



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	85,954人
がいこくじん じんこう 外国人の人口	5,970人
がいこくじん わりあい 外国人の割合	6.95%
	ねん がつ じつ 2023年 12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

ぶつ かこうとうし えんきゆうふきん ついか
物価高騰支援給付金を 追加で もらうことができます。

もの ねだん たか かね たす せたい かぞく いっしょ す ひとたち
物の 値段が 高くなっているので お金を 助けます。1世帯(ひとつの 家族として 一緒に 住んでいる 人達)
で、7万円を 追加で もらうことができます。

たいしやうしゃ ねん がつ にち せたい ぜんいん ねんどぶん じゆうみんぜい きんどうわり ひかぜい せたい
【対象者】 2023年12月1日に 世帯 全員の 2023年度分の 住民税 均等割が 非課税の 世帯

たいしやう せたい てがみ ゆうそう とど しきゆうようけんかくにんしよ とど ひと ひつよう か
対象になる 世帯には、手紙が 郵送で 届きます。「支給要件確認書」が 届いた人は、必要なことを 書いて、3
月15日(金曜日)までに 市役所に 送ってください。

ねん がつ にち ねん がつ にち がつ にち いがし ひ こ
2022年分の 税金の 申告を していない人、2023年1月2日から 12月1日までに 伊賀市に 引っ越しをしてき
た人は 申請をして ください。

しんせいさき と あ せいかつし えんか でんわ
【申請先・問い合わせ】 生活支援課 電話：0595-22-9674

税金の 申告

つぎ の ①から ④の 人は 2023年の 税金を 申告してください。

- ① 自分で 会社をしている 人
- ② 家や 土地を 貸した・売った 人
- ③ 2つ以上 仕事を している 人
- ④ 給与や 退職所得(仕事を 辞めて もらうお金) 以外に 20万円以上 お金を 受け取った 人

※医療費(病院に 払った お金)の 控除を 受けたい 人も 申告をしてください。

しよとくぜい しやうひぜい そうざぜい し けんみんぜい ごうどう しんこく かいじやう
所得税、消費税、贈与税、市・県民税の 合同 申告 会場

【とき】

2月16日(金曜日)から 3月15日(金曜日)まで ※土曜日・日曜日、祝日は 休み
午前9時から 午後5時まで (受付は 午後4時まで)



【ところ】

ひるほてるさんびあいが かい いが ま (いがしさいみやうじ
ヒルホテルサンピア伊賀 3階 伊賀の間 (伊賀市西明寺2756-104)

【申告に 必要なもの】

- ① マイナンバーカード (マイナンバーカードが ない人は 通知カード と 運転免許証や 健康保険証、在留カード)
- ② 令和5年の 所得が わかる 書類
- ③ 控除を 受けるための 証明書
- ④ 銀行の 通帳(所得税が 返ってくる 申告を する人)
- ⑤ 鉛筆や ポールペン

【案内】

かいじやう はい にゆうじやうせいりけん ひつよう せいりけん あぶり ひるほてるさん
会場に 入るために「入 場 整理券」が 必要です。整理券は、アプリから とることができます。ヒルホテルサン
ピア伊賀で、その日に もらうことができます。人が 多い時は 違う日に なります。無料送迎バスは ありません。

【問い合わせ】

しよとくぜい しやうひぜい うえのぜいむしよ でんわ し けんみんぜい かぜいか でんわ
所得税、消費税/上野税務署 電話：0595-21-0950 市・県民税/課税課 電話：0595-22-9613

こんげつ ぜいぎん 今月の税金

こていしきんぜい き こくみんけんこうほけんぜい き
固定資産税(4期) 国民健康保険税(8期)

がつ にち もくようび ばら と あ しゆうぜいか でんわ
2月29日(木曜日) 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

新型コロナウイルスに関する お知らせ

新型コロナウイルスワクチンを 無料(0円)で 接種(ワクチンを 打つ(注射する)) できるのは、3月31日(日曜日)までです。ワクチンを 打ちたい 人は、病院に 相談をしてください。

【対象者 (ワクチンを 打つことが できる 人)】

1回目、2回目の ワクチンの 接種が 終わっている 生後 6カ月以上の すべての 人

【接種回数】 1回だけ 【使う ワクチン】 オミクロン株XBB.1.5 ワクチン

【接種券】 対象者へ 接種券を 送ることは 終わっています。今 持っている 接種券を 使ってください。

接種券を 失くした 人は、もう一度 もらうための 申請を してください。

【ワクチン接種】 伊賀市新型コロナウイルス専用コールセンター(日曜日、祝日は 休み) 電話: 0120-849-064

【問い合わせ】 健康推進課 予防接種係 電話: 0595-41-1550



看護師・介護福祉士の 勉強をする人は お金を 借りることができます。

【申し込みが できる人】

看護師 看護師の 免許を 取るために 看護専門学校や 看護系の 大学で 勉強をして 卒業したら、病院で 看護師として 働く 人。



介護福祉士 介護福祉士の 資格を 取るために 介護福祉士養成施設で 勉強をして 卒業したら、病院で 介護福祉士として 働く 人。

【借りることができる お金】 **看護師** 月 5万円 または 8万円

介護福祉士 月 5万円

【借りた お金を 返さなくても いい 人】 卒業して すぐに 看護師免許 や 介護福祉士資格を 取った 人で、上野総合市民病院で 働く 人 ※働く 期間が 決まっています。詳しくは 確認を してください。

【応募方法】 必要書類を 病院総務課へ 郵送か 持って行ってください。必要書類は 上野総合市民病院の ホームページから ダウンロード することができます。詳しくは 上野総合市民病院の ホームページを 見てください。

【問い合わせ】 上野総合市民病院 病院総務課 電話: 0595-41-0065

4Rで ごみを 減らしましょう

4Rとは、Refuse、Reduce、Reuse、Recycleの 初めの 文字の 4つの Rの ことです。

ごみを 減らすために、下に 書いてある 4つの Rを やりましょう。



◆ Refuse (リフューズ) もらわない!

○ 水筒や「マイボトル」を 使しましょう。「マイバッグ」を 使しましょう。レジ袋は 断りましょう。

◆ Reduce (リデュース) ごみになるものを 減らしましょう!

○ 食べ物は 余らないように 計画的に 買しましょう。残さずに 食べきりましょう。

○ 洗剤や シャンプーは 容器に 入った 物を 毎回 買わない。詰め替えが できるものを 買しましょう。

◆ Reuse (リユース) 何度も 繰り返し 使しましょう!

○ 繰り返し 使える 入れ物を使った 商品を買しましょう。

○ 使わなくなったものは、必要としている 人に あげましょう。

◆ Recycle (リサイクル) 違う 物にして もう一度 使います!

○ びん、缶、ペットボトル、紙は 分けて 捨てましょう。○ エコマークのある 商品を買しましょう。

【電話】 廃棄物対策課: 0595-22-1050



医療と健康のお知らせ

赤ちゃんの健康診(健康診断)と相談

市役所から案内の手紙が届きます。健康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カ月の健康診	2月20日、3月5日、3月19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カ月の健康診	2月15日、2月29日、3月21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時(夜おせい時間、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くことができます。

【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 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

2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		

相談窓口

生活の問題を相談することができます(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】3月10日(日曜日)

9:30 から 12:00 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

消費生活相談窓口(買い物をして困った時に相談するところ)

●契約で問題になった。●だまされて物を買った。●通信販売(インターネットなどで買った物)で問題になった。●たくさんの会社から借金をした。などで困ったときは、一人で悩まずに相談してください。

<相談する場合> ①トラブルにあったと思ったら、すぐに相談する。

②できるだけ契約した本人が相談する。

③契約書などの書類をそろえておく。

【相談先】住民課 電話：0595-22-9626

消費者ホットライン 電話：188

三重県消費生活センター 電話：059-228-2212 (相談時間/ 平日 9時から12時、13時から16時まで)



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 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

冬休み中 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

2月7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】0円 【電話】伊賀市国際交流協会
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

定例応急手当講習会



①【とき】3月5日(火曜日)9:00 から 12:00 まで

【内容】大人への 心肺蘇生法、AED の使い方、
異物除去法、止血法

【対象者】伊賀市に 住んでいる・働いている・
学校に行っている 小学 4年生 以上

②【とき】3月16日(土曜日)9:00 から 12:00 まで

【内容】1歳まで と 中学生までの 子どもへの
心肺蘇生法、AED の使い方、異物除去法、止血法

【対象者】伊賀市に 住んでいる・働いている・
学校に行っている 中学生以上

【ところ】消防本部 【定員】各回 先着30人

【申込方法】申込フォーム、電話

【申込期間】講習日の 1週間前まで

【申込先】

伊賀消防署管理課 電話:0595-24-9106



申込フォーム

世界と つながる 写真展 ~インド編~



インドの 人々や 風景を 映した 写真を 展示します。

【とき】3月8日12:00 から 3月20日17:00 まで

【ところ】ハイトピア伊賀 5階 展示ギャラリー

【電話】伊賀市国際交流協会: 070-4455-4900

市役所も キャッシュレス

(現金を 使わずに 支払う)が できます。

市役所の 証明書の 交付手数料を クレジットカード
や 電子マネー、二次元コード決済 (QRコード、
バーコード)で 支払うことが できます。



<できる 窓口>

本庁舎 課税課、収税課、住民課

伊賀、島ヶ原、阿山、大山田、青山の 支所

【電話】デジタル自治推進局: 0595-22-9622

ウエルカムベビー 教室

沐浴(お湯で 体を 洗う)体験、妊婦体験、育児
グッズの 展示、妊婦、育児 相談などを します。

【とき】3月3日(日曜日)

① 9:30 から 10:30 まで

② 11:00 から 12:00 まで

【ところ】ハイトピア伊賀 4階 多目的室

【定員】各回 先着 8組 【持ち物】母子健康手帳

【申込方法】電話 【申込開始日】2月7日(水曜日)

【申込先】健康推進課 電話: 0595-22-9653



離乳食 (赤ちゃんの 食べ物) 教室

5 か月から 8 か月ぐらいの 赤ちゃんの
食べ物のお話を 聞きます。離乳食を 作ります。

【とき】3月13日(水曜日) 13:30 から 15:00 まで

【ところ】ハイトピア伊賀 4階 多目的室

【定員】先着 6人 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、
エプロン、三角巾、手をふくタオル、子どもを 預ける時

に必要な おもちゃ、おむつ

【申込方法】電話 【申込開始日】2月15日(木曜日)

【申込先】健康推進課 電話: 0595-22-9653

