



やさしいにほんご じょうほうし

いが



いがし じんこう
伊賀市の人口
がいこくじん じんこう
外国人の人口
がいこくじん わりあい
外国人の割合

87,390人
5,611人
6.42%
2022年 10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

オミクロン株対応ワクチン

新型コロナウイルスの ワクチンを 2回 接種した 12歳以上の方は 打つことができます。前の ワクチンを 接種して 3カ月以上 経過している方が 1人1回 打てます。接種券が 届いた方は、予約が できます。新型コロナウイルスの ワクチンの 3回目と 4回目の 接種券を もっている方も 予約が できます。接種期間は 2023年 3月31日までです。

【電話】 ワクチン接種推進課 0595-41-1550

●伊賀市新型コロナワクチン専用コールセンター【電話】0120-849-064 (月曜日～土曜日 午前8時30分～午後5時)

セルフケアをしましょう

冬は 新型コロナウイルス感染症や インフルエンザに なりやすい 季節です。自分や 家族の 健康を守るために、体調管理を大切に しましょう。○バランスのいい 食事を 心掛けよう ○適度な 運動を しよう ○十分な 睡眠を とうろう ○禁煙を しよう ○お酒と 上手に 付き合おう 【電話】健康推進課 0595-22-9653

物価高騰への給付金

電力、ガス、食料などの 価格高騰による支援として、1家族に 5万円を 給付 しています。次の 2つに 当てはまる 家族は 確認してください。●2022年の 市民税と 県民税が 非課税の 家族。対象の家族には 支給要件確認書を 送りましたので、提出期限までに 返信してください。●2022年 1月からの 給料が 減った 家族。※申請が 必要です。詳しいことは、電話して ください。【提出 (申請) 期限】2023年 1月31日(火曜日)【電話】生活支援課 0595-22-9674



年末年始の 休みと 病院



【伊賀市役所】12月29日(木曜日)から1月3日(火曜日)まで休み

【伊賀市応急診療所】(電話:0595-22-9990 住所:上野桑町1615)

受付は、診療が 終わる 時間の 30分前までに 来てください。健康保険証、お薬手帳を 持って来てください。

12月29日(木曜日)	午後8時から11時
12月30日(金曜日)から1月3日(火曜日)	午前9時から12時、午後2時から5時、午後8時から11時

【二次救急実施病院】午前8時45分から 次の日の 午前8時45分まで

12月29日(木曜日)	名張市立病院	1月1日(日曜日)	名張市立病院
12月30日(金曜日)	上野総合市民病院	1月2日(月曜日)	上野総合市民病院
12月31日(土曜日)	名張市立病院	1月3日(火曜日)	名張市立病院

【歯科 (歯医者)】午前9時から 午後5時まで 行く前に 電話をして ください。健康保険証を 持って来てください。

12月30日(金曜日)	稲浜歯科医院(電話:0595-21-0383 住所:上野片原町2773)
12月31日(土曜日)	いのうえ歯科医院 (電話:0595-23-8421 住所:ゆめが丘4-2-15)
1月2日(月曜日)	内田歯科医院 (電話:0595-21-0271 住所:上野農人町564)
1月3日(火曜日)	大竹歯科 (電話:0595-52-1100 住所:阿保1468-1)

こんげつ ぜいきん
今月の税金

こていしさんぜい き
固定資産税(3期)

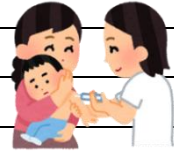
こくみんけんこうほけんぜい き
国民健康保険税(6期)

12月26日(月曜日) までに 払って ください。【問い合わせ】収税課 電話☎: 0595-22-9612

お知らせ

赤ちゃんの 予防接種を 受けましょう

予防接種の 名前	回数	予防接種を 受ける 年齢
ろ た う い る す ロタウィルス	2~3	せい ご しゅう しゅう 生後6 週 から 24 週 1回目の接種は、生後14 週 6日までに う 受けることが すすめられて います。
ひ ぶ ヒブ	1~4	せい ご かげつ さいみまん 生後2ヵ月から 5歳未満
はいえんきゅうきん 肺炎球菌	1~4	
がたかんえん B型肝炎	3	さいみまん 1歳未満
よんしゅこんごう じ ふ て り あ ひやくにちぜき はしょうふう ぼり お 四種混合(ジフテリア、百日咳、破傷風、ポリオ)	4	せい ご かげつ さい かげつみまん 生後3ヵ月から 7歳6ヵ月未満
BCG	1	さいみまん 1歳未満
ま ふう こんごう 麻しん・風しん混合(MR)	1 2	さい さいみまん 1歳から 2歳未満 2016(平成28)年4月2日から 2017(平成29)年4月1日生まれ
すいとう みず 水痘(水ぼうそう)	2	さい さいみまん 1歳から3歳未満 ※水ぼうそうに かかったことがある人は 打たない。
にほんのうえん 日本脳炎	1 2	さい さい かげつみまん 3歳から 7歳6ヵ月未満 さい さいみまん 9歳から 13歳未満
にしゅこんごう 二種混合(DT)	1	さい さいみまん 11歳から 13歳未満
しきゅうけい 子宮頸がん	3	さい さい じょし 12歳から 16歳の女子



高齢者 肺炎球菌の 予防接種を 受けましょう

【注射できる 期間】2023年3月31日(金曜日)まで 【注射の 回数】1回 【費用】3,000円

【注射できる 人】①か ②の どちらかの人で 今まで 肺炎球菌の 注射を したことが ない人。

接種できる 人に 案内はがきが 届きます。

① 今年度 65歳の 人(1957(昭和32)年4月2日から 1958(昭和33)年4月1日生まれの人)

②60歳から 65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器に 機能障 がいがある、または ヒト免疫不全ウィルスによる 免疫機能障 害で 身体障 がい者手帳1 級の人 ※今年、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳で、 今まで 接種していない人も

接種する お金の 一部の補助を 受けることができます。

●注射を したい人は、病 院に 予約をしてください。注射を する時は 案内はがきを 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



冬の 準備を しましょう

■水道管の 準備を しましょう

気温が マイナス4度 より 低くなると、水道の 水が 凍ります。外に 出ている 水道管を 守りましょう。

古い 毛布や 保温材を 水道管に 巻いて、その上から ビニールテープで とめます。水道管が 凍って 水が 出ないときは、水道管に タオルを かけて、その上から ゆっくり ぬるま湯を かけて 溶かします。急に 熱い お湯を かけると、水道が 壊れるので 気を つけましょう。【問い合わせ】水道工務課 電話 ☎: 0595-24-0002

■自動車の 準備を しましょう

雪が 積もっている 道路や 凍っている 道路は 滑り止めの ある タイヤで 走らないと 危ないです。

車が 滑って 事故を 起こして けがを するかもしれません。冬用タイヤ(スタッドレスタイヤ)や タイヤチェーンを 使って 安全に 運転を しましょう。【問い合わせ】伊賀建設事務所 電話: 0595-24-8210 伊賀警察署 電話: 0595-21-0110



医療と健康のお知らせ

赤ちゃんの健康(健康診断)と相談

市役所から案内の手紙が届きます。健康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カ月の健康	12月6日、12月20日、1月10日、1月31日	13:00 から 14:30 まで	はいとびあいがかい ハイトピア伊賀 4階
3歳6カ月の健康	12月8日、12月22日、1月12日	13:00 から 14:30 まで	はいとびあいがかい 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】伊賀市上野桑町1615(岡波総合病院の裏)

【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れます。

【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 TEL: 0595-24-1111	月曜日から金曜日 17:00 - 8:45 土曜日、日曜日、祝日 8:45 - 8:45
名張市立病院 TEL: 0595-61-1100	月曜日から金曜日 17:00 - 8:45 土曜日、日曜日、祝日 8:45 - 8:45
岡波総合病院 TEL: 0595-21-3135	月曜日 17:00 - 9:00 水曜日 17:00 - 8:45 日曜日、祝日 9:00 - 8:45

12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 名張	2 上野	3 名張	4 岡波/名張	5 岡波	6 名張	7 岡波
8 名張	9 上野	10 上野	11 岡波	12 岡波	13 上野	14 岡波
15 名張	16 上野	17 名張	18 岡波/名張	19 岡波	20 名張	21 岡波
22 名張	23 上野	24 上野	25 岡波	26 岡波	27 上野	28 岡波
29 名張	30 上野	31 名張				

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

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日曜日にも開いています)

【電話】0595-22-9629 ★予約をしてください。

【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】1月5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 / 日本の正月



12月が終わるころ、お掃除をして神様を迎える準備をします。

●大晦日/12月31日です。家族で「年越しそば」を食べます。細くて長いそばは長く生きるという意味があります。

12月31日の夜12時から寺で「除夜の鐘」を108回鳴らします。108回は心や体を苦しめる悪いことの数です。

●正月/1月1日から7日までです。雑煮やおせち料理を食べます。神社に初詣に行きます。

●雑煮/餅が入った汁物です。餅は昔から特別な日に食べる食べ物です。具や汁は地域や家庭で味が違います。

●おせち料理/縁起が良い(良いことが起こる)と言われる食べ物を、お重(箱)に入れた料理です。正月の3日間はお重の神様にも使ってもらうため、台所で料理をしないよう腐りにくい料理にします。

●正月飾り/しめ飾りは、門や神棚にしめ縄を張り、神聖な場所を示します。門松は、入口の門に松や竹の飾りを置きます。ここに神様が来ると言われます。

●初詣/年が明けて、初めて神社や寺にお詣りすることです。新しい1年の健康と幸せを祈ります。

勉強の ご案内

ささゆり 教室

12月31日は 休みです。

日本語で 学校の 勉強が できます。

【対象者】小学 3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

12月24日から 冬休みです。

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

12月28日は 休みです。

小学校で 習う 漢字の 勉強が できます。

【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】10円

【電話】国際交流協会 070-4455-4900

詳しくは 電話で 聞か、Facebook や ホームページを 見てください。

新 しい お 知 ら せ

年末年始の ごみの 持ち込み

伊賀北部地区(上野、伊賀、島ヶ原、阿山、大山田)

〇燃えるごみ、革、プラスチック、びん、金属、埋立ごみ、紙、布、粗大ごみなど。

持ち込む場所 ★さくらリサイクルセンター【電話】0595-20-9272【受付時間】9:00 から 16:30

料 金 が かかります。※12月31日(土曜日)から 1月3日(火曜日)は 休み

〇コンクリート、土、瓦、ブロック、レンガ、タイルなど。持ち込む場所 ★不燃物処理場【電話】0595-23-8991

【受付時間】9:00 から 16:00 ※12月29日(金曜日)から 1月3日(火曜日)は 休み

伊賀南部地区(青山) 〇燃えるごみ、燃えないごみ、プラスチック、資源ごみ(びん、缶、ペットボトル、古い紙、古い布)、粗大ごみなど。持ち込む場所 ★伊賀南部グリーンセンター【電話】0595-53-1120 料 金 が かかります。

【受付時間】8:30 から 12:00 と 13:00 から 16:30 ※12月30日(金曜日)から 1月3日(火曜日)は 休み



成人式を します

20歳に なった人は「成人式」で お祝いを します。12月に 案内ハガキが

届きます。参加する 人は 案内ハガキに 電話番号を 書いて、当日

持ってきてください。※会場に 入るときは、マスクと 検温をして

ください。【対象の 人】2002年4月2日から 2003年4月1日に 生まれた人

【とき】2023年1月8日(日曜日) 13:00 から(受付は 12:30 から)

【場所】案内ハガキに 書いてある会場

【問い合わせ】生涯学習課 電話: 0595-22-9679



冬休みの学習会

冬休みの宿題のお手伝いをします。

【日時】2023年1月5日 10:00 から 16:00

【場所】ハイトピア伊賀 【料 金】無料

【対象者】外国につながる小学生から 中学生

12月5日から12月23日までに 申し込みを

してください。※30人まで(先着順)

【申込先】多文化共生課 0595-22-9702



年末の 交通安全運動

【とき】12月1日(木曜日)から 10日(土曜日)まで

こどもや お年寄りを 交通事故から 守ります。

横断歩道は 歩いている 人が 優先です。

シートベルトと チャイルドシートを 使います。

お酒を 飲んだら 運転しません。

【問い合わせ】住民課 電話:0595-22-9638



通学定期券購入費を助成します

新型コロナウイルス感染症や 物価高騰による 家計への

支援として、電車や バスなどの 通学定期券 購入費を 一部 助成しま

す。【対象者】伊賀市に 住んでいて、通学定期券で 通学を している

人。【対象期間】2022年12月1日から 2023年3月31日までの 期間

申請方法などは 問い合わせるか、市ホームページを 確認して ください。

【電話】交通政策課0595-22-9663



2023年 1月1日(日曜日)から 応 急 診 療 所 が 移 転 し ま す 【住所】伊賀市上之庄1700-1 【電話】0595-22-9990

2023年 1月1日(日曜日)から 岡波総合病院が 移 転 し ま す 【住所】伊賀市上之庄2711-1 【電話】0595-21-3135

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