

いなべ市情報誌

LINK

きずな・輪・つながり

10

2025
vol.263

【特集】

地域みんなが集まる居場所

こども食堂



P8 夏の思い出に

P10 いなべ市商工祭り 2025

地域みんなが集まる居場所

こども食堂

皆さんはこども食堂を知っていますか。子どものために無料または低価格で食事を提供する場所でありつつ、地域の人の交流場所の役割を果たしています。今回の特集では、こども食堂を運営して活躍する人たち取材しました。こども食堂がどんなところかを知り、皆さんも地域を応援してみませんか。

＼おいしい～～！／



かさまっこ食堂の夏祭りの様子

こども食堂とは？



地域の人々が自主的に運営する食堂

地域のボランティアが主体となり、無料または低価格で食事を提供する場所のことです。2012年に東京都で始まったのをきっかけに、全国へと広がりました。

主に、公民館や集会所、店舗などの地域の馴染みの場所で開催されています。近年は、食事提供だけでなく、子どもたちの遊び・学習の場所となっていたり、季節に応じたイベントを開催したりと、地域づくりの拠点としての役割も果たしています。

誰でも利用できる地域の居場所

こども食堂は、「貧困で満足に食べられない子どもたちが集まる場所」として始まった取り組みですが、決して閉鎖的な場所ではありません。子どもはもちろん、保護者や高齢者など誰でも利用できる場所です。運営者の想いは、子どもたちだけでなく、地域全体の人々に向いています。そのため、誰でも気軽に利用できる「地域の居場所」となっているのです。

こども食堂ってこんなところ！

「実際の雰囲気ってどんな感じなの？」、「気になってはいるけど行ってもいいの？」このように思っている人もいるのではないのでしょうか。そこで、今回取材した市内のこども食堂の様子を紹介します。



＼みんなで楽しく食事タイム／



＼さまざまなイベントも開催！8月は夏祭り／



利用者の声

友達と話をしながら一緒にご飯を食べるのが楽しいです！今日は夏祭りが開催されているので、たくさん出店を回りました！特に流しそうめんが楽しかったです！



因 円花さん 米山 心葉さん 岡本 彩那さん



支援者の声



森 利之さん 阿部 友博さん

株式会社ダイナム

会社として、地域との触れ合いを大切にしています。主に被災した地域から食材を手に入れ、こども食堂に提供しています。この活動を通じて、地域にも被災地にも貢献できるので、とてもやりがいを感じます。子どもたちから「ありがとう」などお礼を笑顔で言ってもらえるのは、やっぱりうれしいですね。



運営者の想い

運営者の皆さんに、これまでの活動を通して、こども食堂への想いややりがいを聞きました。

楽しみの会 (大安町高柳)



瀬古 峰子さん 小林 眞智子さん 伊藤 みや子さん



何か地域に貢献できることを

コロナ禍で世間に元気がなかった時期に、「地域のために何かやりたいな」と考えていました。ちょうどその時に社協からこども食堂の話をいただき、当時大安町にはこども食堂はなかったこともあり、「楽しみの会」を始めました。子どもだけでなく、大人や参加してくれたスタッフみんなが楽しめるようにと願いをこめて、この名前にしました。最初のメンバーは3人でしたが、今では24人まで増えました。

また、活動では学生ボランティアも参加してくれたり、地元の農家や企業が食材を提供してくれたり、たくさんの人の支えがあって活動できています。

みんなが楽しい活動がしたい

活動は2カ月に1回行っています。夏祭りやハロウィン、クリスマス会など季節に応じた楽しいイベントを企画して、食事以外でも楽しめるような場所を作っています。活動の後は反省会を行い、次のイベントがより良くなるようにとみんなで意見を出し合っています。

活動を通じて、「楽しかった」「おいしかった」の声を聞くのが本当にうれしいです。子どもだけでなく、親からもそういった声をいただけるので、次の企画を考えるのにやる気があふれてきます。最近、スタッフさんの子どもも積極的に手伝ってくれるので、とても頼りにしています。

楽しみの会の活動は、当日の調理だけでなく、イベントの飾りつけなど、事前にも活動することが多いのですが、「活動日数が多いと、張り合いあるわ」と参加してくれるスタッフさんが楽しんでいるのもうれしいことです。

しらゆり食堂 (員弁町笠田新田)



多湖 登世子さん



谷口 キミ代さん

家庭の味を届けたい

母子寡婦福祉会の活動が基本のしらゆり食堂ですが、社協から「こども食堂をやってみないか」と話をいただき、当時員弁町にこども食堂はなかったので、とりあえずやってみようと思いました。

私たちは、「家庭の味を届ける」をモットーに料理を提供しています。買った惣菜や冷凍食品もいいですが、手作りの味を子どもたちに伝えていけたらと思っています。それを食べた子どもが親に「作ってほしい」と伝えることで、その家庭でも手作りの味が生まれ、「食育」にもつながります。

1回の提供で、50食用意するのですが、それ以上にお客さんが来てくれるのはうれしい悲鳴です。活動が広まっている証拠ですね。

献立は食べてもらう人が喜んでもらえるように、知恵を出し合いながら考えています。昔懐かしい味が子どもたちの心の中に残ることを願っています。



かさまっこ食堂 (大安町笠間地区)



岡本 典子さん

支え合いを大切に

「両親が働いていて、家で一人ぼっち」、「かまってほしいけど、うまく話せない」、そんな子どもたちの居場所を作りたくてこども食堂を始めました。5人の役員とボランティアの方々と食堂を運営しています。食堂を始めて感じたのが、大変な活動なのにみんな嫌な顔せず楽しそうに取り組んでくれていることです。「この調理器具、家にあるから持ってくるわ!」「チラシをコピーするならうちのやつ使って!」など、少ない予算の中みんなで協力しあって運営しています。こういったメンバーの声に助けられていて、本当に感謝しています。

活動を通して、子どもたちには、おいしく食べてもらうのはもちろんですが、大人が一生懸命支え合いながら働いている姿を見て、いろいろ学んでもらえたらうれしいと思います。

現在南金井を中心に活動していますが、他の地域にも回って食事を届けたいと思っています。子どもたちはもちろん、地域の方々も来てみんなでふれあってもらえたらうれしいです。





こども食堂を支える

こども食堂を始めようと考えている人への補助制度や、だれでもこども食堂を応援する方法があります。 問 こども政策課 ☎ 86-7821



いなべ市こども食堂応援補助金

子どもの居場所や地域交流拠点となるこども食堂の維持や発展に資することを目的とする補助金です。こども食堂を運営または新たに開設する団体に、予算の範囲内で事業の実施に必要な経費の全部または一部を補助します。

開設補助金

最大 **50** 万円

運営補助金

最大 **20** 万円

こんな費用に使えます

- ・消耗品費
(食材、食器、調理器具、家電、家具、書籍、遊具、レクリエーション用品、事務用品など)
- ・広告チラシなどの印刷費
- ・役務費(郵送料、光熱水費など)
- ・会場使用料などの賃借料
- ・修繕費
- ・人件費

実現への一歩に

interview

小川 時生さん



北勢町麻生田で、改装した自宅の倉庫を使ってこども食堂を始めようと思っています。地域の祭りやイベントが最近減ってきていて、人が集う機会も減っていると感じています。食堂を開催することで、地域の子どもや大人たちがざっくばらんに集まって交流しながら、楽しい時を過ごせる機会になればうれしく思います。

補助金で、こども食堂用の食材や食器、イベントを開催した時の景品を購入しようと考えています。補助金のおかげで、こども食堂の実現に一歩近づくことができるので、とてもありがたいですね。

市はこども食堂を応援します

いなべ市では、子育て世帯と地域とのつながりを作る場として、こども食堂の活動を応援しています。現在、市の補助金を活用していただいている団体は、市内に6団体あります。今後、活動が市内全域に広がり、子どもたちや保護者の皆さんにとって、心安らぐ場所が増えていけばと願っています。



こども政策課
伊藤 祐輔

あなたもこども食堂を応援できる！ クラウドファンディング型ふるさと納税

自治体が事業起案者となるクラウドファンディング型ふるさと納税は、地域が抱える課題や新しい取り組みに対して直接支援することができる制度です。

クラウドファンディング型ふるさと納税であなたの地域のこども食堂を応援してみませんか。集まった寄付金は、いなべ市こども食堂応援補助金を活用している団体の活動支援に役立てられます。

また、この制度はふるさと納税を活用するため、寄付後に所得税の還付や個人住民税の控除が受けられます。

10月
から開始！

▼寄付はこちらから▼



さとふる
ホームページ

こども食堂一覧 (いなべ市こども食堂応援補助金活用中)

しらゆり食堂

日程 偶数月の第2土曜日
場所 員弁老人福祉センター
(員弁町笠田新田 111)
電話 41-2945 (社協)



いなべ地域食堂

日程 毎月第4土曜日
場所 員弁老人福祉センター
(員弁町笠田新田 111)
電話 090-6580-9048
(位田)



楽しみの会

日程 偶数月の第1日曜日
場所 高柳コミュニティセンター
(大安町高柳 995)
電話 090-7954-9148 (小林)



地域食堂いしぐれ

日程 毎月第3日曜日
場所 大安武道館西側(旧学童石樽)
(大安町石樽南 335)
メールアドレス
shokudo1490@gmail.com



地域食堂かたひ

日程 奇数月に1回開催
場所 片樋会館
(大安町片樋 1018-10)
電話 090-3553-8291 (伊藤)



かさまっこ食堂

日程 偶数月に1回開催
場所 南金井集落センター
(大安町南金井 2256)
電話 090-9124-4169 (岡本)



活用してほしい食材や備品はありませんか？

各団体では、食材や備品などの寄付を受け入れています。こども食堂は、個人や企業からの寄付でも支えられています。



こども食堂は、運営者だけでなく、食材や備品の提供者や企業など、さまざまな人の想いが詰まっています。あなたも地域のこども食堂と一緒に応援してみませんか？

夏の思い出に

盆の山車曳き
8月14日(木)、員弁町東一色で山車曳きがありました。山車曳き実行委員会と自治会が主催し、子ども会や山車保存会などさまざまな団体と協力して開催。山車曳きは午後4時に集落センターを出発し、夜にかけて太鼓や鉦の音を響かせながら地区内を練り歩きました。子どもたちは夏の間に太鼓、鉦、横笛の練習を重ね、山車曳き当日には、元気いっぱいのお囃子を披露して、夏の思い出を作っていました。



1. 地区の人たちで華やかに飾られた山車 2,3. 力いっぱい太鼓や鉦をたたき子どもたち 4. みんなで力を合わせて山車を曳く

つめたくておいし！

園でかき氷パーティー
9月4日(木)、丹生川こども園でプール納めの日の恒例行事となっているかき氷パーティーが行われました。園児たちは、かき氷器の前に、待ちきれない様子で列を作っていました。シロップが3種類用意され、好きな味のシロップを選ぶ子もいれば、「虹色にしてー」と全てのシロップをかけてもらうようお願いしている子も。「青色の部分がおいしい！」「早くおかわりがしたい！」と、とても楽しそうにそれぞれのかき氷を頬張っていました。



1. 早く食べたいな！ 2. すごくおいしいよ！と教えてくれました 3. 友だちと食べるかき氷おいしかったね

支援隊は体力と経験を備えた職員11人で構成されています



山岳救助支援隊発隊式

安全な救助体制を強化
8月8日(金)、桑名市消防本部で「山岳救助支援隊」の発隊式が行われました。同本部では過去10年間に山岳救助が111件発生しています。こうした状況を踏まえ、当支援隊は滑落現場が登山道から離れている場合や日没後の救助などの難易度の高い現場にて、要救助者の早期救出と安全な下山を支援します。今後は、定期的な踏査と訓練を重ね、山岳救助活動を確実に支える専門部隊として活動します。

会場には連日たくさんの人が訪れ大賑わいでした



万博でいなべをPR

美し国彩り三重バザールに出展
大阪・関西万博の関西パビリオン多目的エリアで美し国彩り三重バザールが行われ、チームいなべの茶っぴりんが9月2日(火)から7日(日)まで出展しました。茶っぴりんや市内のお茶商品を紹介・販売し、製造のこだわりや産地の魅力を伝えました。会場では担当者が質問に答えながら食べ方や楽しみ方も紹介し、市内産茶葉の香りや味わいを伝えました。幅広い層に向けていなべの特産品を知ってもらう機会となりました。

今回の作品は文字の配置と流れを意識し「やさしさ」を表現しました



硬筆作品で最高賞

大安町出身の大学3年生が快挙
8月26日(火)、大安町出身の瀬木ゆずさんが市長を訪問しました。瀬木さんは、第41回高円宮杯日本武道館書写道大展示会の硬筆の部において、最高賞の「日本武道館大賞」を受賞しました。小学2年生の時から鈴木書写道学院に通う瀬木さんは「県外の大学に進学し直接指導を受けられず自信なかったので、先生から受賞の知らせを聞いたときはうれしくて泣きました。今後は毛筆の部でも頑張りたい」と話してくれました。

東海大会では藤田仁さんが55kg級2位、前田菜智さんが52kg級3位でした



全国・東海大会に出場

大安中学校柔道部7人が挑戦
8月4日(月)、第72回三重県中学校柔道大会で優秀な成績を収めた大安中学校の生徒たちが市長を訪問しました。市長から次の大会への意気込みを聞かれた生徒たちは、「最後の大会なので諦めずに一生懸命に戦いたい」「今もっている力を十分に発揮していきたい」と話しました。その後の第47回東海中学校総合体育大会柔道大会(愛知県)、第56回全国中学校柔道大会(福岡県)では、それぞれの生徒が健闘しました。

PICK UP! ピックアップのコーナー

『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。

いなべ市商工まつり 2025

ステージイベントでは、大道芸や人気キャラクターショーのほか、餅なげやいなべ総合学園高等学校吹奏楽部による演奏などが披露されます。また、会場には、子どもたちにも人気がある出店ブースや各種体験型ブースが立ち並び、イベントのフィナーレを飾る迫力満点の打ち上げ花火もありますので、ぜひ最後までお楽しみください。

●開催日時 11月15日(土) 10:00～17:30

●場所 員弁運動公園駐車場



●注意事項 駐車可能台数に限りがあるため、家族や友人と乗り合わせで来場してください。

☎ いなべ市商工会 ☎ 72-3131

北勢線謎解き旅 2025

三岐鉄道北勢線の駅や周辺スポットを巡り、謎を解く「北勢線謎解き旅 2025 花咲くレールと希望の種」を開催します。

北勢線で旅をして、謎を解き明かしてみませんか？

●開催期間 10月4日(土)～令和8年2月23日(月・祝)

●参加料金 大人1,200円 小学生以下600円

※北勢線一日乗車券がつきます。(購入当日に限り有効)

●販売場所 三岐鉄道北勢線「西桑名駅」窓口

●所要時間目安 4時間程度(個人差があります)

●難易度の目安 中学生以上程度

●遊び方 ①北勢線「西桑名駅」で謎解きキットを購入する。
②キットの指示に従い、謎を解く。



謎解き特設ページ



●注意事項

・謎解きで遊ぶにはLINEの友達登録が必要です。
・冬場のため日没時間に注意してください。

☎ 北勢線事業運営協議会 事務局 北勢線対策室

☎ 24-1247 (平日9:00～16:30)

指導員募集中！ いなべ市地域クラブ活動モデル事業

現在、11種目で指導員を募集しています。

●募集対象

①中学生のスポーツ・音楽活動の技術指導をしていただける人
②技術指導はできないが、安全確保のために、活動の見守りをしていただける人

関心のある人は、市ホームページを確認いただき、ぜひ検討してください！



●実施予定種目

バレーボール・卓球・柔道・陸上競技・バスケットボール・ハンドボール・ソフトボール女子・軟式野球・ソフトテニス・剣道・吹奏楽

☎ 学校教育課 ☎ 86-7844

☎ 学校教育課学校教育支援グループ ☎ 78-3528

令和8年 ☎ 生涯学習課 ☎ 86-7846

いなべ市二十歳のつどい

●内容 二十歳の記念式典

●開催日 令和8年1月10日(土)

●会場・時間

【大安会場】大安公民館 10:00 (9:30受け付け)

【員弁会場】員弁コミュニティプラザ 10:30 (10:00受け付け)

【北勢会場】北勢市民会館 11:00 (10:30受け付け)

【藤原会場】藤原文化センター 11:30 (11:00受け付け)

●対象者 平成17年4月2日から
平成18年4月1日までの生まれの人



●備考 案内状は、10月1日時点で市内に住所登録がある人へ、12月ごろに送付します。案内状を持っていない人でも自由に参加可能。確認のため、身分証明書の提示が必要な場合があります。引っ越しなどで送付対象にならない人で、案内状の送付を希望する場合は、申し込みフォームから申し込んでください。



里親制度を知っていますか？

県内には、保護者の病気や養育困難など、さまざまな事情で自分の家庭で暮らすことができない子どもたちがいます。こうした子どもたちを家庭に迎え入れ、寄り添いながら一緒に生活をしていく人が「里親」です。里親制度は、子どもたちが安心して暮らせるよう、地域の皆さんに知っていてほしい制度です。 ☎ 家庭児童相談室 ☎ 86-7822



「里親」には種類があります

●養育里親 保護者と生活できるようになるまで、または自立して生活できるようになるまで(原則として18歳未満)養育する里親です。養育期間は、1カ月未満から数年間までさまざまです。

●養子縁組里親 養子縁組によって養親となることを希望する里親です。養子縁組が成立するまでは、里親として養育します。

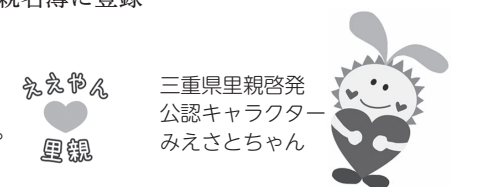
●親族里親 保護者の死亡、行方不明などにより、子どもを養育できなくなった場合に、子どもの扶養義務者である親族(祖父母など)が子どもを養育する里親です。
※この他に「専門里親」があります。

里親登録までの流れ

- 1 面談
フォスティング機関(里親養育包括支援機関)職員・里親支援専門相談員・児童相談所職員による制度説明
- 2 研修
基礎研修および登録前研修(3日間または4日間)を受講
- 3 家庭訪問調査
家族構成、住居の状況など家庭状況の確認
里親認定申請書の提出
- 4 施設実習
県内の乳児院または児童養護施設での実習(2日間)
- 5 審査・登録
三重県社会福祉審議会での審査を経て、知事が里親として認定し、里親名簿に登録

もっと知ってください、里親のこと

北勢児童相談所管内では、「児童家庭支援センターまお(ええやん♡里親)」が、フォスティング機関として、啓発イベントや里親説明会、里親座談会を開催します。事前申し込みが必要で、参加費は無料です。



ええやん♡里親 鈴木 聡さん講演会

●日時 11月9日(日) 13:30～15:30

●場所 三浜文化会館(四日市市海山道町1-1532-1)

☎ 申込先 児童家庭支援センターまお(ええやん♡里親)

☎ 059-327-7700

ええやん里親

検索

☎ 三重県子ども・福祉部児童相談支援課

☎ 059-224-2760

三重県 里親制度

検索

令和 8 年度から適用される税制改正

令和 8 年度に係る個人住民税から適用される主な改正点は次のとおりです。

☎ 市民税課 ☎ 86-7794

●給与所得控除の見直し

給与収入金額が190万円以下の人について給与所得控除の最低保証額が最大10万円引き上げられます。

給与収入	控除額 改正前	控除額 改正後	差額
162.5 万円以下	55 万円	65 万円	10 万円
162.5 万円超 180 万円以下	給与収入× 40%－ 10 万円	65 万円	3 ～ 10 万円
180 万円超 190 万円以下	給与収入× 30%＋ 8 万円	65 万円	0 ～ 3 万円
190 万円超 360 万円以下	給与収入× 30%＋ 8 万円	変更無し	0 円

●同一生計配偶者および扶養親族の合計所得に係る要件などの引き上げ

各種扶養控除等に係る合計所得金額の所得要件が以下のとおり 10 万円引き上げられます。

所得要件	改正前	改正後
同一生計配偶者および扶養親族の合計所得金額	48 万円以下	58 万円以下
ひとり親が有する生計を一にする子の総所得金額等	48 万円以下	58 万円以下
雑損控除の適用を認められる親族に係る総所得金額等	48 万円以下	58 万円以下
勤労学生の合計所得金額	75 万円以下	85 万円以下
家内労働者の特例における必要経費に算入する金額の最低保証額	55 万円	65 万円

●大学生年代の子等に関する特別控除(特定親族特別控除)の創設

19 歳以上 23 歳未満の人で、合計所得金額が 58 万円(改正後の所得要件)を超え、特定扶養控除を適用できない人についても段階的に控除を受けられるようになります。

親族等の合計所得金額	所得税の控除額	住民税の控除額
58 万円超 85 万円以下	63 万円	45 万円
85 万円超 90 万円以下	61 万円	45 万円
90 万円超 95 万円以下	51 万円	45 万円
95 万円超 100 万円以下	41 万円	41 万円
100 万円超 105 万円以下	31 万円	31 万円
105 万円超 110 万円以下	21 万円	21 万円
110 万円超 115 万円以下	11 万円	11 万円
115 万円超 120 万円以下	6 万円	6 万円
120 万円超 123 万円以下	3 万円	3 万円

たとえば、この改正によって、給与収入のみで扶養親族がいない人であれば給与収入 123 万円までが扶養控除の対象となり、103 万円までは住民税が非課税となります。

	改正前	改正後
被扶養親族基準	(合計所得金額 48 万円以下) 給与収入 103 万円以下	(合計所得金額 58 万円以下) 給与収入 123 万円以下

※住民税の非課税基準は変更されていません。

水道メーター交換のお知らせ



☎ 水道工務課
☎ 72-2724

水道メーターの交換を行います。ご協力をお願いします。

- 日程 11 月 4 日(火) ～ 18 日(火)
- 費用 無料。ただし、交換時に宅内側で漏水が発見された場合の修繕工事は、使用者の負担になります。

《指定業者が交換します》

市が発行した証明書を携帯していますので、不審に思われた場合は提示を求めるか、水道工務課へ連絡してください。

一時的に断水となるため、断りを入れてから作業に入ります。留守の場合でも、作業に支障がなければ実施します。

【対象地区】

- 北勢町 麻生田、其原、大辻新田
- 員弁町 笠田新田、御園、石仏、市之原、坂東新田
- 大安町 石樽南、石樽東、石樽下
- 藤原町 西野尻、大貝戸

※すべての家が対象ではありません。

※対象地区以外でも一部交換の予定があります。

ソウインコンポ無償配布

☎ 環境政策課
☎ 86-7812

- 配布日時 11 月 20 日(木) 9：00 ～ 10：00
- 配布場所 北勢庁舎前駐車場
- 配 布 数 1 人につき 2 袋(先着 150 人)

《配布条件》

- ①いなべ市民で、家庭菜園などで肥料を使用する人
- ②転売をしないこと

※詳細は市ホームページ
で確認してください。

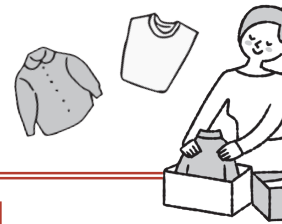


「ソウインコンポ」とは？ 市内で発生した「し尿」や「浄化槽汚泥」は、桑名広域環境管理センターで衛生的に処理されています。この処理過程で発生した余剰汚泥を脱水・乾燥させて生産している普通肥料が、「ソウインコンポ」です。

桑名広域環境管理センターとは？ 桑名広域環境管理センターは、いなべ市・桑名市・木曽岬町・東員町から発生して持ち込まれた「し尿」や「浄化槽汚泥」を処理している施設です。周辺環境への負担軽減や資源循環型の施設として貢献しています。

衣料回収にご協力を

今年度の第 25 回をもって終了です。これまでのご協力、心から感謝申し上げます。



☎ 商工観光課
☎ 86-7833

(株)デンソー大安製作所と三岐通運(株)、市が協力して衣料回収を行います。寄贈いただいた衣料は、日本救援衣料センターを通じて、アジア・アフリカなどの衣料困窮者に送ります。タンスやクローゼットの中に眠っている、まだ着ることができる衣類が、人々の心の中で生きる勇気になります。あたたかい支援と協力をお願いします。

事前回収

- 日時 11 月 2 日(日)、3 日(月・祝) 10：00 ～ 16：00
- 場所 いなべ市役所行政棟前

衣料回収当日

- 日時 11 月 8 日(土) 9：00 ～ 11：30
- 場所 (株)デンソー大安製作所 健保体育館

11 月 8 日(土) のみ、羽毛ふとん・ダウンジャケット・ランドセル(別途送料が必要)の回収を行います。

【取り扱い対象】

新品 下着、靴下、パジャマ、タオル、タオルケット、シーツ
洗濯済み 毛布、ズボン、ジーンズ、T シャツ、ポロシャツ、ワイシャツ、トレーナー、セーター、ブラウス、カーディガン、ジャンパー、コート、子ども服(身長 80cm 以上の上下分かれたもの)

【取り扱わない物】

スーツジャケット、ブレザージャケット、スカート、ワンピース、和服、ベビー服、ベビー用品、ふとん、靴、カバン、雑貨、文具、食品、小物類(ネクタイ、ベルト、帽子、手袋、マフラーなど)

※着ることができないような衣料は取り扱い対象外です。

《お願い》

- ・海外輸送費への寄附金にご協力をお願いします。
- ・ダンボール箱や袋に詰めて持参してください。



暮らしの情報

催し

藤原岳自然科学館
屋根のない学校
10・11月の教室

≪藤原岳自然科学館≫

【秋の動植物をたずねて】

屋根のない学校で散策し、秋の自然を観察します。

- 日時 10月17日(金)
9:30～12:00
- 場所 屋根のない学校
- 参加費 小学生以上1人100円
- 定員 40人

【ふるさとの森の自然観察】

ふるさとの森の紅葉を中心に、木の実や野鳥、昆虫などを観察します。

- 日時 11月15日(土)
9:30～12:00
- 場所 藤原文化センター
- 参加費 小学生以上1人100円
- 定員 40人

≪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)
- 参加費 無料
- 対象者 小学生(保護者の同伴が必要)

【びっくり生きものアラカルト】

ドングリを集めてみよう。

- 日時 11月1日(土)
9:00～11:00
- 定員 10組(1組3人まで)

【“みなっち”と空と森のあそび時間】

冬の始まり。自然の中で思いっきり遊ぼう。

- 日時 11月1日(土)
13:30～15:30
- 定員 10組(1組3人まで)

≪共通事項≫

- 申込方法 市ホームページ

問 自然学習室 T 46-8488



市民カフェ (無料)



毎月1日に開催する市民のための交流カフェです。11月は、映画「バベルの学校(89分／2013年)」を観て、感想を共有しましょう。鑑賞だけの参加もOKです。

- 日時 11月1日(土)
10:00～12:00
- 場所 員弁庁舎会議室
- 定員 20人
- 申込方法 電話または申し込みフォーム

問 いなべ市市民活動センター
T 74-5806



第14回いなべの里 新そば祭り



手打ちそばを食べ比べできるそば祭り。物産コーナーもあります。

- 日時 11月23日(日) 9:00～
※そばがなくなり次第終了
- 場所 市役所庁舎前駐車場

問 獣害対策課 T 86-7832

いなべ市史編さん事業 講座&講演会(無料)

≪古文書入門講座≫

【いなべの古文書から分かること：くずし字読解入門講座】

いなべに係る古文書を題材にお話する古文書入門講座です。実際に古文書にふれながら、くずし字の読解にチャレンジしてみませんか？

- 日時 10月26日(日)
14:00～15:30
- 場所 大安公民館
- 講師 塚本明さん(三重大学人文学部教授)

≪市史編さん事業講演会≫

第1回【いま、市史をまとめることの意義】

- 日時 11月30日(日)

- 10:30～12:00
 - 場所 シビックコア棟
 - 講師 岩崎恭典さん(四日市大学前学長)
- 第2回【三方領知替えと桑名藩農政】
- 日時 12月21日(日)
13:30～15:00
 - 場所 シビックコア棟
 - 講師 藤谷彰さん(元三重県史編さん職員)

≪共通事項≫

- 対象者 どなたでも(市内市外不問)
- 申込方法 窓口、申し込みフォーム
- 受付日 10月7日(火) 9:00～

問 生涯学習課 T 86-7846



郷土資料館工作体験 肥後守(ひごのかみ)で遊んで みませんか！

昭和の子どもたちのように、昔の道具で竹とんぼをつくります。刃物に対してなじみのない子どもたちにも鉛筆を手で削るところから始めます。

- 日時 11月9日(日)
9:00～11:00
- 場所 いなべ市郷土資料館
- 定員 6組(合計15人程度)
- 参加費 300円
- 申込期間 10月8日(水) 9:00～
- 申込方法(先着順)

郷土資料館窓口、市ホームページ

問 生涯学習課 T 86-7846



第18回いなべ市自治会対抗 ゴルフ大会

- 日時 11月10日(月)
 - 場所 六石ゴルフ倶楽部
 - 定員 60組(240人)
 - 対象者
- 【自治会対抗の部】市内に在住するアマチュアゴルファー(同一自治会で3～8人)。ただし、参加自治会数により、人数制限をする場合あり。(学生は対象外)
- 【市民ゴルフの部】自治会対抗の部参

加者全員が対象です。

- 参加費 10,930円(税込)
- 競技

【自治会対抗の部】

スクラッチ(前半9ホールストロークプレイ上位3名のスコア)

【市民ゴルフの部】

(スクラッチ)(ダブルペリア)

- 申込方法 申込書を持参またはFAXしてください。申込書は市スポーツ協会事務局で配布しています。

●申込期間

10月7日(火)～10月15日(水)
問 申込先 NPO法人いなべ市スポーツ協会事務局(〒511-0202 員弁町楚原936)
T 74-5028 F 74-3856



柔道！ 一日体験(無料)



日常では経験する機会が少ない「柔道」を楽しく体験してみよう！

- 日時 10月26日(日)

- 10:00～11:30
(受け付け9:30～)

- 場所 大安武道館
 - 定員 30人(先着順)
 - 対象者 市内の保育園児、小学生
 - 持ち物 水筒、タオル
 - 服装 動きやすい服装
 - 申込方法 申込書を持参、電話またはFAX。申込書は市スポーツ協会事務局で配布しています。
 - 申込期限 10月20日(月)
- 問 申込先 NPO法人いなべ市スポーツ協会事務局(〒511-0202 員弁町楚原936)
T 74-5028 F 74-3856

相談

行政書士による 無料相談会

相続、遺言書、後見制度、契約書作成に関する相談、農地転用、建設業などの許認可に関する相談会です。

- 日時 10月13日(月・祝)
14:00～16:00

- 場所 シビックコア棟2階
- 問 三重県行政書士会 桑員支部
T 090-1721-4228 (中村)

健康

MR(麻しん・風しん)
ワクチンを接種しましょう

麻しんは感染力が非常に強いと言われています。予防にはワクチン接種が有効です。まだ接種が済んでいない人は、期限までに受けましょう。

≪令和7年度対象者≫

- MR第1期 1～2歳未満の子
 - MR第2期
- 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの子

※発熱(37.5度以上)など、体調不良の場合は日を改めましょう。

問 母子保健課 T 86-7770



めざまし いなべ通

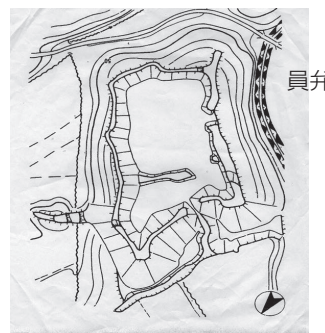
いなべ
検定入門
201

貴重なものがたくさん

いなべの文化財

8

執筆：ふるさといなべ市の語り部の会



員弁川

金井城(城郭図)

ほぼ当時の原型をとどめ、整備されています。

問 ふるさといなべ市の語り部の会
伊藤忠 T 090-3583-2827

10月 臓器移植普及推進月間

臓器移植は、臓器の機能が著しく低下し、移植によってのみ、回復が見込まれる人に対して行う医療です。臓器の提供者はもとより、広く社会に理解と支援があって成り立ちます。

臓器移植が広がっていくためには、一人一人が臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示をしておくことが大切です。運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードの意思表示欄で意思表示が可能です。ぜひご自分の意思を記入しておきましょう。

問 (公財)三重県角膜・腎臓バンク協会
T 059-224-2333

(平日 8:30～17:15)

ふるさと納税で いなべ市に医師を



平成31年度から皆さんの心温まる支援を受け、名古屋市立大学と提

携し、いなべ総合病院での「寄附講座」の開設が実現しました。

寄附講座開設による効果

○最新鋭手術ロボット「ダ・ヴィンチ」の導入

○女性泌尿器科の開設

○漢方外来の開設

他にも内視鏡治療の充実、救急体制の回復など確実に医療体制が改善しつつあります。

●寄附申込方法

①ふるさと納税ポータルサイト「さとふる」による申し込み

クレジットカード決済、携帯電話料金とセット支払いのキャリア決済、コンビニ決済、Pay-easy 決済から選択できます。

②寄附申込書による申し込み

金融機関、郵便局または市役所での納付、現金書留による納付から選択できます。寄附申込書による寄附を希望する場合は、健康推進課へ連絡してください。

※12月10日(水)以降は、寄附申込書による寄附は受け付けできません。

●寄附金額 1回の申し込みで5,000円から寄附できます。

●寄附募集期限 12月29日(月)

問 健康推進課 T 86-7824

その他

自動車起終点調査の 協力をお願い

国土交通省では、全国一斉に「令和7年度全国道路・街路交通情勢調査自動車起終点調査」を、9月から11月にかけて実施しています。この調査は、道路交通の実態を把握し、道路の計画、建設、管理などについての基礎資料を得るために行うものです。

●対象者

無作為に抽出した県内の世帯

●調査の流れ

対象の車両を保有する世帯に、調査票を郵送いたします。回答方法は、インターネットによる回答と、調査票による回答の2つから選択できます。

●調査実施主体

国土交通省 中部地方整備局 三重河川国道事務所

問 サポートセンター

T 0120-186-312

(月～土 9:00～18:00)※祝日除く

宝くじの助成金で 整備しました

令和7年度コミュニティ助成事業(宝くじ助成)の採択を受け、以下の自治会の備品を整備しました。この助成事業は、宝くじの普及・広報を図ることを目的として、一般財団法人自治総合センターが行っているものです。

【大字下相場区(下相場集落センター)】



エアコン2台(大広間、和室)、インクジェット複合機1台、ノートパソコン2台、プロジェクター1台、スクリーン1枚、折りたたみテーブル20台、折りたたみイス30脚、保管庫2基、物置1基

【平古自治会(平古集会所)】



エアコン4台、音響設備一式、ノートパソコン1台、インクジェット複合機1台、スツール40脚

問 総務課 T 86-7745

マイナ救急が 始まります

マイナ救急とは、救急隊員が傷病者のマイナ保険証(健康保険証として利用登録したマイナンバーカード)を活用し、傷病者の医療情報などを閲覧する仕組みです。なお、個人情報保護は救急業務の目的に限り利用します。

●期限 令和8年3月31日まで(予定)

●実施主体 消防庁・全国の消防本部

●効果

・傷病者の説明負担が軽くなります

・正確な医療情報が伝わります
・円滑な救急搬送につながります

●流れ

マイナ保険証を提示 → 救急隊が情報を確認 → 医療機関へ引き継ぎ

※詳細はホームページを参考

問 桑名市消防本部消防救急課

T 86-7487



Jアラート一斉訓練および 緊急地震速報訓練

《Jアラート一斉訓練》

全国一斉情報伝達試験が行われます。

●日時 11月12日(水) 11:00

●予備日 12月3日(水) 11:00

※都合により中止する場合があります。

《緊急地震速報訓練》

●日時 11月5日(水) 10:00～

※消防庁と気象庁による全国的な速報訓練です。いなべ市実施の防災ラジオ定期試験放送ではありません。

問 防災課 T 86-7746



人生100年時代

げんき通信

第18回

問 健康推進課 T 86-7824

強い骨づくりは早いうちから！

～いなべ市 骨コツ！チャレンジ～

市では、9月、10月を骨粗鬆症予防月間として取り組みを進めています。

【骨粗鬆症ってなに？】

骨量(骨密度)が減り、全身の骨がスカスカになりもろくなって骨折しやすくなる病気です。

骨折は、要介護の原因になります。骨密度(骨量)は、**20歳代でピークを迎え40歳ごろから低下し始めます**。この低下をいかに抑えるかが、この先もずっと元気で過ごすための鍵になります。

【骨粗鬆症はなぜ起こるの？】

- ①偏食などによるカルシウム不足
- ②高齢になるにつれ消化・吸収力が低下
- ③女性ホルモンの減少(更年期)



【骨粗鬆症予防の三大原則～食事・運動・日光浴～】

①カルシウムの多い食品を摂ろう～1日700mg以上が目安～

牛乳、乳製品は、カルシウムが豊富で吸収率も高いので、毎日摂りましょう。

②カルシウムの吸収率を良くするビタミンDも合わせて摂るように

魚介類や海藻類、きのこ類に含まれるビタミンDは、カルシウムの吸収を高めます。ビタミンDは、日光浴により皮膚でも合成されます。日光浴は30分程度、手や腕だけ、日陰や木陰、室内の窓際でも大丈夫です。

③ウォーキングなどの適度な運動をしよう

適度な運動によって、骨に負荷や刺激を与えると、骨は丈夫になります。



若いうちから意識して、毎日コツコツ骨の貯金をしていきましょう！



BOOK NOW

オススメ情報満載 図書館通信

図書館まつり～おやこブックフェスティバル～

●日時 10月26日(日) 10:15～13:30

●場所 デンソー大安製作所 陸上グラウンド(雨天：体育館)

●内容

・大型絵本の読み聞かせ(雨天中止)

①10:30～11:00、②12:00～12:30

・ブックスタート体験会

①11:00～11:45、②12:45～13:30

・電子図書館体験会

・絵本の展示

図書館からおすすめのテーマ5つを展示します。

特別なニーズに対応する「りんごの棚」も！お楽しみに♪



※電子図書館の利用には、図書館利用者カードの登録が必要です。



◀電子図書館



◀利用者カード
申し込み



今年の図書館まつりは、(株)デンソー大安製作所主催イベント「One 大安ハッピーレクリエーション」会場での開催です。



各種無料相談

相談	日時	場所	問い合わせ
行政相談	10月 9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 問 総務省三重行政監視行政相談センター T 059-227-6661
	10月 16日(木) 13：00～15：00	藤原文化センター	
	12月 4日(木) 13：00～15：00	大安公民館	
行政苦情 110 番	平日 9：00～16：45		T 0570-090-110 ※土日祝、時間外は留守番電話
人権相談	10月 15日(水) 13：00～16：00	員弁コミュニティプラザ	人権擁護委員が相談に応じます。 問 人権福祉課 T 86-7815
	11月 12日(水) 13：00～16：00	大安公民館	
LGBT 電話相談	10月 15日(水) 11：00～16：00		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
	11月 19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 問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
	平日 9：00～17：00	いなべ暮らしの保健室	
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 問 医療相談室(地域包括支所) T 72-2000 問 地域連携室(地域包括支所) T 72-6143
	平日 8：30～17：00	いなべ総合病院内	
	平日 8：30～17：00 第 1・3 土曜日 8：30～12：00	日下病院内	
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	10月 15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	アジサイ	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	10月 17日(金) 10：00～12：00	ほくせい保健室	スマートフォンに関することについて、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
	10月 17日(金) 13：30～15：30	だいあん保健室	
	10月 24日(金) 10：00～12：00	ふじわら保健室	
	10月 24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/>

イベント情報

イベントカレンダー▶  GCI▶ 

●令和 7 年度いなべ市民祭展示発表会

10月 11日(土)～13日(月・祝)
9：30～16：30、北勢市民会館

●「愛、そして絆」のメシェレ映画館 2025

10月 11日(土) 13：00～、大安公民館

今月の表紙 かさまっこ食堂にて。夏祭りで食べる屋台の料理は最高にいいね！

期限内納付のお願い

≪ 10 月の納付 ≫

○市・県民税 第 3 期

○国民健康保険税 第 4 期

○後期高齢者医療保険料 第 4 期

○介護保険料 第 4 期

●納期限(口座振替日) 10月31日(金)

【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。

○残高不足などで口座振替日に振替ができなかった場合は、**11月 19日(水)に口座≪再≫振替を行います。**※後期高齢者医療保険料および介護保険料を除きます。

【現金納付(納付書)の人へ】

○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を利用した電子決済が可能です。納入済

通知書のバーコードを読み取り、支払い処理をしてください。領収証書は発行されません。納付状況はアプリで確認してください。対応可能なアプリはPayPay、PayB、FamiPay 請求書支払いです。※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可能です。

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

いなべ市議会議員選挙



●告示日 11月9日(日)

●選挙期日 11月16日(日)

●投票時間 7：00～20：00

①候補者数が定数を超えない場合は無投票となり、投票は行いません。

②詳細については、市ホーム  ページを確認してください。

問 選挙管理委員会事務局(総務課内) **T** 86-7745

マイナンバーカード 日曜窓口(完全予約制)

●日時 10月26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 10月24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** 0120-95-0178



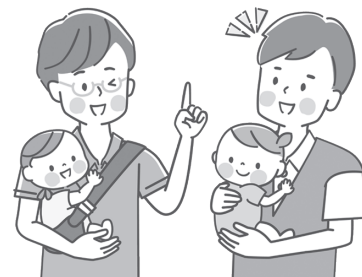
PARENTING INFORMATION 母子保健課 86-7770

子育てインフォメーション

育児相談(オンライン相談もあります)

申し込み不要で、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、気軽に来てください。

- 日程 11月 5日(水) 北勢町在住
11月 12日(水) 藤原町在住
11月 19日(水) 大安町在住
11月 26日(水) 員弁町在住
- 時間 9：30～11：00
- 場所 保健センター棟
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル



対象者には
個別通知
します

- 【妊 娠 8 か 月 教 室】 11月 14日(金) 9：30～ 9：45 妊娠 8 カ月ごろの妊婦とその家族
11月 28日(金) 9：30～ 9：45 妊娠 8 カ月ごろの妊婦とその家族
- 【2 歳 児 歯 科 教 室】 11月 20日(木) 9：15～ 9：30 R5.10.1～R5.11.30 生
- 【3 歳 6 か 月 児 健 康 診 査】 11月 13日(木) 13：15～14：00 R4.4.3～5.4 生 および 前回欠席者

場所
保健センター棟

緊急
相談

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
診療

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

食べるのは大好きですが、作るのが下手な自分。こども食堂の取材中に、おいしい料理のレシピをこそっと教わったので、妻をうならせるご馳走を作れるように修行します(岡)
々と編集後記を書こうとしたものの、今月はあまり取材に出られておらず…。職員の中には、万博で茶っぶりんを連日売りさばいた猛者もいるというのに。来月は頑張ろう！(日)

インフルエンザ予防接種 新型コロナワクチン予防接種



問 健康推進課
TEL 86-7824

《インフルエンザ予防接種》 自己負担金 1,600 円

インフルエンザ予防接種を受けることで、インフルエンザの発病予防や発病後の重症化予防に一定の効果があると言われています。接種を希望する人は、早めに接種しましょう。

《新型コロナワクチン予防接種》 自己負担金 4,700 円

新型コロナウイルス感染症は変異を繰り返しており、すでに感染したことがある人や新型コロナウイルスワクチンを接種した人でも新しい変異株に再感染する可能性があります。特に、高齢者や基礎疾患をもつ人などは、重症化するリスクが高まります。ワクチン接種は重症化予防に一定の効果があると言われています。対象の人は、感染対策の一つとして、流行株に対応したワクチンの接種を検討してください。

※注意事項

新型コロナワクチン接種は強制ではありません。接種を受ける人は、予防接種による発症予防および重症化予防に期待される効果と副反応のリスクの双方について理解した上で、自らの意思で接種するかを判断してください。

なお、定期接種以外で接種を希望する人は、任意接種として、全額自己負担で接種を受けていただくことになります。

《共通事項》

●対象者 市内に住所があり、接種当日に次のいずれかに該当する人

①接種当日に 65 歳以上の人

② 60 歳以上 65 歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいがある人、およびヒト免疫不全ウイルスによる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がある人

※対象者のうち生活保護受給者は接種費用無料

●接種期間・回数

令和 8 年 1 月 31 日(土)まで、1 人 1 回。

●接種医療機関 県内医療機関

※県外で接種する場合は全額自己負担。

●申込方法 医療機関によっては、予約が必要な場合があります。まずは医療機関に問い合わせてください。医療機関にて予診票の交付を受け、必要事項を記入して申し込んでください。

アンケートに答えてプレゼントをゲット

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。今回に限り、当選者に賞品を直接発送します。

■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などに関するご意見を教えてください。③こども食堂を応援したくなりましたか？

■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 10 月 23 日(木)



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▶



読者の声

●いなべエフエムの「災害に強いラジオ局」災害発生時には情報収集ができなくなる中で、いなべ市として情報発信ツールと捉えているところが良かった。(40 代)

●ラジオが好きなので、ラジオ特集はうれしかったです。(10 代)

●表紙がよかった！(30 代)

●「両ヶ池でカヌー体験」近くに住んでいながら催しのことは知らなかったので残念でしたが、若い人の元気な姿が見られてよかったです。(60 代)

今月のプレゼント 4 人



おふろ café あげき温泉 の 入浴券

お店から：肌触りが柔らかく、赤ちゃんから高齢者まで年代問わず楽しめるアルカリ性天然温泉。入浴後もゆっくり過ごせるラウンジ、挽きたてコーヒーなどが楽しめます。

店 名 おふろ café あげき温泉

温泉営業時間 10:00 ~ 21:00 (最終受け付け 20:30)

定休日 不定休

住 所 北勢町阿下喜 788

電 話 82-1126

