリ配信中
ごみカレンダーやごみ分別辞典が利用できます。



iOS 版

Android 版

おごみトーカ

第 12 回
問 環境衛生課
T 86-7813

菰野町とのごみ処理施設整備について

令和 6 年 6 月にいなべ市と菰野町にて定住自立圏の協定を締結しました。環境部門では、いなべ市および菰野町のごみ処理施設が竣工から約 30 年経過しており、老朽化などの問題から新ごみ処理施設の広域化整備について検討を始めました。

1. ごみ処理施設の広域化とは？

近隣の市町と共にごみ処理施設を整備し、各市町のごみを集約して処理することで、建設費や維持管理費の削減、地球環境の保全、そして安定的な稼働によるエネルギー回収を行うことができます。

2. どのようなことを検討するのか？

ごみの分別や収集方法、ごみ処理施設の処理方法や建設地の選定、そして長期的なスケジュールの策定など、今後のごみ処理方法についてさまざまな検討を行っています。

3. 今後のスケジュール

令和 7 年度より、ごみ処理計画の策定や周辺環境および地質調査などを行い、令和 17 年度に新ごみ処理施設の供用開始を目指す事業を進めていきます。

ごみ処理施設の整備にあたり、将来のごみ処理量を予測する上でも、ごみの分別や減量化を行うことはとても重要になります。青い袋に入れるのは燃やすしかないごみ、黄色い袋に入れるのはプラマークのついているものです。引き続きごみの分別にご協力をお願いします。

その他

乙種防火管理講習
甲種防火管理新規講習

●日時

○乙種防火管理講習(1日のみ)

5月 29日(木) 9:25 ~ 16:35

○甲種防火管理新規講習(2日間)

5月 29日(木) 9:25 ~ 16:35

5月 30日(金) 9:20 ~ 16:25

※乙種・甲種併催

●対象者 いなべ市、桑名市、木曽岬町、東員町に在住・在勤の人

●場所 くわなメディアライヴ1階
多目的ホール(桑名市中央町3-79)●定員 乙種・甲種合計100人
※定員になり次第、締め切り。●受講料 乙種 7,000円
甲種 8,000円

※それぞれテキスト代を含む。

●申込方法 ホームページ

問 桑名市消防本部 予防課

T 24-5282

子宮頸がんワクチン
キャッチアップ対象者の
接種期間延長

令和7年3月31日までにHPVワクチンを少なくとも1回以上接種した人は、残りの接種を令和8年3月31日まで公費で受けられることになりました。

まだ1回目の接種が済んでいない人は早めに接種をお願いします。

予診票が手元にない人は、下記のQRコードから申請または母子健康手帳を持って母子保健課窓口まで来てください。



●対象年齢

平成9年4月2日から平成21年4月1日生まれの女性

●標準的な接種スケジュール

○2価ワクチン(サーバリックス)

1カ月あけて2回、1回目から6カ月以上あけて1回

○4価ワクチン(ガーダシル)
2カ月あけて2回、1回目から6

カ月以上あけて1回
○9価ワクチン(シルガード9)
2カ月あけて2回、1回目から6
カ月以上あけて1回

問 母子保健課 T 86-7770

入学・在学を応援!
国の教育ローン

国の教育ローンは高校・大学などへの入学時や在学中にかかる費用を対象に、日本政策金融公庫が行う公的融資制度です。

子ども1人につき350万円以内を固定金利の年2.35% (令和6年11月1日現在)で利用でき、在学期間内は利息のみの返済とすることができます。詳しくは、日本政策金融公庫国民生活事業のホームページを確認してください。

問 教育ローンコールセンター

T 0570-008656 (ナビダイヤル)

QRコードを確認してください。

問 教育ローンコールセンター

T 0570-008656 (ナビダイヤル)

人生100年時代
げんき通信

第12回

問 長寿福祉課 T 86-7819

やりたいことを一緒にチャレンジしよう

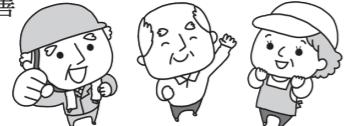
【社会参加の必要性】

一人暮らしの高齢者が増え続けるなか、高齢者の孤立や孤独を防ぐためにも、「人と人とが関わり合う機会」が必要とされています。

さらに、社会参加活動を通じて、心の豊かさや生きがいが得られ、健康につながると言われています。

【社会参加の効果】

- フレイルや認知症の予防、健康寿命の延伸
- 心の豊かさや生きがい、自己肯定感の向上
- ストレスや気分の改善
- 生活リズムの維持



【社会参加とは】

就労だけでなく、ボランティアや地区行事への参加、趣味や習い事も含まれます。

【やりたいことを応援する場所があります!】

●いなべ市社会福祉協議会 地域福祉課 T 41-2945

- ボランティア活動
- サロンや集いの場への参加、開催など

●(一社)いなべ市芸術文化協会 T 82-1551

- 趣味のサークル活動など

●市民活動センター T 74-5806

- 市民活動、ボランティア活動など

○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 保険年金課 T 86-7811

問 水道お客様センター

T 72-3516

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。

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

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。

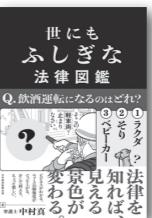
医薬品をジェネリック医薬品に切

BOOK NOW
オススメ情報満載 図書館通信

電子図書館も利用してね



◀電子図書館

◀利用者カード
申し込み

図書館イベント

「さくらのはな、さかせましょう」

- 日 時 3月30日(日)まで
- 場 所 藤原図書館おはなし広場
- 参加費 無料
- 対 象 どなたでも
- 回 数 1日1回

みなさん
ぜひ来てね!

電子書籍



●おすすめ本の紹介

「世にもふしぎな法律図鑑」

中村真著 日経BP日本経済新聞出版
お坊さんの説教をジャマしたら罰金10万円? 日常に潜む「ふしぎな法律」をピックアップし、現役弁護士がその趣旨を解き明かす。

「もうじきたべられるぼく」

はせがわゆうじ作 中央公論新社
「ぼくは牛だから、もうじき食べられる」自分の運命を受け入れた牛は、最後に一日だけ、お母さん牛に会いたくて生まれ育った牧場に行くことにして…。

3・4月の休館日 全館…毎週月・火

問 北勢図書館 T 72-2200 (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)

令和7年度の協会けんぽの保険料率について

令和7年度の全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部の**健康保険料率**は**令和6年度よりも引き上げ、介護保険料率(全国一律)**は**引き下げ**となります。

※3月分(4月納付分)から変更になります。

※対象者は、協会けんぽ三重支部に加入している人です。

【健康保険料率】

現行(令和7年2月分まで):9.94%
→ 令和7年3月分~:9.99%

【介護保険料率】

現行(令和7年2月分まで):1.60%
→ 令和7年3月分~:1.59%

問 全国健康保険協会 三重支部(企画総務グループ)

T 059-225-3317

マイナンバーカードの休日窓口(完全予約制)



●日時 3月23日(日)
9:00~12:00 (20分毎)

●場所 市民課

●取り扱い業務

マイナンバーカード関連手続き

※住所異動、証明書発行はできません。

●予約方法 3月21日(金)までに
電話で予約

問 申込先 市民課 T 86-7810

【マイナンバーに関する問い合わせ】

問 マイナンバー総合フリーダイヤル
T 059-253-7823 (平日
13:00~16:00)

3月は自殺対策強化月間

例年、月別自殺者数の最も多い3月を、国が「自殺対策強化月間」と定めています。

自死(自殺)は個人的な問題ではなく、さまざまな要因が複雑に絡み合って、追い込まれた末に起こります。誰でも、自死に追い込まれてしまう可能性があります。「自分には関係ない」と思わず、この機会に、あなたの身近な人に小さな変化がないか気を配ってみてください。

そして、あなたの身近な人がもし困っていたら、話を聴き、専門家へつないでください。この気づきが、自死のない生きやすいまちづくりにつながります。

問 三重県自殺対策推進センター相談電話 T 059-253-7823 (平日
13:00~16:00)

各種無料相談

相談	日時	場所	問い合わせ
行政相談	3月13日(木) 13:00~15:00	員弁老人福祉センター	行政に関する事柄について、行政相談委員が相談に応じます。問 総務課 T 86-7745
	4月 3日(木) 13:00~15:00	大安公民館	問 総務省三重行政監視行政相談センター T 059-227-6661
	4月17日(木) 13:00~15:00	藤原文化センター	
行政苦情 110番	平日 8:30~17:15		T 0570-090-110 ※土日祝、時間外は留守番電話
人権相談	4月2日(水) 13:00~16:00	藤原文化センター	人権擁護委員が相談に応じます。問 人権福祉課 T 86-7815
	5月28日(水) 13:00~16:00	シビックコア棟	
LGBT電話相談	3月19日(水) 11:00~16:00	市役所1階 相談室	当事者や家族に対して専門相談員が相談に応じます。問 人権福祉課 T 86-7815
	4月16日(水) 11:00~16:00		
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	平日 8:40~17:15	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	平日 8:40~17:15	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	3月19日(水) 13:30~16:30	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	平日 9:00~16:00	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	気軽に相談してください。 T 37-0084
権利擁護に関する相談	平日 8:40~17:15	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	3月21日(金) 10:00~12:00	ほくせい保健室	スマートフォンに関する事について、デジタル推進委員が相談に応じます。問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
	3月21日(金) 13:30~15:30	だいあん保健室	
	3月28日(金) 10:00~12:00	ふじわら保健室	
	3月28日(金) 14:00~16:00	いなべ保健室	

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 <https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>



PARENTING INFORMATION ◀ 母子保健課 86-7770

子育てインフォメーション

育児相談

●日程 4月17日(木)
●時間 13:00~15:00
(受け付け 12:50~)
●内容 妊娠期を楽しむために
(スタイル作り・交流)
●場所 遊・友・YOUチャイルド
(大安町門前 531-1)
●申込方法 電話、申し込みフォーム
※託児が必要な人は相談してください。

ウェルカムベビー交流会▶



対象者には
個別通知
します

【妊娠8か月教室】4月11日(金)、25日(金) 9:30~9:45 妊娠8か月ごろの妊婦とその家族
【1歳6か月児健康診査】4月24日(木) 13:15~14:00 R5.9.1~10.13生 および 前回欠席者
【3歳6か月児健康診査】4月10日(木) 13:15~14:00 R3.9.1~10.3生 および 前回欠席者

みえ子ども医療ダイヤル 問 #8000
《月~土》19:00~翌朝8:00
《日祝》8:00~翌朝8:00 (24時間)

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

編集後記

に ぎわいの森で取材し
たのは暖かい日で、
多くの人にぎわっていました。
声をかけた中では市
外の人も多く、「いなべが好
きです」という言葉も聞け
てうれしくなりました(平)

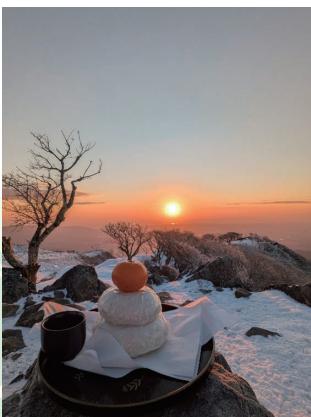
ぎ たつるしひな。80
歳になつても「まだまだ
作つていきたい」と語る作者
の魂の若さが眩しい!自
分もずっと何かを作り続け
てうれしくなりました(平)

わ がまちの魅力に気付
いたのは広報に配属され
てから。自然の豊かさ、人の
温かさを再認識しました。い
なべの魅力を残したいし、伝
えたい…!一緒にグリーンク
リエイティブしませんか(清)

い きなりですが、2月に
結婚いたしました!
新婚生活で現在は福の神の
ように優しい妻。僕が怒らせ
て鬼に変えないようにしな
いといけませんね。緊急用に
豆だけ用意しようかな(岡)



◀応募フォーム



「藤原岳山頂からの初日の出」川瀬浩史さん

皆さんから応募いただいた写真やエッセイを紹介するコーナーです。



「108の鐘」さえちゃんさん



「にぎわいの森の紅葉と青空」のぶりんさん



「小さい秋～見つけた」TomoTさん



「親子で大好き阿下喜ハ幡祭♪」るいとちあきのママさん

アンケートに答えてプレゼントをゲット

プレゼントを提供していただけるお店を
随時募集しています。詳細はこちらから▶



Link 読者アンケート回答者の中から抽選でプレゼントが当たります。当選者には引換券を発送します。引換券を指定の場所に持参し、プレゼントと交換してください（賞品の発送はいたしません）。

■アンケート ①今月号で良かった内容や写真があれば教えてください。②「Link」に対する感想や広報に関するご意見を教えてください。③グリーンクリエイティビイなべ推進事業について理解が深まりましたか。

■応募方法 アンケートの回答、住所、氏名、年齢を明記の上、以下の方法で応募してください。

■郵送での応募 〒511-0498 いなべ市北勢町阿下喜31
いなべ市役所 広報秘書課「Link 読者アンケート」係

■応募フォームでの応募 応募フォームはこちら▶

■応募期限 3月27日(木)

読者の声

- 二十歳のつどいの写真がみなさんキラキラして本当に良い写真だと思いました。(40代)
- 私の成人式は雪が降っていました。寒かったです！娘が20歳になり私が着た振袖を着てくれました。これから色々あるかと思いますが恐れず何事もチャレンジして欲しいです！(40代)
- おじいちゃんが80歳になります。認知症になったらどうしよう？と家族でなやんでましたが、すぐに病院へ連れて行って施設などでサポートしてもらえば良いんやとわかりました。(10代未満)
- いろんな情報が載っていてありがとうございます。毎月、発行を楽しみにしています！！！(50代)
- 若い人の声をもっと聞かせてください。(80代以上)

今月のプレゼント 2人



食肉加工屋 FUCHITEI の田舎風テリーヌ

お店から：フランス定番のお惣菜です。さくらポークを使用し、風味豊かに仕上げました。ワインやフランスパンと合わせると至福の時間のはじまりです。

店名 食肉加工屋 FUCHITEI 定休日 火・水曜

営業時間 土日祝 11:00～17:00(ラストオーダー 16:00)

平日 11:00～15:00(ラストオーダー 14:00)

※食肉加工品は 10:00 からお買い求めできます。

住所 いなべ市北勢町阿下喜31 にぎわいの森

電話 87-6017

人口情報(令和7年1月1日現在)
総人口：44,477（-30）
世帯：19,486（+9）
男：22,973（-10） 女：21,504（-10）

携帯用
[スマートサイト]
QRコード

生活情報
[まいめる]
QRコード

VEGETABLE
INK
UD FONT
by NORISAWA