



やさしいにほんご じょうほうし

# いが



発行・編集：伊賀市国際交流協会 (☎070-4455-4900) ・伊賀市多文化共生課 (☎0595-22-9702)  
『広報いが』などから 記事を選んで のせています。情報紙は ホームページで 見ることができます。

|                         |                     |                    |              |
|-------------------------|---------------------|--------------------|--------------|
| い が し 伊賀市の 人口: 83,162 人 | にん 外国人の 人口: 6,319 人 | にん 外国人の 割合: 7.60 % | (2026年 1月末日) |
|-------------------------|---------------------|--------------------|--------------|

## お知らせ

### かがやけ! 暮らし商品券

物の 値段が 高くなっているの、生活を 助けるために プレミアム付き 商品券を 販売します。

**1セット 10,000円分(1,000円が10枚)を 5,000円で 買うことができます。** 全部の お店で 使うこと

ができる『全店共通券』が4枚、大きな お店 以外で 使うことができる『地元専用券』が6枚です。

#### 商品券を 申し込む

ひとり 2セットまで 買うことができます。決まった日までに 申し込みをしてください。前もって 申し込みをしないと 買うことができません。※買いたい人が 多い場合は、抽選になります。

【申込方法】 申込フォームから 申し込みをしてください。「返信メール」が きたら、申し込みが 完了(終わり)です。

※専用はがきで 申し込むこともできます。専用はがきのことは、問い合わせてください。

商品券を 買うことができる人には、「引換コード」が メール か 郵便で 届きます。

【申込期間】 3月9日(月曜日)PM0:00 から 3月31日(火曜日)PM0:00 まで

※専用はがきの場合は、3月31日までに 受け付けたという 印があるもの



申込フォーム

#### 商品券を 買う

【購入方法】 メールか 郵便で 届いた「引換コード」を 買う時に 見せてください。現金、クレジットカード、電子マネー、コード決済で 買うことができます。(使うことができないものも あります。)

【購入期間】 4月20日(月曜日)から 5月29日(金曜日)まで

【購入場所】 申し込みの時に 選んだ 場所



#### 商品券を 使う

【使用期間】 4月20日(月曜日)から 8月31日(月曜日)まで

伊賀市の 登録された お店で 使うことができます。(たばこ や 金券などには 使うことができません。)

【問い合わせ】 伊賀市かがやけ! 暮らし商品券事業実行委員会 電話: 0595-41-1160

◆住民税非課税世帯などには、「1世帯に 1セット」支給(あげる)します。

【対象者】 下の ①と② どちらにも 当てはまる世帯

① 2025年12月1日に 伊賀市に 住民登録がある 世帯

② 2025年度 住民税非課税世帯と 住民税均等割だけ 課税の 世帯

【支給方法】 対象の 世帯の 世帯主に 郵便で 送ります。(4月20日より 後に 送ります。)

※対象の人も 商品券を 買うことができます。

【問い合わせ】 生活支援課 電話:0595-22-9674



### 今月の税金

国民健康保険税(9期)  
3月31日(火曜日) までに 払って ください。【問い合わせ】 収税課 電話:0595-22-9612



アンドロイド アイフォン

ねん がつ ねん がつ かれんだー  
2026年 4月から 2027年 3月までの ごみの カレンダー

2026年 4月からの ごみの カレンダーは、住んでいる 町から もらいます。外国語は、郵便で 送られてきます。もらえなかった人は、市役所に行き、市役所に 行って もらってください。伊賀市の ウェブサイトで ごみの カレンダーを見たり、ダウンロードしたりすることができます。スマートフォンで、伊賀市 ごみ 分別 アプリを ダウンロードすることができます。ごみを 出すときは、カレンダーを見て 確認してから 出してください。

だ と き る ー る  
ゴミを出す時のルール

- ごみは、決められた 場所、決められた 日、決められた 時間までに 出してください。
- ごみは、分別(ごみを 種類に 分ける)して、出してください。
- 燃える ごみは「伊賀市 指定 ごみ袋」に入れてください。



【問い合わせ】上野・伊賀・伊賀・島ヶ原・阿山・大山田/さくらリサイクルセンター 電話: 0595-20-9272  
青山/青山支所 電話: 0595-52-1112 伊賀南部環境衛生組合 電話: 0595-53-1120

けいじどうしゃ てつづ わす  
軽自動車などの 手続きを 忘れていませんか

◆手続きは 必ず 3月中にしてください。  
軽自動車の 税金は、毎年 4月1日に 車を持っていない人が 1年分を 払います。4月2日より後に、途中で 車を捨てる人、車を持っていない人の 名前を変える人も 1年分の 税金を 払います。車を 捨てる人 や 車を持っていない人の 名前を変える人は、3月の 終わりにまでに 手続きをしてください。毎年、3月末は 窓口が とても 混みます。早めに 手続きをしてください。手続きは、窓口に来た人の 本人が わかる 確認書類が 必要です。

※普通自動車も 同じです。

お店に 車を 捨てる 手続きを お願いした人は、手続きが 終わったか お店に 確認してください。  
※手続きに 欲しいものは、電話で 確認してください。

【問い合わせ】3輪・4輪の 軽自動車/軽自動車検査協会三重事務所 電話: 050-3816-1779  
2輪の 軽自動車、小型自動車/中部運輸局三重運輸支局 電話: 050-5540-2055  
原動機付自転車、小型特殊自動車、農耕作業用などの自動車/課税課 電話: 0595-22-9613



◆減免(支払う 税金が 少なくなる または なくなる)を受けるには 毎年 申請をしてください。  
身体障害者手帳や 療育手帳などを 持っている人で、減免を受ける人は 納税通知書が 届いてから 納期限(税金を 納めないといけない日)までに 減免申請書に 書いて、必要な 書類と 一緒に 出してください。今まで 減免を受けていた人も 毎年 申請書を出してください。 【問い合わせ】課税課 電話: 0595-22-9613

そつぎょうしき にゅうがくしき  
卒業式 と 入学式

日本では、3月に 保育園、幼稚園、小学校、中学校、高校の 卒業式が あります。4月に 入学式が あります。主人公(中心になる人)は、子どもたちです。式の 一般的な マナーを 紹介します。



- 卒業式と 入学式は、お父さん や お母さんも 行きます。 ● 式の時、携帯電話の 電源を 切るか、音が 出ないようにしてください。 ● 時間を 守ってください。 ● 式の時、静かにします。大きな 声で 話さないでください。 ● お父さん や お母さんの 服は、派手に ならないようにします。 ● 普段着(ジーンズ や パーカーなどは) 着ません。 ● お父さんは、スーツなどを 着ます。お母さんは スーツや ワンピースなどを 着ます。
- 卒業式は、黒色や 青色など 暗い 色を 着ます。入学式は、ベージュ色など 明るい 色を 着ます。
- 肌が たくさん 見える 服は、着ません。 ● アクセサリーを たくさん つけるのは やめましょう。



こ けんしん けんこうしんだん そうだん けんしん う こ しゃくしょ あんない てがみ とど  
子どもの 健診(健康診断) と 相談 健診を 受ける 子どもには 市役所から 案内の 手紙が 届きます。

【電話】 健診/子どもの育ち支援課:0595-41-1556 【電話】 乳幼児相談/子育て支援室:0595-22-9665

|                                  |   |                              |  |
|----------------------------------|---|------------------------------|--|
| さい かげつ けんしん<br>1歳6カ月の 健診         | がつ にち がつ にち<br>3月12日、4月16日                                  | PM1:00 から 2:30 まで            | も もの ぼしけんこうてい<br>【持ち物】 母子健康手帳、<br>はいとびあいが かい<br>もんしんひょう<br>問診票など |
| さいじ けんしん さい かげつ<br>3歳児 健診(3歳6カ月) | がつとおか がつ にち<br>3月10日、4月21日                                  | 身体測定、栄養、保育の 相談を することができます。   |  |
| にゅうりょうじょうだん<br>乳幼児相談             | がつかつか むいか にち<br>3月2日、6日、18日<br>がつむいか とおか にち<br>4月6日、10日、15日 | ※詳しい 場所は 広報いが 26ページを 見てください。 |  |

◆伊賀市応急診療所 ☎0595-22-9990

ちか びょういん し ととき い  
近くの 病院が 閉まっている時などに 行くことができます。  
ちゅうしゃじょう つ でんわ しょうじょう おし  
駐車場に 着いたら 電話で 症状を 教えてください。

ばしょ いがしかみのしょう おかのみそうごうびょういん となり  
【場所】伊賀市上之庄1700-1(岡波総合病院の隣)  
じかん げつようび どうようび  
【時間】月曜日から土曜日 20:00-23:00  
にちようび しゅくじつ  
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 ☎059-229-1199

どの病院に い けいばいいか きくことができます。(24時間)

◆みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000

じかん げつようび どうようび つぎ ひ あさ  
【時間】月曜日から土曜日 19:00 から次の日の朝8:00  
にちようび しゅくじつ つぎ ひ あさ  
日曜日と祝日 8:00 から次の日の朝8:00  
そうだん にほんご かこくご  
相談は、日本語と 22カ国語でできます。

◆伊賀市救急・健康相談ダイヤル24

☎0120-4199-22 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。

|                              |  |
|------------------------------|--|
| ◆救急病院                        | じ かん し じかん すべ つぎ ひ あさ<br>時間 (閉まる 時間は 全て 次の日の 朝)  |
| うえのそうごうしんみんびょういん<br>上野総合市民病院 | げつようび きんようび どうようび にちようび しゅくじつ<br>月曜日から金曜日 土曜日、日曜日、祝日<br>TEL: 0595-24-1111 17:00 - 8:45 8:45 - 8:45   |
| なばりしりつびょういん<br>名張市立病院        | げつようび きんようび どうようび にちようび しゅくじつ<br>月曜日から金曜日 土曜日、日曜日、祝日<br>TEL: 0595-61-1100 17:00 - 8:45 8:45 - 8:45   |
| おかのみそうごうびょういん<br>岡波総合病院      | げつようび すいようび にちようび しゅくじつ<br>月曜日 水曜日 日曜日、祝日<br>TEL: 0595-21-3135 17:00 - 9:00 17:00 - 8:45 9:00 - 8:45 |

|                          |               |              |                                 |              |              |              |
|--------------------------|---------------|--------------|---------------------------------|--------------|--------------|--------------|
| 3月 <小児科(子どもの 病院)は ありません> |               |              |                                 |              |              |              |
| にちようび<br>日曜日             | げつようび<br>月曜日  | かようび<br>火曜日  | すいようび<br>水曜日                    | もくようび<br>木曜日 | きんようび<br>金曜日 | どうようび<br>土曜日 |
| 1 おかのみ/なばり<br>岡波/名張      | 2 おかのみ<br>岡波  | 3 なばり<br>名張  | 4 おかのみ<br>岡波                    | 5 なばり<br>名張  | 6 うえの<br>上野  | 7 うえの<br>上野  |
| 8 おかのみ<br>岡波             | 9 おかのみ<br>岡波  | 10 うえの<br>上野 | 11 おかのみ<br>岡波                   | 12 なばり<br>名張 | 13 うえの<br>上野 | 14 なばり<br>名張 |
| 15 おかのみ/なばり<br>岡波/名張     | 16 おかのみ<br>岡波 | 17 なばり<br>名張 | 18 おかのみ<br>岡波                   | 19 なばり<br>名張 | 20 うえの<br>上野 | 21 うえの<br>上野 |
| 22 おかのみ<br>岡波            | 23 おかのみ<br>岡波 | 24 うえの<br>上野 | 25 おかのみ<br>岡波                   | 26 なばり<br>名張 | 27 うえの<br>上野 | 28 うえの<br>上野 |
| 29 おかのみ/なばり<br>岡波/名張     | 30 おかのみ<br>岡波 | 31 うえの<br>上野 | とうばん<br>当番ではない時は 救急の 受け入れはしません。 |              |              |              |

相談 窓口

せいかつ もんだい そうだん しごと がっこう ほいくえん ほけん ねんきん ぜいきん ざいりゅうしかく もんだい なや  
生活の 問題を 相談することができます。(仕事、学校、保育園、保険、年金、税金、在留資格など) 問題や 悩  
みが あるときは 相談してください。相談は 無料(0円)です。(内容によっては 相談ができない場合があります。)

■伊賀市役所 多文化共生課 (伊賀市四十九町3184 市役所2階)  
げつようび きんようび  
月曜日から 金曜日まで AM8:30 から PM5:00 まで ☎0595-22-9702

■伊賀市 多文化 共生 センター (伊賀市上野丸之内500 はいとびあいが かい)  
げつようび きんようび  
月曜日から 金曜日まで AM9:00 から PM5:00 まで ☎0595-22-9629

ぎょうせいしよし てつづ せんもん ひと ざいりゅうしかく  
行政書士(手続きの 専門の人)に 在留資格や  
こくさいけつこん  
国際結婚などを 相談することができます。  
でんわ  
電話(0595-22-9702)で予約してください。  
【とき】4月2日(木曜日)13:30から16:00まで  
いがしたぶんかきょうせいせんたー  
【ところ】伊賀市多文化共生センター

勉強の ご案内

※詳しくは それぞれの 教室に 電話で 聞か、Facebook や ホームページを 見てください。

ささゆり 教室

3月28日は 休みです。

にほんご がっこう べんきょう  
日本語で 学校の 勉強が できます。  
たいしょうしゃ しょうがく ねんせい ちゅうがく ねんせい  
【対象者】 小学5年生から 中学3年生まで  
【とき】 土曜日/PM2:00 から 4:00 まで  
【ところ】 伊賀市総合福祉会館 2階  
【お金】 200円/1回  
【電話】 伊賀の伝丸  
0595-23-0912 080-3590-7612

伊賀 日本語の 会

にほんご にほんごのうりよくしけん  
日本語や 日本語能力試験(JLPT)の  
べんきょう  
勉強が できます。  
【とき】 水曜日/PM7:30 から 8:40 まで  
土曜日/PM7:00 から 8:30 まで  
【ところ】 伊賀市総合福祉会館 2階  
【お金】 200円/1回  
【電話】 事務局 090-3425-7099

漢字 教室

3月25日は 休みです。

しょうがっこう なら かんじ べんきょう  
小学校で 習う 漢字の 勉強が できます。  
たいしょうしゃ しょうがく ねんせい ねんせい  
【対象者】 小学 1年生から 4年生まで  
(申込みをしてください)  
【とき】 水曜日 PM3:30 から 4:30 まで  
【ところ】 はいとびあいが かい  
ハイトピア伊賀 4階  
【お金】 200円/1カ月  
【電話】 国際交流協会 070-4455-4900



みな く い ず  
皆さんにクイズです！

<問題> 過去の 災害から 学べることは 何ですか？

- A. 同じ 場所で 災害は 二度と 起きない
- B. 早めの 避難が 命を 守る
- C. 自分が 助かるために 他の 人のことは 放しておく



こた 答えは、「B. 早めの 避難が 命を 守る」です。

過去の 災害から 多くを 学ぶことができます。例えば、早めに 避難したことで 命が 助かったことがあります。過去の 経験を 知ることで、より具体的な 災害への 備えができます。地域で 行われる 防災訓練に 参加すると、災害時に どう 行動するか 学ぶことができます。近所の人と 助け合うことが、地域全体の 安全につながります。防災意識を 高めるために、家族や 友人と 災害時の 行動を 話し合みましょう。災害は いつでも 起こる 可能性があります。過去の 教訓を いかして、安心して 暮らせるように 準備を 続けてください。【問い合わせ】防災危機対策局 電話：0595-22-9640

お知らせ

伊賀警察署からの お知らせ



SNS を使った 犯罪の 被害から 子どもを 守りましょう！

春は、新しい 学年になったり、新しく 学校が 始まったりして、生活の 環境が 変わります。

その時、子どもが 犯罪の 被害に 合いやすいです。子どもが SNSで 知り合った人に 裸の 写真を 送ってしまい、写真を インターネットに 出すと 脅される 被害が あります。トラブルに 合わないために、お父さんや お母さんは 子どもの 携帯電話に 制限を かけましょう。子どもが 携帯電話を 使うときは ①から ③までの 約束を しましょう！

- ① 自分が 誰か わかることは 書かない。
- ② 知らない 人と 電話や メールを しない。
- ③ 下着姿や 裸の 写真は 撮らない、撮らせない。 【問い合わせ】伊賀警察署 電話：0595-21-0110

通学定期券等 購入費を 助成(助けます)します

伊賀市では、たくさんの人に 電車や バスに 乗ってもらうために、また 物の 値段が 高くなっているため、生活を 助けるために 通学定期券などを 買った お金の 半分以上を 助成(助ける)します。2026年度も 助成する予定です。

受付は、5月ぐらいを 予定しています。詳しいことは、伊賀市の ホームページを みてください。

【申込先】公共交通課 電話：0595-22-9663



自転車の 交通違反(ルールを 守らない)に 反則金(交通違反をした時に 払う お金)を 支払います

4月1日から 自転車に 小さな 交通違反を すると 反則金を 支払うこととなります。交通反則切符(青切符)を 渡します。16歳以上が 対象です。下に 書いてある 交通違反が 青切符の 対象となります。他にも たくさんあります。

| 交通違反                    | 反則金     | 交通違反                     | 反則金    |
|-------------------------|---------|--------------------------|--------|
| 電話をしながら、携帯を見ながら、自転車で 乗る | 12,000円 | ヘッドホンや イヤホンをしながら、自転車で 乗る | 5,000円 |
| 道の 右側を 走る               | 6,000円  | 「止まれ」のマークで 止まらない         | 5,000円 |
| 傘をさして 自転車で 乗る           | 5,000円  | 暗くなっても ライトをつけない          | 5,000円 |
| 他の 自転車と 横に 並んで 走る       | 3,000円  | 2人で 自転車で 乗る              | 3,000円 |

▽「歩道通行可」のマークがある時は、歩道を 走ってもいいですが、車 側を ゆっくり 走ります。歩いている人に 気をつけます。

▼飲酒運転(お酒を 飲んで 自転車で 乗る)などは、刑事手続きを する 交通切符(赤切符)を 渡します。

【問い合わせ】伊賀警察署 電話：0595-21-0110

