

いなべ市情報誌

# リンク

きずな・輪・つながり

# 12

2025  
vol.265



## このまちで、はじめました。

一歩踏み出した人の創業ストーリー

P8 元気いっぱい笑顔いっぱい運動会 P11 いなべるプレゼントキャンペーン P14 いなべ市民表彰受章者





**いなべ菓子店 八舎**

**宇野 尚之さん**  
 高校卒業後、赤福に入社。赤福を退社後、会社員を経て、2021年に古民家で八舎を開店。今年、にぎわいの森に移転



## 一歩踏み出した人の創業ストーリー

# このまちで、はじめました。

いなべ市は、創業支援等事業計画を策定し、いなべ市商工会などと連携して、創業に向けた支援を行っています。しかし、創業はハードルが高く、自分には縁遠いものと考えている人も多いのではないのでしょうか。そこで今月号では、実際に創業した人の体験談などを紹介します。



いなべ市商工会  
事務局長  
伊藤 章子さん

## 思いの実現をサポート

創業を考えている人は、「地域のために何かしたい」との思いが強いです。その創業に向けた思いの実現に、幅広い分野でお手伝いをしています。

創業に対して収入面での不安が大きい場合は、副業から始めることをお勧めします。3年くらい副業で取り掛かることで、その間に知識や自信を蓄えることができます。最終的に本業と副業の比重を逆転させていくといいのではないでしょ

うか。副業も立派な創業と言えます。

「いなべ市は創業をしやすい」との声を聞きます。まち全体に創業に理解があるのでは。創業者が増えると、まちが元気になっていきます。

創業を考えている人は、一度、気軽にいなべ市商工会へ相談に来てください。ここで相談やアドバイスをを行い、必要に応じて専門家につなぐこともできます。ぜひ思っていることをお聞かせください。

## 「いなべと言えば八舎」を目指して

**創業のきっかけは？** 高校卒業後、株式会社「赤福」に入社し、入社と同時に社員として製菓学校に入校。赤福に匹敵する新商品開発プロジェクトの1期生として、開発に没頭する日々を送っていましたが、25歳で退職。

その後、全く違う業界で10年以上、サラリーマンとして働いていました。その間も、趣味で和菓子作りは続けていました。ある時、かりんとう饅頭を食べて「すごくおいしい!」と驚いて、家で試作を繰り返すように。それが今の八舎の商品につながっています。

結婚し、子育てする中で、人も優しく自然豊かないなべ市に惹かれるように。2017年に家族でいなべ市に移住。年末に妻の実家へ帰省する際に、「いなべの手土産がない」ことに気が付きました。自分たちで名物を作りたいな、と思ったのが創業のきっかけです。いなべ市に来てなかったら、今の八舎は生まれていなかったかも。

**創業の準備はどうしましたか？** 37歳のとき、副業として始めました。平日はサラリーマン、早朝や休日に庭の小屋で作ったかりんとう饅頭をマルシェで販売するという生活を2年半し

ていました。でも、コロナでイベントの急な中止が相次ぐ事態に。「ロスをどうしよう」と悩む中、店舗の開業を考えるように。そんな中、古民家物件との出会いが重なって、2021年に脱サラして「八舎」をオープンしました。

**創業時の心境は？** 2年半の副業の期間があったので、大きな不安はなかったです。伝統と洋の要素を融合させた新商品「どら焼き」が試作の末に生まれたことで、自信を持ってオープンを迎えることができました。

古民家の店舗では、真夏の厨房は45度を超えることもあり、小さな設備での製造に苦労していました。にぎわいの森に出店の一般募集がかかることを知り、応募を決意。移転に必要な資料は、いなべ市商工会の担当の人と一緒に作りました。資料作成では、八舎の魅力や将来像を一緒に整理したことで、今後の経営の方向性が明確になり、助かりました。

**今後の展望は？** 和菓子は生活必需品ではないけど、心を満たす特別な存在だと思います。地域に愛される和菓子屋を続け、「いなべと言えば八舎」と言われるような存在を目指しています。

1. 来店者から「おいしいと聞いて来ました」などの声をもらうとうれしいと話す宇野さん  
 2. 今年8月に移転した店舗  
 3. こだわりのあんこが詰まったどら焼き  
 4. 創業時から夫婦二人三脚で歩んできた

いなべ菓子店 八舎  
 9:00~18:00  
 休 火・水曜日  
 北勢町阿下喜 31  
 050-8888-1433



今月号の読者アンケートのプレゼントは八舎名物の「かりんとう饅頭」です。



応募方法はP13へ



# 小さな一歩から、夢を形に。

創業数年以内の事業者に、創業のきっかけや創業時に困ったこと、当時の心境などを聞きました。思いを実現したそれぞれのストーリーを紹介します。

## MAHALO MUFFIN

水谷 早百合さん

料理好きが高じて創作料理家に。市内で保育士として勤務した後、2022年にマフィン屋を開業

## 今の働き方が楽しい

**創業のきっかけは？** 若いころから創作料理が趣味で、仕事の傍ら料理コンテストに応募していました。次第に「雇われるより、自分でやってみたい」と思うようになり、カフェのオーナーも経験。結婚を機に、いなべ市に来てからは、市内で保育士として働いていました。子どもたちの成長を見るうちに、「自分も取り残されないように何かチャレンジしたい」と、創業の思いが強くなっていったんです。市内にマフィン屋が無いことに気付き、各地を巡って味を研究し、酵母を使ったしっとり食感のレシピを生み出しました。創業を決めてから1年半後の55歳のときに、自宅の

一室を使ってお店をオープン。自分の資金で始めたかったので、できるだけ低コストになるように工夫しました。

**創業時に困ったことは？** 一番ネックだったのが会計でした。いなべ市商工会で、申告のやり方を教えてもらえて心強かったです。

**創業時・現在の心境は？** 当初は、「お客さんが来てくれるか」「リピートしてもらえるか」と不安でした。でも、常連さんが増えるにつれ、不安が消えていきました。私のモットーは「やらずに後悔より、やって後悔」。今も不安はありますが、お客さんや仲間との出会いがあり、みんなから元気をもらえる今の働き方は楽しいです。



MAHALO MUFFIN

現在はお店がメイン  
出店情報はこちら▶  
大安町平塚 1004-5

## 福祉タクシーきりん

小坂 和則さん より子さん

鉄道会社などで勤務した和則さんと、20年間、福祉施設で勤務したより子さん。定年退職後に高齢者や障がいのある人などの移動を支援する福祉タクシーを2022年に開業

## 何歳からでも遅くない

**創業のきっかけは？** 和則さん：夫婦共に定年退職を迎えた先、何かしたいな、と思っていました。やるなら、人の役に立てるような仕事にしたいと考えていた時に、近所に福祉タクシーをしている人がいて、話を聞くうちに創業を思い描くようになりました。より子さん：定年が近づいたとき、「定年で仕事を終わるのはもったいない」「まだまだいける！」との思いを持つようになりました。

**創業の準備はどうしましたか？** 和則さん：創業までに二種免許や介護職員初任者研修を取得して、車両の準備などをしました。より子さん：私は定年退職後に、いなべ市商工会の「いなべ創業塾」

に入り、経営を学びました。塾では、自分たちの強みなどを整理できました。準備で一番苦戦したのは、各種申請書の作成です。本当に用語が難しくて…。すぐにいなべ市商工会に分からない点を相談したり、専門家を紹介してもらったりと助けてもらいました。

**創業時・現在の心境は？** より子さん：まだまだ福祉タクシーの認知度が低いと実感しました。車椅子のまま乗車できることや、買い物や外出などにも使ってもらえることを周知していきたいです。和則さん：やりたいと思ったら、何歳からでも遅くないと思います。生きがいにになり、本当にやって良かったと思います。



福祉タクシーきりん

休 日曜日（要相談）  
大安町石樽北山 14-1  
070-1612-0168

## シフォンエイト

中村 美紀さん

幼少期からお菓子作りが趣味。給食センターで調理員として勤務した後、自宅の車庫を改装して2022年に開業

## 創業して「感謝」を強く意識

**創業のきっかけは？** 第一子がまだ幼くて子育てが大変だった時、知人に手作りの米粉のシフォンケーキをもらって食べた時の衝撃が忘れられなかったんです。米粉のフワッとした食感と、手作りの優しさが、すごく心に染み入りました。シフォンケーキを通して、私も誰かの心をフッと軽くしたり、笑顔を広げられたら、と思って創業を決めました。店名の「シフォンエイト」には、小さな幸せが末広がりに広まってほしいとの思いを込めました。

**創業の準備はどうしましたか？** 家族や知人に、本当に協力してもらいました。知らないことが多かった私が創業できたのは、周

りの人のおかげです。創業して、多くの出会いがあり人生の宝物となりました。創業してから、SNSを活用した集客に苦手意識があったんですが、いなべ市商工会の事業者向けの「スマホ写真講座」を受講して、参考になることがたくさんありました。

**子育てしながらの創業への思いは？** 子どもたちに働く姿を見せることで、自分の未来を作る楽しさ、家族や支えてくれる人への感謝、頑張ることへの意味を伝えたいです。子どもたちが少しずつ成長していくように、私自身も「少しずつ前に進んでいる」と実感することが、働くことの原動力となっています。



シフォンエイト

木・土曜日（不定休）  
10:00～16:00  
藤原町西野尻 586



# チャレンジできるまち

## ▶ いなべ市商工会の取り組み



いなべ市商工会  
経営指導員  
原田 匡さん

身近な「何でも相談できる存在」です

地域の「ご用聞き」のように、困ったときに何でも相談できる存在として、創業者を支援しています。事業の目標や達成への計画などをまとめる「事業計画書」は、資金調達の際に必要です。創業希望者には、事業計画を作るための聞き取りをしたり、既に作っている人に対してはアドバイスをしたりします。まずは、気軽に相談に来てください。

### いなべ市商工会の 創業時の支援

- ・創業支援窓口
- ・専門家派遣制度
- ・創業塾（特定創業支援事業）
- ・融資支援

いなべ市商工会  
〒910 北勢町阿下喜 1991  
☎ 72-3131（平日8:30～17:15）

## Q&A

### 創業前にどんな準備を しておくべき？

まずは、自分のやりたいことや強みをしっかりと固めることが大事です。弱みが強みになるので、自分の経験を見直してみてもいいです。実際の相談の中では、お金の相談が一番多いので、必要経費を洗い出しておきましょう。周辺の競合店を調べるなど、地域をよく知ることも大事です。

### 融資や補助金は ありますか？

小規模事業者経営改善資金や小規模事業者持続化補助金などがありますが、それぞれ申請に条件があるので、まずはいなべ市商工会に相談してください。また、審査に時間がかかる補助金や、自己資金が必要な融資もあるので、資金計画はゆとりを持って立てましょう。

### 軌道に乗るのか不安…。 誰に相談すればいい？

いなべ市商工会では、各町に担当者がおり、地域密着型で相談に対応しています。専門的な相談には、専門家派遣制度もあるので、安心してください。また、「いなべ創業塾」を受講すると、創業を目指す同じ志を持った仲間と出会うことができ、横のつながりを作れます。

## いなべ創業塾

創業の進め方を実践的に学ぶために、いなべ市商工会が毎年11月ごろに開催している講座です。

今年度は、11月1日（土）に修了式が行われ、最終日には塾生がビジネスプランを発表しました。



### 塾生のコメント

#### 不安がなくなりました

経営などを学びたくて創業塾に参加しました。畑違いの仕事への挑戦に不安でした。講師の人に分かりやすく教えてもらったので、自分のビジネスプランを完成させることができ、不安がなくなりました。

来年の秋～冬に  
讃岐うどん屋を  
開店予定です！



二之湯 大晃さん

このまちには、新しいチャレンジを応援する人と仕組みがあります。  
創業に向けての一步を踏み出すことを支援する、市や商工会の取り組みを紹介します。

## ▶ いなべ市の取り組み

### 趣味や特技を生かした出店の場

にぎわいの森では、土日および祝日に手作りの雑貨、ワークショップ、地域の素材を生かした飲食物などの出店者が並ぶ「weekendMARKET」を開催しています。この「weekendMARKET」は、市民や市内の事業者が活躍できる場と、まちづくりに気軽に参加してもらえる機会の創出のために始まったもので、随時、出店者を募集しています。

ここで対面販売を経験し、創業のイメージを膨らませることもできます！  
出店要綱はこちらをご覧ください▶



weekendMARKET  
📍 土・日曜日、祝日  
🕒 10:00～16:00  
📍 にぎわいの森  
☎ グリーンクリエイティブいなべ 72-7705

### SDGsの観点でビジネスに取り入れる

「SDGs 未来都市」に選ばれている、いなべ市。SDGs推進のため、事業者向けのセミナーを毎年開催しています。

11月10日（月）、いなべ市役所で「SDGsブラッシュアップセミナー」を開催し、16人が参加しました。手元にある資源を使い、SDGsがかなう新事業を創造・拡大するゲームを体験。体験後、参加者からは「積極的な行動が大切だと気付けた」「社会課題から新規事業を考える視点を身につけた」との声が上がっていました。

商工観光課 ☎ 86-7833



## このまちから、一步を。

「創業」、その一步の裏側には、挑戦する人と支える人の物語が詰まっています。

創業のきっかけは、誰にでも訪れるかもしれません。あなたの「一步」も、このまちから始めてみませんか。



# 元気いっぱい 笑顔いっぱい

ほくせいこども園 10月28日(火)

1.3～10.5歳児リレー、フラッグ・パルーン、親子競技、ラジオ体操 2.小雨が降ってきたので、「晴れて!」と声をそろえる 11.16～19.4歳児遊戯、かけっこ、親子競技 12～15.3歳児遊戯、かけっこ、親子競技

# 運動会

三里小学校 10月21日(火)

1.全校目標は「心をつにして全力で目指せ優勝!」 2.息を合わせて「ムカデっち」 3.4.高学年色別対抗リレー 5.大きな声援 6.笑顔で「デカバトンリレー」 7.13.14.息の合った高学年演技 8.大縄エイト 9.10.笑顔の低・中学年演技 11.放送席からのエール 12.迫力の「綱狩り」





# オープンから一年半 いなべ市温水プールで 広がる！利用の輪

いなべ市温水プールは、市内の小学校プールを統合して、天候に左右されない授業を行うことと、市民の健康づくりを行うことを目的として建設された施設です。  
2024年4月のオープン以来、小学校の水泳授業での利用はもちろん、市民の利用も広まってきました。そんな利用者の声を紹介します。



健康のため通っています

膝を悪くしたので、リハビリとして負担の少ない水中ウォーキングをしに来ています。



松本さん

泳げるようになりました

昨年から来ています。当初は泳げませんでしたが、水中ウォーキングから始め、段々と泳げるようになりました。通う中で、友人が増えました。



川瀬さん

泳ぐのが好き！

泳ぐのが好き！プールで友達ができた。その友達に会えるのがうれしい！



てっぺいさん



イベントめじろ押し！ぜひお越しください

「いなべ市温水プール」では、毎月さまざまなイベントをしております。楽しんでもらえるプールを目指しています。定期開催のヨガや子ども向け工作イベントのほか、12月は、「美の健康ウォーキング教室」、「ナイトレッスン」などのイベントがめじろ押しです。ぜひお越しください！



スタッフ 古川 瑚都さん

子ども向け工作イベントの様子



## 運動不足になりやすい冬。ぜひ温水プールを利用しませんか？

継続的に運動する習慣を身につけてみませんか。各種教室も随時開催しています。ぜひ気軽に利用してください。

¥ 大人…………… 700 円  
小・中学生 }  
65 歳以上 } 500 円  
障がいのある人 }

問 いなべ市温水プール(大安町大井田 2704)  
T 78-4335  
時 10:00～19:50(19:20最終入館 20:00閉館)  
休 毎週月曜日、年末年始(12月28日～1月5日)



いなべ市  
在住の人  
限定です

# いなべる プレゼント



# キャンペーン



応募期間

12月8日(月) 10:00～12月26日(金) 23:59

いなべげんき応援あぶり「いなべる」は、歩数、体重、血圧を記録して、みなさんの元気を応援するスマホアプリです。アプリ内で獲得した「いなべるポイント」は、豪華景品や WAON ポイントと交換可能！

今年貯めた「いなべるポイント」が使えるのは、このキャンペーンが年内最後。令和8年1月には、ポイントがリセットされ、0ポイントになります。この機会にぜひ応募してください！

※申し込みには、いなべるアプリのアップデートが必要です。

いなべ市内の  
特産品などの  
豪華景品

抽選でもらえる

WAON  
ポイント

定員に達し次第終了

景品は、令和8年1月下旬から順次発送予定。  
WAON ポイント交換は令和8年2月予定。  
WAON ポイント番号の入力がないと、ポイント交換ができません。



## 魅力的なプレゼントがたくさん！プレゼント協力事業者一覧 (五十音順)

あそべる廃校！ういこっちゃんね。  
イオンモール東員  
イオン大安店  
いなべ菓子店 八舎  
inabe's Shop  
オオイズミスペース

okudo 中村舎  
カフェロブいなべ店  
キッチンエビオいなべ  
食肉加工屋 FUCHITEI  
盛正堂  
高柳地区営農組合

FUJIHUB (フジハブ)  
パークプラザ松葉  
魔法のぱん  
マル信 緑香園  
洋食屋 SAKURA など

プレゼント事業者を募集中。こちらから▶



景品一覧や WAON ポイントの額、応募方法など、  
詳細は市ホームページを確認してください▶



▼プレゼントキャンペーンに関する問い合わせ  
問 グリーンクリエイティブいなべ T 72-7705  
▼その他の問い合わせ  
問 健康推進課 T 86-7824



道行きの様子。太鼓や笛の音とともに獅子が堂々と歩く



## 春日神社で獅子舞奉納

300年余りの歴史ある祭事を披露

10月12日(日)に、藤原町下野尻で春日神社の秋の祭礼と獅子舞奉納が行われました。この獅子舞は、市の指定無形文化財に登録されており、豊作と地域住民の安全を祈願するものです。地区の公民館から春日神社までを獅子が練り歩く「道行き」が行われ、沿道の人を楽しませました。夜には道行きの後、神社の境内で、大人の笛や小学生が奏でる太鼓やかねに合わせて、勇壮な獅子の舞が披露されました。

作品は筆で濃淡を出し、バランスよく書くのにこだわったとのこと



## 硬筆で文部科学大臣賞

鈴木書写書道学院の生徒が受賞

11月10日(月)、大安町在住で暁中学校3年生の水谷明彩さんが市長を訪問しました。水谷さんは、第41回全国硬筆コンクールにおいて、出品総点数11,495点の中から、中学生の部で最高賞の文部科学大臣賞を受賞しました。受賞に関して水谷さんは、「特訓に通って書き込んで書き込んで作品を仕上げました。受賞の話を聞いたときはまさか自分が！と衝撃をうけるほどうれしかったです」と笑顔で話していました。

みなさんでおそろいの衣装を着て、フラダンスを披露しました



## 聖母の家学園学園祭

市内の障がい事業所が集まり、活動を発表

11月1日(土)、特別支援学校聖母の家のいなべ校でいなべ市社会福祉協議会主催の地域交流会が開催されました。障がいのことを知るきっかけにと開催された交流会に、児童たちも学園祭として参加。ステージ発表では、フラダンスとカエルの体操を披露しました。その後は、学園ショップ「マリスタ」を開店し、物販の販売などを行いました。たくさんの人々と交流でき、とても充実した学園祭となりました。

1. 絵本「ばけばけばけ ばけたくん」が人気 2. 読み聞かせの様子



## 親子で絵本を楽しむ

おやこブックフェスティバル

10月26日(日)に、株式会社デンソー大安製作所の体育館で図書館まつりを開催しました。雨のため、出張おはなし会は中止となりましたが、ブックスタート体験会や絵本の展示などを実施。たくさん親子でにぎわいました。ブックスタート体験会では、好きな絵本を子育て支援センターの職員や主任児童委員に読んでもらい、真剣な表情で見入ったり、笑顔があふれたり、親子で一緒に楽しく過ごす姿が見られました。

## 商工まつり 2025

ステージや花火でにぎわいました

11月15日(土)、員弁運動公園駐車場でいなべ市商工まつりが行われました。桐林太鼓による演奏から始まり、大道芸やいなべ総合学園高等学校吹奏楽部の演奏など、さまざまなステージ発表が来場者を楽しませました。高所作業車体験コーナーやマルシェには、家族で楽しむ姿も見られました。日が暮れると、大迫力の打ち上げ花火がフィナーレを飾り、たくさんの歓声と拍手が会場に響いていました。



1. ステージで発表されたバトントワリングチームによる「イカとダイバー」 2. ステージだけでなく会場にも大道芸のパフォーマーが登場 3. 出店の射的にて。よく狙って！ 4. いなべ総合学園高校吹奏楽部による演奏 5. 大迫力の花火が夜空を彩りました。

## 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。詳しくはこちら▶



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を教えてください。②Link 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創業に興味を持ちましたか。

■応募方法 アンケートへの回答、住所、氏名、ペンネーム、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▶

■締め切り 12月25日(木)



## 読者の声

●喜代嗣さんの生活の様子がしるされているのが、私の少し将来の生活の見通しのように思えて、とても参考になりました。(80代)

●「幸せな絵本の時間を」の中の赤ちゃんとお母さんとスタッフさんの笑顔の写真が、微笑ましくて良かったです。

## 今月のプレゼント 10人 八舎のかりんとう饅頭 1個



お店から：2025年に、にぎわいの森の中に移転。  
イートインスペースでは、焼きたてのどら焼き  
やかりんとう饅頭を食べていただけます。

店名 いなべ菓子店 八舎  
定休日 火・水曜日  
住所 北勢町阿下喜31 にぎわいの森内  
電話 050-8888-1433

写真から、キラキラしたエネルギーが伝わってきて、そのページをみるだけでホックリしました。(40代)

●いなべ市はブックスタートの取り組みがあってよかったなあと思います。私もこの前頂いたので、たくさん一緒に読みたいと思います(30代)



# 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。

## いなべ市民表彰受章者

☎ 広報秘書課 ☎ 86-7740  
☎ いなべ市社会福祉協議会 総務課 ☎ 41-2942

10月18日(土)に開催した市民表彰式で、市政の発展、市民福祉の増進、環境保全の  
推進などに多大な功績を挙げられた人や団体を表彰しました。(敬称略)

### 市長表彰

- ◆スポーツの振興 棧敷 映子
- ◆住民自治の向上 小川 英俊
- ◆社会福祉の向上 水曜喫茶、長尾ボランティアの会、公益社団法人 いなべ市シルバー人材センター
- ◆学校教育の発展 出口 孝貴
- ◆学術芸術の発展 服部 和、水元 曉美、瀬木 ゆず
- ◆体育の向上 大平 壮真
- ◆環境保全の推進 安藤 哲夫
- ◆暮らしの安全 佐藤 巧三、川瀬 光重
- ◆市民活動の向上 森嶋 捷代、太田 俊隆、近藤 順子



### 社会福祉協議会会長表彰

- ◆在宅介護者 倪 清紅、川瀬 孝行、日沖 八枝子、杉山 富士子、位田 いづ子、三羽 哲司
- ◆民生委員児童委員 杉野 紀弘、松葉 あをい、小森 康好、児玉 茂昭、羽場 敏夫、小山 啓子、多湖 和代、近藤 つた子、市川 直美、水谷 多江子、位田 朱実、二井 克巳、小林 澄雄、東海林 玲子、小川 とよ子、安藤 幸代、葛巻 美一、日紫喜 綾子、林 美登里、安藤 美恵子、岡 幸代、川瀬 郁子
- ◆老人クラブ連合会 近藤 つた子、奥岡 征士、辻 清成、武藤 光恵、廣田 好子
- ◆ボランティア 川瀬 正美



## 北勢線サントラ電車運行

☎ 三岐鉄道(株) 運輸課  
☎ 059-364-2143 (平日 8:30 ~ 17:30)

三岐鉄道北勢線と四日市大学とのイベント「サントラ電車」  
を運行します！北勢線車内で学生サントラが出迎え、乗車のお子さんに先着でお菓子をプレゼント！また、東員駅ホームには「いなべる」をはじめ、桑名市・東員町・四日市市のご当地キャラクターも遊びにきます！  
※お菓子の配布は無くなり次第終了です。

12月25日(木)までクリスマストレイン運行中！  
☎ 東員駅 ☎ 76-3690

- 運行日時 12月20日(土) 10:50 ~ 12:45  
※臨時列車が東員駅(阿下喜方面行き)を10:50に出発し、東員駅⇒阿下喜駅⇒西桑名駅⇒東員駅の運行となります。  
※混雑しますので、当日は余裕を持って早めに乗車券を購入してください。
- ご当地キャラクター登場時間(東員駅)  
10:50 / 11:45

市ホームページ▶



## 防火ポスター入賞者

☎ 防災課 ☎ 86-7746

桑名市消防本部が、管内の小中学校の児童生徒から防火ポスターの募集を行ったところ、各学校で選ばれた作品 278 点の応募がありました。桑名市教育長を審査長とし、管内の教育関係者などによって審査され、応募作品の中から 76 点が入賞しました。その表彰式が10月23日(木)に員弁コミュニティプラザで実施され、市内では次の皆さんが特別賞を受賞しました。(敬称略)



神田 彩花



岡田 梨花

●小学校の部 ※このほか7人が優秀賞に入選しました。

市長賞	神田 彩花(員弁西小学校5年)
防火協会賞	齋藤 小桜(笠間小学校5年)
消防長賞	市川 涼花(員弁東小学校5年)

●中学校の部 ※このほか5人が優秀賞に入選しました。

市長賞	岡田 梨花(北勢中学校2年)
防火協会賞	水元 環菜(北勢中学校2年)
消防長賞	清水 裕佳子(藤原中学校1年)

## 「愛 & いのち」がテーマ ポスター入賞者

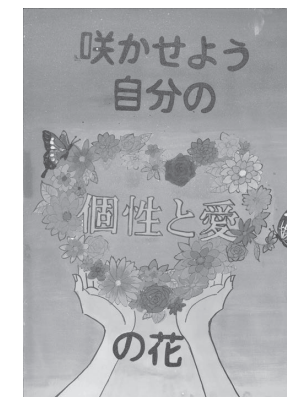
☎ 人権福祉課 ☎ 86-7815

今年度もたくさんの応募があり、ポスター 432 点の作品が集まりました。選考の結果、次の皆さんが入賞しました。(敬称略・順不同)

### 最優秀賞



福田 樹里(員弁中学校2年)



前川 葉柳(石榑小学校6年)



出口 紗菜(丹生川小学校6年)

### 優秀賞

太田 健士郎(員弁中学校2年)  
若松 花奈(員弁中学校2年)  
若松 伶奈(員弁中学校2年)  
伴 千颯(山郷小学校6年)

伊藤 巧人(治田小学校6年)  
岡本 美蓮(笠間小学校6年)  
日沖 大和(笠間小学校6年)  
小林 美琴(三里小学校6年)

前村 クララ(三里小学校6年)  
伊藤 心遥(石榑小学校6年)

### 入選

山崎 紅(員弁中学校2年)  
藤田 莉央(藤原中学校2年)  
安里 夏怜(阿下喜小学校6年)  
サバリオ デイビジ(阿下喜小学校6年)  
江上 陽輝(山郷小学校6年)  
三浦 心里(山郷小学校6年)  
伊藤 和花奈(員弁東小学校6年)

坪井 心葉(員弁東小学校6年)  
日紫喜 咲英(員弁東小学校6年)  
森 隆真(員弁東小学校6年)  
寛下 心琴(員弁西小学校6年)  
辻 万里佳(員弁西小学校6年)  
濱平 雫(員弁西小学校6年)  
廣島 希咲(員弁西小学校6年)

西井 華月(三里小学校6年)  
稲垣 舞花(石榑小学校6年)  
小林 史奈(石榑小学校6年)  
木村 理紗(藤原小学校6年)  
田端 小希子(藤原小学校6年)  
八嶋 ひなた(藤原小学校6年)





# 日頃のつながりが非常時の力に

大きな地震や災害が起きた時、行政の支援がすぐ届くとは限りません。  
そんな時に一番頼りになるのが、すぐそばにいる地域の人とのつながりです。  
普段からあいさつを交わしたり、顔見知りになったりしておくことで、「〇〇さんの家は  
無事かな?」、「お年寄りの〇〇さんを見に行こう」と、自然に助け合える関係が生まれます。

## 今日からできる小さな一歩

- ・ご近所へのあいさつやちょっとした会話をする
- ・自治会や自主防災組織の活動、防災訓練に参加してみる
- ・高齢者や子ども世帯など、助け合いが必要な人を把握しておく
- ・地域の避難所や避難経路を一緒に確認する

こうした日常の交流がいざという時の大きな力になります。災害への備えは、物だけでなく「人と人との絆」も大切です。  
日頃から地域の人との関わりを少しずつ広げていきましょう。

# GPS による見守り支援の費用補助

- 対象者 在宅で生活している認知症の人の家族などで、GPS 機器の購入者またはレンタル契約者
- 補助金の額 購入額の 90%（上限額 9,000 円）※月々の利用料は対象外です。

外出したら一人で帰ってくることができない認知症の人を、早期に見つけるための GPS 機器の購入またはレンタルの費用の一部を補助します。

GPS 機器には、いろいろなタイプがあります。例えば、

普段外に出るときのシルバーカーに取り付ける、毎回履いていく靴に取り付けるなど、工夫ができます。本人の習慣や生活スタイルに合わせて、活用してみましょう。

補助の対象になるかを確認しますので、GPS 機器の購入またはレンタル契約前に相談してください。(電話可)

☎ 長寿福祉課 ☎ 86-7819  
☎ いなべ市地域包括支援センター ☎ 86-7818

# 第27回 MAG-CUP 少年サッカー交流大会

この大会は、三重県 (Mie)・愛知県 (Aichi)・岐阜県 (Gifu) の東海環状自動車道が通過する市町が主体となり、東海環状自動車道沿線地域の連携交流強化を図り、次代を担う少年 (小学生) がサッカーを通じて、友情と親睦を深め交流の輪を広げるために開催するものです。

いなべ市からはいなべ FC ジュニアおよび大安フットボールクラブが出場します。ぜひ、元気にプレーする少年たちに声援を送ってください。

- 日時・会場
- 【12 月 13 日 (土) 予選リーグ】
- 9:00 開会式／員弁運動公園サッカー場
- 10:30 予選リーグ
- ／員弁運動公園サッカー場、員弁運動公園運動場
- 10:45 予選リーグ
- ／北勢中学校運動場、城山多目的グラウンド
- 15:05 予選リーグ終了
- 【12 月 14 日 (日) 決勝トーナメント】
- 9:45 準々決勝
- ／員弁運動公園サッカー場、員弁運動公園運動場
- 11:00 準決勝／員弁運動公園サッカー場
- 12:45 決勝／員弁運動公園サッカー場
- 14:00 閉会式／員弁運動公園サッカー場

# 带状疱疹ワクチン定期接種

現在、下記の人を対象に带状疱疹ワクチン定期接種が実施されていますが、いなべ市における令和 7 年度の带状疱疹ワクチン定期接種は令和 8 年 3 月 31 日までです。  
公費での接種の対象年齢となる機会は生涯につき 1 回となります。接種の機会を逃さないように注意してください。また、不活化ワクチン (2 回接種) を選択した場合は、1 回目を令和 8 年 1 月までに接種する必要がありますので、早めの接種を検討してください。

- 接種対象者
- いなべ市に住民登録があり、次の要件に該当する人 (基本的には、带状疱疹の予防接種を受けたことがある人は対象となりません)
- (1) 令和 7 年度中に 65、70、75、80、85、90、95、100 歳を迎える人 (ただし、令和 7 年度に限り 100 歳以上の人も対象となります)
- ※令和 7 年度から令和 11 年度の 5 年間は経過措置のため、5 歳刻みとなり、令和 12 年度以降は、接種日時点で 65 歳の人のみが対象となる予定です。
- (2) 60 歳以上 65 歳未満で、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をも有する人
- 自己負担額
- ・水痘ワクチン (生ワクチン) 1 回接種 2,500 円
- ・带状疱疹ワクチン (不活化ワクチン) 2 カ月間隔で 2 回接種 1 回につき 6,000 円
- ※生活保護受給者の人は無料
- 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となります。

# 「農業委員・農地利用最適化推進委員」の皆さん

12 月 1 日に新しい「農業委員」が任命、「農地利用最適化推進委員」が委嘱されました。☎ 農業委員会事務局 ☎ 86-7834  
次の皆さんにお世話になります。(任期: 令和 7 年 12 月 1 日 ~ 令和 10 年 11 月 30 日) (敬称略)

農業委員	
北勢地区	
近 藤 修	阿下喜
中西 康 弘	川原、千司久連新田、京ヶ野新田
伊 藤 清 徳	麻生田、其原
岡 田 康 平	新町、奥村、麓村、中山
美濃部 孝司	治田外面
員弁地区	
二之湯 和彦	市之原、坂東新田、上笠田、宇野
小 林 政 則	畑新田、平古、大泉新田
中 村 進 也	松之木、岡丁田、暮明
大安地区	
石 原 昭 彦	門前、南金井
瀬 木 光	高柳
伊 藤 恵 子	宇賀、宇賀新田、鍋坂
服 部 清 徳	片樋、丹生川久下
藤原地区	
中 村 正 治	西野尻、下野尻
片 岡 節 男	本郷、山口
小 寺 俊 行	長尾、日内、川合、下相場

※担当地区は申請地の「登記記録の所在地」で判断することとし、委員の所属自治会とは一致しない場合があります。

農地利用最適化推進委員	
北勢地区	
松 宮 弘 高	飯倉、瀬木、小山
安 田 義 人	西貝野、東貝野、小原一色
林 秀 則	畑毛、田辺、塩崎、二之瀬、下平、向平
伊 藤 広 和	南中津原、北中津原、大辻新田、鼓、平野新田
出 口 太	別名、新貝、一之坂、垣内、東村
員弁地区	
藤 田 一 房	笠田新田、下笠田
日 紫 喜 昌	御園、楚原、石仏、北金井
水 谷 心	大泉、西方、東一色
大安地区	
梅 山 時 男	大井田
小 川 大 輔	梅戸、梅戸北
鈴 木 清 則	平塚、石樽下
岡 記 善	石樽北山、石樽北、石樽南
森 一	石樽東
伊 藤 祐 太	丹生川上、丹生川中
藤原地区	
山 田 陽 一	東禅寺、石川
土 井 悦 雄	大貝戸、坂本
藤 田 正 良	志礼石新田、市場
横 井 啓 行	篠立、古田
藤 田 信 吾	鼎、上之山田、上相場、藤ヶ丘



# 身近な福祉の相談役 「民生委員・児童委員」の皆さん

全国一斉に民生委員・児童委員の改選が行われました。次の皆さんにお世話になります。(任期：令和7年12月1日～令和10年11月30日)

## 民生委員・児童委員とは？

厚生労働大臣から委嘱\*を受けて、福祉を必要とする人のために、相談、情報提供、支援、市役所への連絡などをしています。福祉のことで困ったときは、地域の民生委員・児童委員に相談しましょう。

※「委嘱する」とは、特定の仕事を頼み任せるということです。なお、委嘱は本人の同意を前提とするものです。

☎ 人権福祉課 ☎ 86-7815



北勢地区		
一木	ちずみ	東町 1、本町
中村	友子	東町 2、東町 3
守山	良二	西町1、西町2、西町3
瀬古	加代子	赤神 1、小山
渡辺	ひとみ	赤神 2、赤神 3
杉山	由美子	北町 1、北町 2
西出	久美	北町 3
近藤	亨	瀬木、飯倉
川瀬	美佐子	西貝野、下平
土岐	秀子	向平、畑毛
岡田	美由紀	田辺、塩崎
近藤	輝美	川原、千司久連新田
川崎	ち糸子	二之瀬、小原一色
伊東	寛子	東貝野
	伴 幸代	麻生田
水元	優子	麻野
中島	久仁子	六石
岡本	信子	其原
大田	良樹	楚里、昭電
山下	俊則	大辻新田
伊藤	百合子	南中津原、北中津原
片山	絹代	鼓、平野新田
佐野	孝子	新町上、新町下
藤田	貴子	奥村
小森	津也子	麓村
前田	ふさ子	加野、中山
鈴木	昌代	東村西
水谷	ますみ	東村東
堀田	千恵子	別名、新貝
出口	記美子	一之坂、垣内
伊藤	いずみ	全域
伊藤	幸治	
員弁地区		
水貝	明子	市之原
太田	孝生	上笠田
太田	あつみ	

二井 武男	笠田新田
市川 由紀子	下笠田
伊藤 敏昭	御園
選任中です	楚原
坂本 美智子	みその団地
相馬 博司	石仏
中田 きみ子	
日紫喜 和子	北金井
日紫喜 淳一	
下和田 ゆみ	畑新田
鵜飼 範子	平古
坪井 敏文	大泉新田
多湖 朋子	
出口 眞澄	大泉
出口 洋康	西方
伊藤 源洋	東一色
位田 玉義	松之木
服部 さつき	岡丁田
丹羽 和子	暮明
小島 武	笠田東
二之湯 留美	上笠田北
安藤 美恵子	全域
高橋 恵子	
大安地区	
小川 敏和	梅戸
日沖 晴美	
川崎 清美	梅戸北
福井 清英	南金井
日沖 千代美	
日沖 博充	門前
梅山 初美	大井田
遠藤 昭美	
瀬木 住子	高柳
小林 久見	平塚、石樽下
小林 房子	

(敬称略)

瀬古 峰子	中央ヶ丘
中村 篤子	
岡田 貞治	石樽北山、石樽北
岡 勉	淵、出口、大門
石垣 孝継	山条、寺内
岩谷 照子	宇賀
林 真	宇賀新田、鍋坂
伊藤 善四郎	小原、一色
弓矢 美野子	新田
弓矢 浩美	
弓矢 詩文	戸井、湍川、北垣内
伊藤 照代	片樋
佐藤 恵	丹生川久下
葛巻 千賀子	丹生川中
神谷 きぬ	丹生川上北
森 隆二	丹生川上
椎原 未来	全域
藤川 里美	

◎  
◎

藤原地区	
三羽 智子	篠立
藤田 千尋	古田
近藤 文子	山口
羽場 敏夫	本郷
杉山 朱美	市場、志礼石新田
児玉 茂昭	坂本
松田 由貴子	大貝戸
西脇 敬三	鼎
岡 啓子	上之山田
渡邊 忠治	長尾、日内
選任中です	上相場
小寺 美穂	川合、下相場
北山 紀子	東禅寺
伊藤 光信	石川、下野尻
落合 喜美子	西野尻
佐藤 美紀	全域
三羽 隆男	

◎は、主任児童委員

## くらしの情報

催し

藤原岳自然科学館  
1月の教室

### 《藤原岳自然科学館》

#### 【冬の自然観察】

動物の足跡や生き物の冬越しの様子を観察します。

●日時 令和8年1月17日(土)  
9：30～12：00

●集合場所 屋根のない学校

●定員 40人

●参加費 小学生以上1人100円

●申込方法 市ホームページ

☎ 自然学習室 ☎ 46-8488



### いなべ市民大学講座 vol.2

#### 第5回 「どうなる日本の経済改革」

●日時 令和8年1月17日(土)  
13：30～15：00

●講師 須田慎一郎さん  
(ジャーナリスト)



## めざせ いなべ通

いなべ  
検定入門  
202

「貴重なものがたくさん」

いなべの文化財

9

執筆：ふるさといなべ市の語り部の会



### 石部神社の参道入り口

参道入り口から続く巨木の社叢。200mもある参道は神秘的です。

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

### 石部神社の杉並木(大安町石樽南)

石部神社の杉並木は、平成9年1月に大安町の天然記念物に指定されました。参道にある23本の杉をはじめ、桧などの巨木を含む立木を見ることができます。神社の玉垣から社殿前の川にかかる石の太鼓橋まで、長い参道が続く両側には、直径60～100cm、高さ20mにもなる杉の巨木が並び、社叢の参道を歩くことで心穏やかになります。

幼木から成木に育ったのは、自然環境と地元住民の長年にわたる手入れによるものです。過去からの「地域づくり」により、見事な杉並木を形成しています。子どもたちを中心とした地域の伝統行事には、「山の神（どんど）」、「子ども相撲」、「石部太鼓」、「手作り行燈」などがあります。さまざまな模様の子どもの手作り行燈は、一段と杉並木を彩ります。また、老若男女問わず参加することで、コミュニケーションを深めています。

見事な杉並木参道は、自然環境と先人たちの愛ある保全の賜物です。気候変動の激しい現代ですが、この神秘的な風景を守り続けてほしいものです。



## スリランカ料理交流会 参加者募集

スリランカ料理をみんなで楽しく作りましょう。食を通して、その国の文化についても知ることもできます。

- 日時 12月20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 ナヤナ・エリケワラさん
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 会員 200円  
小学生 200円  
一般 500円
- 持ち物 エプロン、残った料理を入れる容器
- 申込方法 電話、FAX
- 申込期限 12月12日(金) 17:00
- 問 申込先 いなべ市国際交流協会  
T F 74-4800

## こども・シニア食堂

- 日時 12月20日(土)  
(受け付け11:30～)

- 場所 ふじわら高齢者生活支援センターいこい(藤原町川合790)

- 参加費 こども無料  
おとな300円
  - メニュー ミートソーススパゲッティ、サラダ
- ※数に限りがあります。なくなり次第終了。  
※アレルギー対応はしていません。

問 NPO法人 集(つどい) 細川  
T 080-1602-5050

## 相談

### 借金で 悩んでいませんか？

法律の専門家に無料(通話料はかかります)で電話相談できます。家族や知人からの相談も受け付けます。

- 日時 12月13日(土)、21日(日)  
10:00～16:00
- 対応者 弁護士(三重弁護士会)、  
司法書士(三重県司法書士会)
- 問 三重県多重債務対策協議会  
T 059-224-2458(相談日当日のみ有効)

## その他

### 福祉バス(無料) 運休時のお知らせについて

安全のため、暴風警報発令時や震度5弱以上の地震発生時は運休します。また、大雨警報や暴風警報など、状況により運休する場合があります。

- 【お知らせ方法】  
○市ホームページ  
○まいめる(生活安全情報)  
※事前登録が必要
- CTY データ放送(生活安全情報)
- いなべFM(86.1MHz)
- 問【北勢・藤原・市役所ルート】福祉バス管理室 T 72-3563
- 問【員弁・大安ルート】三岐鉄道(株)いなべ営業所 T 78-3318

### 福祉医療費助成対象の 皆さんへ

「福祉医療費助成金交付決定通知書」を12月下旬に送付します。  
この通知書には、「診療年月」「支給年月」「医療機関名」「助成金額」が記載されています。

※令和7年1月から12月までにすでに助成した分です。これから助成するものではありませんので注意してください。

問 保険年金課 T 86-7811

### 県税の 「差押強化月間」

三重県では、12月を「差押強化月間」と定め、税の公平性および税収の確保のため納期限までに納めていない人に対し、滞納処分の強化を図ります。

病気や災害などで、一時的に納めることが困難な場合は県税事務所へ相談してください。

問 三重県桑名県税事務所 納税課  
T 24-3612

### 年末の 交通安全県民運動

12月1日(月)から10日(水)まで年末の交通安全県民運動が実施されます。歩行者も、自動車・自転車に乗る人も、交通ルールを守って、

交通事故防止に努めましょう。

#### 【運動の重点】

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
- ②横断歩道における歩行者優先の徹底と安全な横断方法の実践
- ③シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④飲酒運転をはじめとする悪質・危険な運転の根絶
- ⑤自転車・特定小型原動機付自転車に関する交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

問 管理課 T 86-7835

### 期限内納付のお願い

#### ≪12月の納付≫

- 固定資産税 第3期
- 国民健康保険税 第6期
- 後期高齢者医療保険料 第6期
- 介護保険料 第5期
- 納期限(口座振替日)  
12月25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。

○残高不足などで口座振替日に振替ができなかった場合は、令和8年1月16日(金)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



## 人生100年時代

# げんき通信

第20回

問 長寿福祉課 T 86-7819

## 筋肉量は何歳になっても増やすことができる！

### 筋肉量は足りていますか？

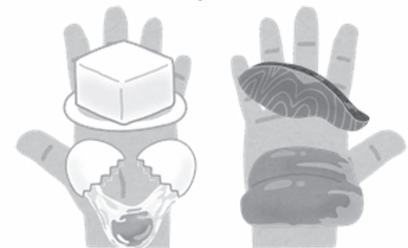
歳を重ねるにつれて全身の筋肉量が減少します。  
筋肉の材料となる“たんぱく質”を適正に取り、運動をすることで、何歳からでも筋肉量を増やすことができます。

### たんぱく質を取るポイント

- ・肉や魚だけでなく、卵や牛乳・乳製品、大豆製品など、さまざまな食材に多く含まれるため、バランスよく取り入れる
- ・間食にヨーグルトなどの乳製品を選ぶ
- ・サラダやみそ汁に、たんぱく質が含まれる食材を「ちょい足し」する

### たんぱく質の推奨量(1日あたり)

男性 18～64歳：65 g、65歳以上：60 g  
女性 18歳以上：50 g



一日の推奨量は「両手のひら」分が目安です。  
木綿豆腐(1/3丁)：7.0 g、鮭一切れ(100 g)：22.3g  
鶏卵(1個)：7.3 g、鶏もも肉(80 g)：13.3 g



# BOOK NOW

オススメ情報満載 図書館通信

### 藤原図書館参加型イベント クリスマスのおくりもの

- 期間 12月25日(木)まで
  - 場所 藤原図書館 おはなし広場
  - 対象 どなたでも
  - 内容 3冊の絵本を袋詰めして貸し出します。(大人用は2冊)
- どんな本に出会えるかは楽しみ！  
新しい本に出会えるかも♪

### 図書館おはなしボランティア

#### ☆クリスマスおはなし会☆

- 日時 12月13日(土) 10:00～
- 場所 藤原図書館 おはなし広場
- 読み手 藤原おはなし会「こだま」

#### ☆おやこクリスマス会☆

- 日時 12月13日(土) 14:00～
- 場所 大安公民館 2階 大会議室
- 読み手 大安町おはなしの会くまのこ

12・1月の休館日 全館…毎週月・火／特別休館 12月28(日)～令和8年1月6日(火)

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)



## 各種無料相談

相談	日時	場所	問い合わせ
行政相談	12月18日(木) 13:00～15:00	藤原文化センター	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。 <b>問</b> 総務課 <b>T</b> 86-7745 <b>問</b> 総務省三重行政監視行政相談センター <b>T</b> 059-227-6661
	1月 8日(木) 13:00～15:00	員弁老人福祉センター	
	2月 5日(木) 13:00～15:00	大安公民館	
行政苦情 110 番	平日 9:00～16:45		<b>T</b> 0570-090-110 ※土日祝、時間外は留守番電話
人権相談	1月28日(水) 13:00～16:00	シビックコア	人権擁護委員が相談に応じます。 <b>問</b> 人権福祉課 <b>T</b> 86-7815
	2月18日(水) 13:00～16:00	員弁コミュニティプラザ	
LGBT 電話相談	12月17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。 <b>問</b> 人権福祉課 <b>T</b> 86-7815
	1月21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。 <b>問</b> いなべ市地域包括支援センター <b>T</b> 86-7818 <b>問</b> いなべ暮らしの保健室 <b>T</b> 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	<b>問</b> いなべ市地域包括支援センター <b>T</b> 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。 <b>問</b> いなべ市地域包括支援センター <b>T</b> 86-7818 <b>問</b> 医療相談室(地域包括支所) <b>T</b> 72-2000
	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。 <b>問</b> いなべ市くらしサポートセンター縁 <b>T</b> 86-7817
【要予約】 若者就職支援相談	12月17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。 <b>問</b> 北勢地域若者サポートステーション <b>T</b> 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 ひきこもり支援センター 瑠璃庵	家族からの相談にも応じます。 <b>T</b> 72-2618 気軽に相談してください。 <b>T</b> 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。 <b>問</b> いなべ市成年後見支援センター <b>T</b> 86-7817
【要予約】 スマートフォン相談	12月19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。 <b>問</b> いなべ暮らしの保健室 <b>T</b> 090-1789-0904
	12月19日(金) 13:30～15:30	だいあん保健室	
	12月26日(金) 10:00～12:00	ふじわら保健室	
	12月26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



●にぎわいの森クリスマスイベント「アドヴェント」  
12月25日(木)まで、にぎわいの森

●いなべスポーツフェスティバル  
12月14日(日) 10:00～15:00  
員弁運動公園 体育館

### 編集後記

歩目は何であっても勇気が要りますよね。創業の取材では、不安や孤独を抱えつつも、「始めたら後は何とかなる!」と話してくれました。挑戦している人の笑顔はまぶしかったです!(清)

歩 数を確認するのがひそかな楽しみ。1万歩を超えていると、なんだかうれしくなります! 寒くて外に出たくなくなりますが、冬もたくさん歩いて元気に過ごしたいと思います!(杉)

### 野外焼却は違法です!

「煙の臭いが洗濯物につく」「煙で窓が開けられない」など野外焼却に関する苦情が多く寄せられています。

ごみ、刈り草、落ち葉などの廃棄物の野外焼却は、法律に定められた以下の例外を除き原則、禁止されています。

○温度測定が可能な装置の設置、助燃装置の設置など、その他の構造基準をすべて満たした焼却炉を使用する場合

○伝統行事の際に行うものなど、焼却禁止の例外とされている場合  
違反した場合は、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金またはこの両方が科せられます。また、例外にあたる場合でも、苦情があっ

た場合は行政指導の対象となります。  
ごみは燃やさず、分別して決められた場所への処分をお願いします。

**問 環境政策課 T 86-7812**

### 家屋の異動をしたら 年内に届け出を!

令和7年中に家屋の取り壊しや新築をした人は、届け出をしてください。届け出のない場合、取り壊した家屋に対しても課税される原因となります。

●提出書類 家屋異動届出書

●提出先 資産税課(電話でも可)  
※固定資産税課税明細書を確認し、取り壊し済みの家屋または記載されていない家屋がある場合は、資産税課に連絡してください。

**問 資産税課 T 86-7795**

### マイナンバーカードの 日曜窓口(完全予約制)

●日時 12月14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 12月12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 **T** 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 1月 7日(水) 北勢町在住  
1月14日(水) 藤原町在住  
1月21日(水) 大安町在住  
1月28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

### ウェルカムベビー交流会(妊婦教室)

●日程 1月15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  
(スタイ作り・交流)

●場所 なかよしひろば  
(員弁町石仏1868-1)

●持ち物 母子健康手帳

●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。

**申込先 員弁子育て支援センターなかよしひろば T 74-5829**



▲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】 1月 9日(金) 9:30～ 9:45 妊娠8カ月ごろの妊婦とその家族  
1月30日(金) 9:30～ 9:45 妊娠8カ月ごろの妊婦とその家族  
【1歳6か月児健康診査】 1月22日(木) 13:15～14:00 R6.6.1～7.2.1生 および 前回欠席者  
【2歳児 歯 科 教 室】 1月15日(木) 9:15～ 9:30 R5.12.1～R6.1.31生  
【3歳6か月児健康診査】 1月29日(木) 13:15～14:00 R4.6.8～7.2.1生 および 前回欠席者

場所  
保健センター棟

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)

〈年末年始(12/30～1/3)〉

8:00～翌朝8:00(24時間)

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

〈年末年始(12/30、31、1/2、3)※1/1休診〉

9:30～12:00 / 13:00～16:00



# 年末年始の業務

休業日

## ごみ

施設名	12月			1月					
	29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)	1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)	5日 (月)	6日 (火)
あじさいクリーンセンター									
リサイクルセンター・粗大ごみ場									
いなべ G&B エコヤード									

年末は混雑が予想されますので、**自宅で分別してから**搬入してください。

12月31日(水)～1月4日(日)は、**ごみ収集はありません。**  
収集日はごみカレンダーを確認し、集積場へごみを出してください。

☎ 環境衛生課 ☎ 86-7813

## 公共施設

施設名	12月						1月				
	26日 (金)	27日 (土)	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)	1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)	5日 (月)
市役所			戸籍など一部は時間外受付窓口でのみ対応								
シビックコア											
コンビニ交付											
文化施設・体育施設											
図書館											
子育て支援センター	午後休										

※「にぎわいの森」年末年始の休業日はホームページで確認してください。

にぎわいの森ホームページ▶

## 福祉バス

ルート	運休期間
全ルート	12月27日(土)～1月4日(日)

☎【北勢・藤原・市役所ルート】福祉バス管理室 ☎ 72-3563

☎【員弁・大安ルート】三岐鉄道(株)いなべ営業所 ☎ 78-3318

## 救急時の診療

いなべ医師会 ≪診療時間 9:00～16:00≫

診療日時	在宅当番医	住所	電話
12月30日(火)	とういん内科・ハートクリニック	東員町長深 885-1	82-6363
12月31日(水)	のじり内科消化器内科	東員町城山 1-23-1	76-5005
1月 2日(金)	おくち整形外科クリニック	東員町長深 883-1	82-7230
1月 3日(土)	ちば皮膚科耳鼻咽喉科	東員町鳥取字菊若 1296-1	41-3333

※在宅当番医制で救急時の診療に対応をしています。救急で受診希望の際は、担当医療機関へ必ず電話で確認してください。

※疾患の内容によっては、他の医療機関への受診を勧めることがあります。

いなべ医師会ホームページ▶

桑名歯科医師会 ≪診療時間 9:00～12:00≫

診療日時	担当歯科医院	住所	電話	担当歯科医院	住所	電話
12月30日(火)	丹羽歯科	桑名市伊賀町 47	23-7788	ふじた歯科	桑名市長島町西外面 1580-1	42-3718
12月31日(水)	こんどう歯科	桑名市桜通 18	23-1515	二之宮歯科医院	北勢町東村 280-5	72-8001
1月 2日(金)	星見ヶ丘田中歯科医院	桑名市星見ヶ丘 2-608	32-3313	西岡歯科醫院	北勢町阿下喜 256-9	72-2776
1月 3日(土)	ファミリー歯科クリニック	桑名市星川 841-1	32-0001	なばな歯科医院	桑名市長島町福豊 833-4	45-8787



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 ☎ 059-229-1199
- いなべ医師会(在宅当番医) ☎ <http://inabe-med.or.jp/>
- 医療ネットみえ ☎ <https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

### 人口情報(令和7年11月1日現在)

総人口: 44,503 (−3)  
世帯: 19,759 (−1)  
男: 23,018 (−23) 女: 21,485 (+20)

いなべ市情報誌 Link12月号(vol.265) 令和7年12月1日発行  
発行/いなべ市 編集/企画部 広報秘書課 ☎ 511-0498 三重県いなべ市北勢町阿下喜 31  
☎ 0594-86-7740 ☎ 0594-86-7857 ☎ <https://www.city.inabe.mie.jp/>

