



やさしいにほんご じょうほうし

# いが



|                       |            |
|-----------------------|------------|
| いがし じんこう<br>伊賀市の人口    | 86,453人    |
| がいこくじん じんこう<br>外国人の人口 | 5,680人     |
| がいこくじん わりあい<br>外国人の割合 | 6.57%      |
|                       | 2023年 4月末日 |

この情報紙は ホームページで 見ることができます。http://www.mie-iifa.jp/ ☆『広報いが』などから 記事を選ん で のせています。

## お知らせ

### 伊賀市給食費無償化

伊賀市立小中学校の 給食費が 2023年4月より無料になりました。食事は 子どもの成長にとっても重要です。バランスのとれた食事をとり朝食を食べる習慣をつけましょう。

【問い合わせ】学校教育課 ☎0595-22-9648

### いがスマイル給食

市内の小中学校では、月に1~2回、伊賀市で育てた「伊賀牛」や「芭蕉ネギ」「アスパラガス」などが使われています。旬の季節には「白鳳梨」などもデザートとして使います。伊賀産食材は給食だよりで、市ホームページでは レシピも紹介しています

【問い合わせ】農林振興課 ☎0595-22-9713



### 医療費助成対象者を拡大

2023年9月から 0才~15才の誕生日の次の3月31日までの子どもが 三重県内で病院へ行っ時、窓口での支払いは無料になります。無料になるのは、健康保険が適用される診療に限ります。

【問い合わせ】保険年金課 ☎0595-22-9660

### 不妊治療費助成を拡大

伊賀市では 不妊治療を受ける夫婦に 助成制度があります。2022年から一部の診療に健康保険が適用されましたが、それでも負担が大きいので、2023年4月から助成金の交付を拡大しました。

補助金は、1回5万円、子ども1人につき6回が 上限です。申請には、色々な証明書、病院の領収書などが必要です、詳しいことは、健康推進課に聞いてください。

【問い合わせ先】健康推進課 ☎0595-22-9653

### 伊賀市奨学金(学校に行く お金が もらえます)

伊賀市奨学金 伊賀市に住んでいて 高校・大学・専門学校に 行っている人は 学校に行く お金が もらえます。詳しいことは 教育総務課に 聞いて ください。

伊賀市ササユリ奨学金 勉強したいけど、学校に行く お金が 足りない 人は お金が もらえます。

【①から④ すべてに あてはまる 人は 申込が できます】

- ① 伊賀市に 住んでいる 人
- ② 大学・短期大学の 1年生 または 高等専門学校の 4年生
- ③ 伊賀市の 中学・高校を 卒業した 人
- ④ 家族の 年収が 780万円より 少ない 人

【もらえる お金】1年に 24万円 【もらえる 人】2人 (選考 (試験や 面接など)に 合格した 人)

詳しいことは 教育総務課に 聞いて ください。

【申込期間】6月12日から 30日まで

【申込・問い合わせ】教育総務課 電話☎:0595-22-9644



### 伊賀市国際交流フェスタ2023は10月1日(日)開催予定!

国際交流フェスタの内容が決まったら、情報紙、協会のホームページなどで知らせます。

【問い合わせ】伊賀市国際交流協会 ☎070-4455-4900



### 今月の税金

### 市県民税(1期)

6月30日(金曜日) までに 払って ください。【問い合わせ】収税課 電話 : 0595-22-9612


# けんしん けんしん し 健診(検診)のお知らせ

けんしん ひ いがし じゅうみんとろうく ある人が たいしょう けんしん もう こ ご しょうい けんしん ひ おく  
検診する 日に 伊賀市に 住民登録が ある人が 対象です。検診を 申し込んだ後、書類は 検診日までに 送ります。

## 【集団がん検診】

ばしょ けんしん  
場所は ゆめぼりすセンター、保健福祉センター、保健センター、支所などです。  
けんさ を 受たいひと、必ず 電話で 申込みをして ください。

ウェブ申し込みもできます。  
6月5日(月)からとなりの  
QRコードで予約してください。



【申込先】電話☎:0595-22-9653 平日:8時30分から17時15分まで(受付は6月12日(月曜日)から始まり  
ます。詳しくは「広報いが6月号」を見るか、電話で聞いてください) 検診は、7月から9月の決まった日にあります。  
【問い合わせ】がん検診・若年者健診について 健康推進課 電話☎:0595-22-9653

| けんさ 検査            | う 受ける人    | お金 (74歳以下) | お金 (75歳以上) | ないよう 内容                   |
|-------------------|-----------|------------|------------|---------------------------|
| い 胃がん             | 20歳以上     | 1800円      | 800円       | バリウムを飲んで、胃のレントゲンをします。     |
| だいちょう 大腸がん        | 20歳以上     | 800円       | 500円       | 2日分の便をとります。               |
| ぜんりつせん 前立腺がん      | 50歳以上の男性  | 800円       | 500円       | 血の検査をします。                 |
| しきゅう 子宮がん         | 20歳以上の女性  | 1400円      | 500円       | 子宮頸部の細胞をとる検査と視診をします。      |
| にゅう 乳がん           | 30歳以上の女性  | 1600円      | 800円       | 乳房のレントゲン(マンモグラフィ)をします。    |
|                   | 30-39歳の女性 | 1600円      |            | 乳房の超音波(エコー)検査をします。        |
| じゃくねんしゃけんしん 若年者健診 | 20-39歳    | 3400円      |            | 身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査、心電図、診察 |

## 【個別がん検診】

びやういん でんわ よく けんしん う びやういん こうほう がつこう み  
病院に 電話で 予約をして ください。検診を 受けることができる 病院は「広報いが6月号」を 見てください。

|                      | いがん                          |           | だいちょう 大腸がん | ぜんりつせん 前立腺がん | しきゅう 子宮がん    |                   | にゅう 乳がん  |         |
|----------------------|------------------------------|-----------|------------|--------------|--------------|-------------------|----------|---------|
|                      | ないしきやう 内視鏡                   | いぶせん 胃部X線 |            |              | しきゅうけいぶ 子宮頸部 | しきゅうけいぶたいぶ 子宮頸部体部 |          | マンモグラフィ |
| う 受ける人               | 40歳以上                        |           | 40歳以上      | 50歳以上の男性     | 20歳以上の女性     |                   | 40歳以上の女性 |         |
| お かね金                | 74歳以下                        | 4,500円    | 3,800円     | 1,200円       | 1,000円       | 1,600円            | 2,400円   | 2,500円  |
|                      | 75歳以上                        | 2,500円    | 2,000円     | 800円         | 600円         | 700円              | 1,200円   | 1,200円  |
| 生活保護を受けている人は無料(0円)です |                              |           |            |              |              |                   |          |         |
| いつ                   | 7月1日から2024年2月29日(病院が開いている時間) |           |            |              |              |                   |          |         |

## 【特定健康診査】

こくみんけんこうほけん こうれいしゃいりようせいど はい ひと あんない とど  
国民健康保険と 高齢者医療制度に 入っている人は 案内が 届きます。



|          | こくみんけんこうほけん とくていけんこうしんさ<br>国民健康保険 特定健康診査                                                            | こうきこうれいしゃ けんこうしんさ<br>後期高齢者 健康診査                     |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| う 受ける 人  | こくみんけんこうほけん はい さい<br>国民健康保険に 入っている 40-74歳                                                           | こうきこうれいしゃいりようせいど はい さいじょう<br>後期高齢者医療制度に 入っている 75歳以上 |
| ないよう 内容  | しんたいそくてい けつあつそくてい にょうけんさ けつえきけんさ しんでんず しんさつ ひつよう がんていけんさ<br>身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図、診察 (必要があれば 眼底検査) |                                                     |
| いつ       | 7月1日から11月30日(病院が開いている日)                                                                             |                                                     |
| ばしょ 場所   | あんない てがみ か びやういん<br>案内の 手紙に 書いてある 病院                                                                | みえけん き まっている びやういん<br>三重県の 決まっている 病院                |
| お金       | 0円                                                                                                  |                                                     |
| もちもの 持ち物 | じゆしんけん けんこうほけんしょう しつもんひょう<br>受診券・健康保険証・質問票                                                          |                                                     |
| とあ 問い合わせ | ほけんねんきんか でんわ ☎:0595-22-9659                                                                         | みえけん こうきこうれいしゃいりようこういしんさ でんわ ☎:059-221-6884         |

# 医療と健康のお知らせ

## 赤ちゃんの健診(健康診断)と相談

市役所から案内の手紙が届きます。健診の時は母子手帳を持って行ってください。



【問い合わせ】健康推進課 電話 ☎: 0595-22-9653

|          |                  |                   |                         |
|----------|------------------|-------------------|-------------------------|
| 1歳6カ月の健診 | 6月13日、7月4日、7月25日 | 13:00 から 14:30 まで | はいとびあいがかい<br>ハイトピア伊賀 4階 |
| 3歳6カ月の健診 | 6月22日、7月13日      | 13:00 から 14:30 まで | はいとびあいがかい<br>ハイトピア伊賀 4階 |

## 救急医療(すぐに病院に行きたいとき・いつも行く病院が休みのとき)

近くの病院が閉まっているとき(夜おそい時間、日曜日、祝日)は、伊賀市応急診療所や救急病院へ行ってください。行く前に病院へ電話をしてください。健康保険証を持って行ってください。



### ◆伊賀市応急診療所

【電話】0595-22-9990

【場所】伊賀市上之庄1700番地の1(岡波総合病院の隣)

【時間】月曜日から土曜日 20:00-23:00

日曜日と祝日 9:00-12:00, 14:00-17:00, 20:00-23:00

### ◆三重県救急医療情報センター

どの病院に行けばいいか聞かことができます。

【電話】059-229-1199

### ◆伊賀市救急・健康相談ダイヤル24

体や心の病気について相談できます。

24時間電話ができます。無料(0円)です。

【電話】0120-4199-22

| ◆救急病院                         | 時間(閉まる時間は全て次の日の朝)        |                           |                       |
|-------------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------|
| 上野総合市民病院<br>TEL: 0595-24-1111 | 月曜日から金曜日<br>17:00 - 8:45 | 土曜日、日曜日、祝日<br>8:45 - 8:45 |                       |
| 名張市立病院<br>TEL: 0595-61-1100   | 月曜日から金曜日<br>17:00 - 8:45 | 土曜日、日曜日、祝日<br>8:45 - 8:45 |                       |
| 岡波総合病院<br>TEL: 0595-21-3135   | 月曜日<br>17:00 - 9:00      | 水曜日<br>17:00 - 8:45       | 日曜日、祝日<br>9:00 - 8:45 |

| 6月 <小児科(子どもの病院)は ありません> |               |              |               |              |              |              |  |
|-------------------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--|
| 日曜日                     | 月曜日           | 火曜日          | 水曜日           | 木曜日          | 金曜日          | 土曜日          |  |
|                         |               |              |               | 1 なばり<br>名張  | 2 うえの<br>上野  | 3 なばり<br>名張  |  |
| 4 おかなみ/なばり<br>岡波/名張     | 5 おかなみ<br>岡波  | 6 なばり<br>名張  | 7 おかなみ<br>岡波  | 8 なばり<br>名張  | 9 うえの<br>上野  | 10 うえの<br>上野 |  |
| 11 おかなみ<br>岡波           | 12 おかなみ<br>岡波 | 13 うえの<br>上野 | 14 おかなみ<br>岡波 | 15 なばり<br>名張 | 16 うえの<br>上野 | 17 なばり<br>名張 |  |
| 18 おかなみ/なばり<br>岡波/名張    | 19 おかなみ<br>岡波 | 20 なばり<br>名張 | 21 おかなみ<br>岡波 | 22 なばり<br>名張 | 23 うえの<br>上野 | 24 うえの<br>上野 |  |
| 25 おかなみ<br>岡波           | 26 おかなみ<br>岡波 | 27 うえの<br>上野 | 28 なばり<br>岡波  | 29 なばり<br>名張 | 30 なばり<br>上野 |              |  |

## 相談窓口

生活の問題を相談できます(仕事、学校、健康、保険、退職、年金、保育園、税金、ビザ)。

問題や悩みがあるときは相談をしてください。相談は無料(0円)です。

### ■伊賀市役所 多文化共生課

【時間】月曜日から金曜日まで  
8:30 から 17:00 まで

【電話】0595-22-9702

【場所】伊賀市四十九町3184番地

### ■伊賀市多文化共生センター

【時間】月曜日から金曜日 9:00 から 17:00 まで  
(第2第4日曜日の9:00~12:00も開いています)

【電話】0595-22-9629

【URL】<http://iga-tabunkakouseicenter.com>

【場所】伊賀市上野丸之内500番地  
はいとびあいがかい  
ハイトピア伊賀4階



Website



Facebook

### 行政書士(手続きの専門の)

人に相談ができます

【日時】7月6日(木曜日)

13:30 から 16:00 まで

★予約をしてください。

【電話】0595-22-9702

【場所】多文化共生センター

## 生活のヒント

### 台風や大雨が来た時のために準備をしましょう

- 「非常持ち出し袋」を準備する。袋の中に食べ物、飲み物、生活に必要なものを1週間分入れる。
- 「ハザードマップ」を確認する。住んでいる町の危険な場所を確認する。避難所までの道を確認する。

テレビやインターネットで気象情報や災害情報を確認する。危険が近づいている場合は

早めに避難する。夜の避難は危険です。

- 防災訓練に参加する。

- 停電の情報をアプリを使って知ることができる。

【問い合わせ】防災危機対策局 電話 ☎: 0595-22-9640



アップストア



グーグルプレイ



べんきょう あんない  
勉強のご案内

ささゆり 教室

日本語で 学校の 勉強が できます。

【対象者】小学 5年生から 中学3年生まで

【曜日と時間】土曜日/14:00 から 16:00 まで

【場所】伊賀市総合福祉会館 2階

【お金】200円

【電話】伝丸 0595-23-0912

080-3590-7612

伊賀 日本語の 会

日本語の 勉強が できます。日本語能力

試験(JLPT)の 勉強も できます。

【曜日と時間】水曜日/19:30 から 20:40 まで

土曜日/19:00 から 20:30 まで

【場所】伊賀市総合福祉会館 2階

【お金】200円 【電話】0595-23-0912

漢字 教室

小学校で 習う 漢字の 勉強が できます。

6/21教室お休み

【対象者】小学 1年生から 6年生まで

【曜日と時間】水曜日/15:30 から 16:30 まで

【場所】ハイトピア伊賀 4階 多目的室

【お金】0円

【電話】国際交流協会 070-4455-4900

新しいお知らせ

市・県民税の「納税通知書」が届きます

伊賀市と三重県の税金のお知らせ(納税通知書)が6月に郵便で届きます。コンビニやスマートフォンのアプリで支払いもできます。6月、8月、10月、1月の最後の日が締切です。(土、日、祝日のときは、次の日)給料から引き落としの人は、会社にお知らせが届きます。




【問い合わせ】課税課 電話☎:0595-22-9613

オンライン申請ができる手続きが増えました

児童手当の申請請求、保育所の利用申込、要介護・要支援認定申請 など19の市の手続き等を追加しました。スマートフォンとマイナンバーカードがあれば、インターネットから申請できます。市ホームページの申請フォームからグラファアのアプリをダウンロードし説明の通りご利用できます。

【問い合わせ】デジタル自治推進局 ☎0595-22-9622

伊賀市多文化共生センターのイベント

| イベントの<br>名前   | 世界の遊び                                                                                                                                                              | 遊びながら「ひらがな」「カタカナ」を<br>覚えよう                                                                                                                                                           | ベトナム語おしゃべりサロン                                                                                                                                                                       |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 期 日           | 6月25日(日曜日)                                                                                                                                                         | 7月9日(日曜日)                                                                                                                                                                            | 7月23日(日曜日)                                                                                                                                                                          |
| 時 間           | 9時30分~11時30分<br>(受付 9時~)                                                                                                                                           | 9時30分~11時30分<br>(受付 9時~)                                                                                                                                                             | 10時~11時<br>(受付 9時30分~)                                                                                                                                                              |
| 場 所           | ハイトピア伊賀 4階 多目的室                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                     |
| 参 加 費         | 無 料                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                     |
| 内 容           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろな国の遊び</li> <li>・持ち物 飲み物</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・じこしょうかい</li> <li>・ひらがなとカタカナの紹介</li> <li>・ゲーム</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・親同士の交流や情報交換</li> <li>・子どもたちと一緒にベトナム語でおしゃべり</li> </ul>  |
| 対 象           | 市内に住所のある小学生                                                                                                                                                        | 年長さん や 小学校1年生になる<br>子ども と パパ と ママ                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どものいる家族</li> <li>・妊娠している人とその家庭</li> </ul>                                                                                                  |
| 募 集 期 間       | 6月7日~6月20日                                                                                                                                                         | 6月5日~7月3日                                                                                                                                                                            | 6月26日~7月14日                                                                                                                                                                         |
| 募 集 人 員       | 20名                                                                                                                                                                | 15組(先着)                                                                                                                                                                              | 10家族                                                                                                                                                                                |
| 申 込 ・ 問 合 せ 先 | 多文化共生課 ☎ 0595-22-9702                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                     |

発行(はっこう) : 伊賀市国際交流協会(いがし こくさい こうりゅう きょうかい) 電話(でんわ): 070-4455-4900  
編集(へんしゅう): 伊賀市多文化共生課(いがし たぶんか きょうせい) 電話(でんわ): 0595-22-9702