

新聞・雑誌・金属など 資源物は持ち去り禁止です。

「ごみ集積所から資源物を持ち去る者がいる」「ごみを持ち去った車がスピードを出して危ない」「集積所でごみ出しを待ち構えていて不安に感じる」など、昨年から資源物の持ち去りに伴う苦情や相談が多く寄せられてきました。持ち去り禁止看板を設置したり、パトロールを行ったり、持ち去り行為の防止に努めてきましたが、4月1日からは、資源物持ち去り行為に厳しく対処する条例を施行します。

これは「市廃棄物の減量及び処理等に関する条例」を改正し、持ち去り行為の禁止と違反者への罰則規定を設けたものです。

条例内容（4月1日施行）

- 持ち去り禁止の対象となる資源物は「新聞」「雑誌」「ダンボール」「飲料用紙パック」「衣類・布類」「ペットボトル」「金属」「びん」です。
- 市または市が委託する業者以外は資源物を収集・運搬できません。
- 違反して収集や運搬をした者に対して禁止命令を出すことができます。
- 禁止命令に違反した場合は20万円以下の罰金が科されます。
- 法人などが業務として違反をした場合は、行為者とともに法人などにも罰金が科されます。

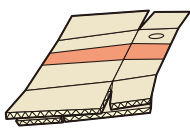
持ち去り禁止の対象



新聞



雑誌



ダンボール



飲料用紙パック



衣類・布類



ペットボトル



金属



びん

持ち去り行為を見掛けたら、環境政策課（各総合支所は地域振興課）まで情報をお知らせください。

問い合わせ 環境政策課 ☎229-3258 ☎229-3354

- 市からのお知らせ P2
- シリーズ人権 P5
- 平成22年火災・救急・救助の概況 P6
- 三重短期大学法経科第二部生と科目等履修生を募集します P7
- 3月健康相談などのお知らせ P8
- みんなの情報掲示板 P10
- 津のひと・もの P12

弁護士法人心

取扱 会社関係・債務整理・過払金・交通事故
業務 相続・労働問題・不動産取引・離婚・刑事・他

債務整理・過払金・交通事故被害のご相談は無料です

ご予約いただければ夜間及び土日にも相談承ります（受付時間：平日9時～19時）

●「任意整理・過払金請求事件」着手金0円・報酬 貸金業者1社につき2万＋減額分の1割＋過払金回収額の2割
【破産同時廃止事件】：30万円～／【個人再生事件】：35万円～
※事業の廃業・債権者数等により増額させていただきます ※実費・消費税別
※その他の費用については、お問い合わせ下さい ★受任の際には弁護士との直接面談が必要です

西尾有司（三重弁護士会） 森田清則（愛知弁護士会）
波多野寿哉（愛知弁護士会） 田中三貴（三重弁護士会）
堀田ますみ（三重弁護士会） 赤田光晴（愛知弁護士会）
長谷川 睦（愛知弁護士会） 斎藤美洋（三重弁護士会）
川戸 雄介（三重弁護士会）

http://kokoro.la
info@kokoro.la
0120-41-2403
(059-225-2403)

津駅法律事務所
（三重弁護士会）
津市羽所町345津駅前第一ビル5F
（津駅 0.5分）

名古屋駅法律事務所
（愛知弁護士会）
中村区椿町15-28サン名駅西口ビル5F
（名古屋駅 0.5分）

市からの お知らせ

記号の見方 ☎ 電話番号 📠 ファクス ✉ Eメール 🏠 ホームページ

○料金の記載のないものは無料

○受付時間…原則として土・日曜日、祝・休日を除く8時30分～17時15分

■津市ホームページ

※携帯電話からもご覧いただけます

HP 津市役所

検索

市政へのご意見・ご要望は…

市民交流課

〒514-8611 (住所不要)

☎229-3105

☎227-8070

✉info@city.tsu.lg.jp

■市東分庁舎のご案内

(大門7-15 津センターパレス 2階)

・スポーツ振興課 (☎229-3254)

・文化振興課 (☎229-3250)

・産業政策振興課 (☎229-3360)

・企業誘致室 (☎229-3263)

・商業労政振興課 (☎229-3114)

・観光振興課 (☎229-3170)

・教委生涯学習課 (青少年担当、
☎225-7172)

■各総合支所地域振興課のご案内

久居

〒514-1192 久居東鷹跡町246

☎255-8812 ☎256-7666

河芸

〒510-0392 河芸町浜田808

☎244-1700 ☎245-0004

芸濃

〒514-2292 芸濃町棕本6141-1

☎266-2510 ☎266-2522

美里

〒514-2113 美里町三郷48-1

☎279-8111 ☎279-8125

安濃

〒514-2326 安濃町東観音寺483

☎268-5511 ☎268-3357

香良洲

〒514-0392 香良洲町1878

☎292-4374 ☎292-4318

一志

〒515-2516 一志町田尻593-2

☎293-3000 ☎293-5544

白山

〒515-2603 白山町川口892

☎262-7011 ☎262-5010

美杉

〒515-3421 美杉町八知5828-1

☎272-8080 ☎272-1119

イベント

久居中央公民館まつり

久居中央公民館

☎256-3931 ☎256-3919

と き 3月12日(土) 13時30分～、13日(日) 9時30分～

ところ 久居中央公民館、久居市民会館

内 容 講座生の作品展示や即売、舞台発表(13日のみ)

一志地域公民館 合同作品展

一志中央公民館

☎293-5611 ☎293-3087

作品を通して、一志地域の歴史や文化を感じてください。

と き 3月12日(土) 9時～16時、13日(日) 9時～15時

ところ 一志中央公民館

内 容 公民館講座生による俳句、編み物、パッチワーク、絵画、書道、写真、生け花など

募 集

ガーデニング講習会

都市計画課

☎229-3290 ☎229-3336

春の花苗を使って基本的な寄せ植えを楽しみませんか。気軽に楽しめる講習会ですので、親子で参加することもできます。

と き 3月27日(日) 10時～、14時～

ところ お城西公園芝生広場(市本庁舎北側)

定 員 いずれも抽選25人

参加費(花苗代) 1人1,000円

申し込み 2月28日(月)までに直接または☎・📠で、住所、氏名、電話番号、受講希望時刻を都市計画課へ



ぜひ傍聴を

平成23年 第1回津市議会定例会

と き(いずれも10時～)

○本会議…2月28日(月)、3月9日(水)・10日(木)・11日(金)・14日(月)・25日(金)

○常任委員会…3月16日(水) 建設水道、17日(木) 教育厚生、18日(金) 経済環境、22日(火) 総務財政

ところ

津市議会議場または委員会室

※日程などは、変更になる場合があるため、津市議会ホームページでご確認ください。 HP 津市議会

検索

問い合わせ 議会事務局 ☎229-3222 ☎229-3337

情報発信番組

まるっと津ガイド・プラザ津（ケーブルテレビ アナログ6ch、デジタル123ch）毎日6時～24時

※プラザ津は8時・14時・20時から2時間放送

元気発信！津（三重テレビ）毎月第4日曜日9時～9時15分

津市情報マップ（FM三重）毎週水曜日17時30分～17時35分

〒514-8611
津市役所
〇〇課（室）行き

◆本庁舎への郵便物
については、住所
の記載は不要です

市からの お知らせ

ナイターの利用申し込み 4・5月分

津市体育館
☎225-3171 ☎229-0189

津球場公園内野球場と北部運動広場の4・5月分のナイター使用の申し込みを受け付けます。

申し込み 2月21日（月）～28日（月）8時30分～21時30分
に津市体育館へ

子育て

河芸保健センターの ロビーを開放

河芸保健センター
☎245-1212 ☎245-3791

子どもの遊び場や保護者同士の交流、子育ての情報交換の場としてご利用ください。申し込みは不要です。

と き 毎週金曜日（祝・休日、年末年始を除く）9時30分～16時

対 象 乳幼児と保護者

白バラクイズ 正解発表

広報津1月16日号の白バラクイズに多数のご応募をいただきありがとうございました。正解は、①地方公共団体の議会の議員および長②有権者③辞職④解散⑤減少でした。

正解者多数につき、抽選で20人の当選者を決定し、記念品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

問い合わせ

選挙管理委員会事務局

☎229-3236 ☎229-3338

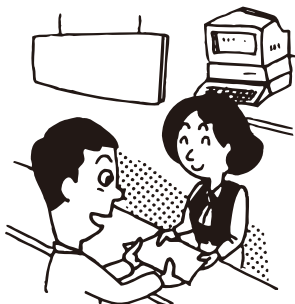
税

納税は納期内に 固定資産税・都市計画税(第4期)

収税課
☎229-3135 ☎229-3331

2月は、固定資産税・都市計画税の第4期の納期で、納付期限は、2月28日（月）です。忘れずに最寄りの金融機関、郵便局またはコンビニから納めてください。

また、納める手間や納め忘れない便利な口座振替をご利用ください。



ご案内

住基カード・電子証明書 の取得はお早めに

市民課
☎229-3144 ☎221-1173

所得税の電子申告（e-Tax）を利用するための個人向けの電子証明書を取得するには、住民基本台帳カード（住基カード）が必要です。確定申告期には手続きが混み合う場合がありますので、住基カードおよび電子証明書の取得はお早めにお願ひします。

発行手数料 住基カード、電子証明書…いずれも500円

有効期限 住基カード…10年間、電子証明書…3年間

■住基カードと電子証明書の発行時間を19時まで延長します

と き 3月7日（月）～15日（火）

と ころ 市本庁舎1階市民課

いいとこ見つけた

森林セラピーロード

君ヶ野ダム湖畔コース

（全長10.7km、高低差20m、所要時間3時間）

レークサイド君ヶ野を基点に、君ヶ野ダム湖畔を歩きます。広葉樹林に囲まれたなだらかなコースはノルディック・ウォークに最適です。レークサイド君ヶ野では、専用のポールを無料で貸し出しています。貸し出しの際には、簡単な手続きが必要です。



問い合わせ 美杉総合支所地域振興課 ☎272-8082 ☎272-1119

緊急診療所の ご案内	応 急 診 療 所	診療科目	診 療 日	受付時間（診療時間）
	津市休日応急・夜間こども応急クリニック (大里窪田町327-1 三重病院敷地内、☎236-5501)	内 科	日曜日、祝日(12月31日～1月3日を除く)	9:00～11:30(9:00～12:00) 13:00～16:30(13:00～17:00)
		小児科	毎夜間	19:30～23:00(19:30～23:30)
	津市夜間成人応急診療所(西丸之内23-1 津リージョンプラザ内、☎229-3303)	歯 科	日曜日、祝日(1月1日を除く)、 1月2日、8月14日・15日 12月31日	9:00～11:30(9:00～12:00) 13:00～15:30(13:00～16:00)
		内 科	毎夜間	19:30～22:30(19:30～23:00)
	津市久居休日応急診療所(久居本町1400-2 久居一志地区医師会館内、☎256-6207)	内 科 小児科	日曜日、祝日、12月30日～1月3日	10:00～16:00(10:00～16:00)

ペット

犬や猫を飼っている 皆さんへ

環境保全課
☎229-3282 ☎229-3354

飼い主のモラル低下による苦情やトラブルが増えています。人に迷惑を掛けないことは、飼い主として当然の義務です。正しい飼い方でマナーを守り、飼い主が分かるように鑑札や名札を着けましょう。ペットを捨てることは犯罪となりますので、絶対にやめましょう。

近年、ペットから人間にうつる「動物



由来感染症」の症例が報告されています。免疫力の低い高齢者などが感染すると死に至ることもあります。ペットにかまれたり、引っつかれたりすると感染する可能性があります。顔をなめさせるなど過剰な接触を避け、飼育場所を清潔に保つなどし、ペットからの感染症に注意しましょう。

犬を飼うときは

- ・散歩中のふんは必ず持ち帰り、放し飼いは絶対にしない
- ・無駄ぼえなどの問題行動がないよう、しつけや散歩を行う
- ・犬小屋の周囲は清潔にする

猫を飼うときは

- ・室内飼いに努める。鳴き声やふん害で知らないうちに近所迷惑を掛けていることがあります。

ます。トイレや爪研ぎなどができれば、広い生活空間は不要です。

- ・地域で飼い主のいない猫を増やさないために、適正な繁殖制限を行う

スポーツ

香良洲体育館を ご利用ください

香良洲体育館
☎☎292-2498

バレーボール、バスケットボール、バドミントン、卓球に利用できます。運動のできる服装、室内専用シューズが必要です。

利用時間 8時～21時30分

休館日 12月29日～翌年1月3日

20歳になったら子宮頸がん検診を受けましょう

～若いうちから自分の身体をいたわろう～

■子宮頸がんとは

子宮頸がんは子宮の入り口にできるがんで、若い女性の間で年々増えています。子宮頸がんの原因の第1位がHPV(ヒトパピローマウイルス)で、皮膚と皮膚(粘膜)の接触によって感染し、多くの場合、性交渉によって感染するといわれています。女性の約8割が生涯に1度は感染するといわれるほどありふれたウイルスで、性行動のある女性は子宮頸がんになる可能性があります。

HPVは100種類以上あり、約15種類が発がん性HPVです。感染してもほとんどは体内から自然消失しますが、HPV16型と18型は子宮頸がんを発症している20代～30代の女性の約70%～80%から見つかっています。

■子宮頸がんの予防ワクチン

子宮頸がんワクチンは、3回の接種で長期にわ

たってHPV16型と18型の感染から体を守ります。すでに感染しているHPVを排除したり、子宮頸部の前がん病変やがん細胞を治したりする効果はありません。

市では、2月1日から中学1年生～高校1年生の女性を対象に協力医療機関で予防接種を全額助成しています。

■1年に1度はがん検診を

20歳を過ぎると本市の子宮頸がん検診を受けることができます。検診方法は子宮の入り口を綿棒などで少しこすって細胞を採取するだけ、比較的簡単なものです。

子宮頸がんワクチンはHPV16型と18型の感染を予防するもので、子宮頸がんを100%予防するものではありません。ワクチン接種後も年に一度はがん検診を受けましょう。

問い合わせ 中央保健センター ☎229-3164 ☎229-3287

人権 (40)

男性の皆さんへ

「男は仕事、女は家庭」というような言葉は、昔ほどは聞かれなくなったように思います。しかし、そういう意識を持った人はまだまだ多いのではないのでしょうか。

女性の意識の変化や家庭の経済的な理由などから女性の社会進出は目覚ましく、現在は「男も女も仕事」という状況です。一方で「女は家庭」という意識はまだまだ根強く、働く女性、特に育児に携わっている女性には厳しい状況と言えるでしょう。保育園に空きがない、育児休業が取れないなど、子育てと仕事の両立のための環境が整っていないくて、仕事を断念するということもあるでしょう。そのような環境が整備されるには、もう少し時間がかかるかもしれません。では、わたしたちにできることは何もないのでしょうか。

最近、男性の子育て参加に注目が集まっています。国においても「イクメンプロジェクト」を推進しています。イクメンとは、子育てを楽しむ自分自身も成長する男性のこと、または将来そんな人生を送ろうと考えている男性のこ

とだそうです。芸能人がイクメン宣言したり、企業がイクメンサポーターになったりと、話題になっていて、これから浸透していくかもしれません。

子育てを楽しむなんて、そんな余裕はないという人も多いでしょう。イクメンプロジェクトとは、子育ては手伝いではなく積極的に参加するものという考えです。家事や育児を女性に任せっきりにするのではなく、助け合いながら、男性も女性も一緒になってやってみましょう。「仕事で疲れてきて子どもの世話なんて…」、「残業や休日出勤で時間がない」という人も、時間を作る工夫をしてみませんか。そして、話を聞いてくれたり、ちょっとしたやさしい言葉をかけてくれたりすると、女性はほっとすると思いますよ。

女性も男性もお互いに思いやりと感謝の気持ちを忘れずに。家庭からそして社会へその気持ちを広げていけたら素晴らしいと思います。

津人教(津市人権・同和教育研究協議会) 一志支部全体研修会

と き 2月26日(土) 13時30分～15時

と ころ 一志中央公民館

内 容 田宮榮一さん(元
警視庁警視監)による講演「子どもの人権・安全を守るためのまちづくり～治安回復は健全な家庭の構築から～」

費 用 無料



問い合わせ 川合文化会館 ☎293-2639

平成22年国勢調査結果(速報)

平成22年国勢調査にご回答いただき、ありがとうございました。本市の人口・世帯数の集計結果(速報値)がまとまりましたのでお知らせします。

なお、この数値は、今後、総務省統計局から公表される確報値とは異なる場合があります。

○人 □ 285,728人

○世帯数 112,903世帯

問い合わせ 総務課 ☎229-3112 ☎229-3255

平成22年 火災・救急・救助の概況

平成22年（1月1日～12月31日）の火災・救急・救助の各統計は次のとおりです。

火 災

▲は減少を示します

区分	平成22年	平成21年	増減
火災件数合計	110	109	1
建物火災	66	56	10
うち住宅火災	38	34	4
林野火災	5	10	▲5
車両火災	11	12	▲1
船舶火災	0	0	0
その他の火災	28	31	▲3
死者	9	6	3
うち住宅火災	7	3	4
負傷者	11	13	▲2

平成22年中の火災件数は110件で、前年とほぼ同数となりました。火災種別でみると、建物火災は10件の増加となりましたが、林野や車両、その他の火災は減少しました。

火災による死者は住宅火災7人、車両火災1人、その他の火災1人でした。住宅火災で犠牲となった7人のうち3人は、逃げ遅れによるものと見られ、住宅用火災警報器が未設置でした。

本市における住宅用火災警報器の推計設置率は、平成22年度の調査で65.3%ですが、火災が発生した住宅における設置率は約29%（38件中11件）と低くなっています。



救 急

▲は減少を示します

区分		平成22年	平成21年	増減
出動件数		12,224	11,572	652
搬送件数		11,312	10,693	619
搬送人員		11,532	10,925	607
主な事故種別	急病	7,416	6,997	419
	一般負傷	1,841	1,744	97
	交通	1,469	1,357	112

平成22年中の救急出動件数は1万2,224件で、前年に比べ652件の増加となり過去最高を更新しました。前年と比較し、急病や交通、一般負傷などの出動件数の増加が見られます。

事故種別で見ると、例年同様急病が7,416件で最も多く、次いで一般負傷の1,841件、交通の1,469件という順になりました。軽症者が過半数を占め、タクシー代わりと推測されるケースもありました。



救急車は、傷病者を緊急に医療機関へ搬送する必要がある場合や、搬送手段のない人のために出動するものです。適正な救急車の利用にご協力ください。

救 助

▲は減少を示します

区分		平成22年	平成21年	増減
出動件数		118	157	▲39
活動件数		56	81	▲25
救助人員		53	81	▲28
主な事故種別	交通事故	74	98	▲24
	火災	7	3	4
	水難事故	5	8	▲3
	建物等による事故	5	10	▲5

平成22年中の救助出動件数は118件で、前年に比べ39件の減少となりました。事故種別で見ると、火災が4件増加して7件となりましたが、その他は減少しました。最も多いのが交通事故の74件で、全体の62.7%を占めました。

火災の救助件数が増加したのは、建物火災が増加したことが大きな要因と考えられます。また、救助人員は53人でした。



問い合わせ 予防課 ☎254-0354 ☎256-7755



三重短期大学

法経科第二部生と科目等履修生を募集します

■法経科第二部生

三重短期大学は、第二部（夜間課程）を設置する県下唯一の公立短期大学です。現代社会に深く関わりのある法律、経済などの専門科目とともに教養科目も幅広く開設しており、勉学意欲のある人に広く学習機会を提供し、地域に開かれた大学を目指しています。

最近では、中高年や主婦、他の大学・短大を卒業した皆さんの入学も増え、生涯学習の場としても活用されています。

選抜方法(募集人員)

- ・一般入試(40人程度) …小論文、面接、書類審査
- ・センター試験利用入試(50人程度) …同短期大学での個別試験なし
- ・社会人入試(30人程度、平成23年3月31日までに22歳に達する人が対象) …面接、書類審査

出願方法 郵送

出願期間 3月7日(月)～11日(金) ※必着

試験日時 3月19日(土) 9時～

試験会場 同短期大学

合格発表 3月25日(金) 14時に掲示 ※同短期大学ホームページ([HP](#))でも公開

●入試要項などの請求

入試要項は、選抜方法によりそれぞれ異なりますので、希望する入試要項を同短期大学へ請求してください。

郵送を希望する人は、返信用封筒<角形2号の封筒に切手を貼って、郵便番号・住所・氏名を表書したもの>を同封し、同短期大学学生部(〒514-0112 一身田中野157)へ送付してください。

●返信用封筒に貼る切手の額面

- ・一般入試要項と大学案内…390円
- ・一般入試要項…240円
- ・センター試験利用入試要項と大学案内…240円
- ・センター試験利用入試要項…200円
- ・社会人入試要項と大学案内…240円
- ・社会人入試要項…140円

■科目等履修生

すべての学科(法経科第一部・第二部、生活科学科)で科目等履修生を募集します。平成23年3月31日までに18歳に達する人であれば誰でも出願できます。

科目等履修生は、本科生と同様、学内の施設を利用できますので、自己啓発を目指す人にとっては格好の学習の場となります。

科目等履修生制度の特徴は、学習する科目について所定の成績を修めると単位が認定されることです。学習方法によって、科目履修生と選科履修生があります。希望に応じて、いずれかまたは両方を選択して学習することができます。ただし、実習を伴う科目については履修を制限することがあります。

◆科目履修生

所定の時間割の中から学習したい学科目を自由に選択することができます。

◆選科履修生

同短期大学が定めた複数の学科目をすべて学習します。従って、選科履修生には、学習目的に応じ、複数のコースが設けられています。科目履修生に比べると受講料が割安になります。

選抜方法 面接、書類審査

出願方法 直接同短期大学へ

出願期間(前期および通年講義分) 3月7日(月)～9日(水) 9時～18時

試験日 3月16日(水)

試験会場 同短期大学

合格発表 3月25日(金) 15時に掲示 ※同短期大学ホームページ([HP](#))でも公開

●出願書類は、同短期大学で配付します。出願方法・試験時間など詳しくはお問い合わせください。

法経科第二部(夜間)の受験相談会を開催

大学案内・募集要項などを用意しています。

と き 2月20日(日) 13時～17時

ところ アスト津4階アストプラザ会議室2

参加費 無料(事前申し込み不要)

3月

健康相談などのお知らせ

保健センター
だより

保健センターでは、安心して妊娠・出産・子育てができ、また生活習慣病の予防や健康の保持増進ができるよう、健康相談・健康教室を実施しています。また、随時、電話相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

保健センター名	問 い 合 わ せ		保健センター名	問 い 合 わ せ	
中 央	☎229-3164	☎229-3287	安 濃	☎268-5800	☎268-5801
久 居	☎255-8864	☎255-1999	香良洲	☎292-4183	☎292-4147
河 芸	☎245-1212	☎245-3791	一 志	☎295-0112	☎295-0115
芸 濃	☎266-2520	☎266-2525	白 山	☎262-7294	☎262-6520
美 里	☎279-8128	☎279-2088	美 杉	☎272-8089	☎272-1120

健康相談

成人を対象に、保健師による相談や血圧測定などを行います。

定 員 いずれも先着8人

申し込み 2月22日(火)から各保健センターへ

ところ	とき(3月)
久 居	23日(水) 9:30~11:00
美 里	25日(金) 9:30~11:00
安 濃	2日(水) 9:30~11:00
美 杉	15日(火) 13:30~15:00

栄養士による栄養相談

対 象 成人

定 員 いずれも先着3人

申し込み 2月22日(火)から各保健センターへ

ところ	とき(3月)
安 濃	2日(水) 9:30~11:00
久 居	23日(水) 9:30~11:00

栄養士によるすこやか栄養相談

対 象 妊産婦、乳幼児と保護者

定 員 いずれも先着2人

申し込み 2月23日(水)から各保健センターへ

※相談時間はいずれも9時~10時

ところ	とき(3月)	ところ	とき(3月)
中 央	15日(火)	香良洲	9日(水)
久 居	16日(水)	一 志	1日(火)
河 芸	4日(金)	白 山	2日(水)
芸 濃	8日(火)	美 杉	4日(金)
安 濃	4日(金)		

精神科医師によるこころの健康相談

と き 3月3日(木) 13時30分~14時30分

ところ 中央保健センター

対 象 こころの症状で悩んでいる人、またはその家族

定 員 先着3人

申し込み 2月22日(火)から同保健センターへ

マタニティー倶楽部

対 象 妊婦

申し込み 前日までに各保健センターへ

ところ	とき(3月)	内 容
中 央	23日(水) 13:30~15:30	赤ちゃんを楽しむ絵本、赤ちゃんとお過ごす生活について想像してみよう(図書館職員と保健師による講話)
久 居	11日(金) 13:30~15:30	元気に妊娠・出産・育児のできる身体をつくろう(助産師による講話)

赤ちゃんの離乳食教室

妊産婦、乳幼児と保護者を対象に栄養士による話、離乳食の試食や実習などを行います。

申し込み 2月23日(水)から各保健センターへ

〈生後5~8カ月ごろの内容の調理実習〉

ところ	とき(3月)	定 員
河 芸	7日(月) 10:00~11:45	いずれも先着16人 (初めての人優先)
一 志	22日(火) 10:00~11:45	

※エプロンとおんぶひもを持参

〈生後9~18カ月ごろの内容で試食〉

ところ	とき(3月)	定 員
芸 濃	11日(金) 10:00~11:30	いずれも先着20人 (初めての人優先)
香良洲	18日(金) 10:00~11:30	

食生活のワンポイントアドバイス

冬は気温が低く乾燥しやすいため、風邪をひきやすいものです。バランスの良い食事や十分な睡眠、こまめな水分摂取を心掛け、体調を崩さないよう免疫力を高め、暖かい春に向けて元気に冬を乗り切りましょう。

ビタミンA・C・E~体の抵抗力を高める

野菜ではカブ、ホウレンソウ、大根、カボチャ、ニンジン

など、果物ではカキ、ポンカン、イチゴ、ミカンなどに多く含まれます。

温かい料理~血行が良くなり体温が下がりにくい

スープや鍋、煮込み料理など、体の内側から温める料理を取り入れましょう。

香味野菜・香辛料~体温上昇、食欲増進、消化を助ける

ショウガ、ネギ、ニラ、ニンニク、唐辛子などを料理のアクセントに利用しましょう。カレー粉やこしょうの風味も利用しましょう。

3月の催しカレンダー

記号の見方
 ①有料 ②整理券が必要 ③問い合わせ
 ④こども総合支援室 ☎229-3284
 ⑤中央保健センター ☎229-3164
 ⑥文化振興課 ☎229-3250

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 子育て広場「エンジェル」 10:00～11:30 一志保健センター ☎一志保健センター ☎295-0112	2 にこにこキッズ 10:30～12:00 北部市民センター ☎教委教育研究支援課 ☎229-3243	3	4	5 「22世紀の津市」地域絵画展(津地域、9日まで、7日は休館) 9:00～22:00(9日は17時まで) 津リージョンプラザ ☎都市計画課 ☎229-3177
6 津市民文化祭音楽部門(合唱) 12:30～18:30 白山総合文化センター ④⑤ 映画鑑賞会 14:00～ 津図書館2階視聴覚室 ☎同図書館 ☎229-3321	7	8 あそびの広場 10:30～12:00 市民活動センター ☎⑥	9	10 あそびの広場 10:30～12:00 市民活動センター ☎⑥	11 「22世紀の津市」地域絵画展(美杉地域、14日まで) 8:30～17:00 美杉総合開発センター ☎都市計画課 ☎229-3177	12 久居中央公民館まつり(13日まで) ② 一志地域公民館合同作品展(13日まで) ②
13 休日納付相談・納付窓口 9:00～16:00 市税…収税課 ☎229-3136 国保料と後期高齢者医療保険料…保険年金課 ☎229-3161 介護保険料…介護保険課 ☎229-3149 保育料…こども家庭課 ☎229-3167	14	15 あそびの広場 10:30～12:00 市民活動センター ☎⑥	16	17 あそびの広場 10:30～12:00 市民活動センター ☎⑥	18 「22世紀の津市」地域絵画展(白山地域、21日まで) 8:30～17:00 白山総合文化センター ☎都市計画課 ☎229-3177	19 津市民文化祭音楽部門(軽音楽) ④ 18:00～20:30 津リージョンプラザ ④⑤ おはなし会スペシャル 14:30～15:30 久居ふるさと文学館2階視聴覚室 ☎同館 ☎254-0011 文化講演会?「発見塾」 13:30～15:30 津リージョンプラザ ④⑤
20 津市民文化祭音楽部門(三曲) 13:00～16:00 津リージョンプラザ ④⑤ 映画鑑賞会 14:00～ 津図書館2階視聴覚室 ☎同図書館 ☎229-3321	21 建国記念の日	22	23 子育て広場「ぶっちママサロン」 10:00～11:30 芸濃福祉センター ☎芸濃保健センター ☎266-2520	24 津市民緑と花の市(28日まで) お城西公園 ☎都市計画課 ☎229-3178	25	26
27 春休みストーリーテリング 13:30～ 一志図書館 ☎同図書館 ☎295-0116 家訓でモットー元気になろう! ④ 17:30～ 津リージョンプラザ ☎⑤	28 子育て広場「エンジェル」 10:00～11:30 津リージョンプラザ2階健康教室 ☎⑥	29	30 おはなし会スペシャル 13:30～ うぐいす図書館 ☎同図書館 ☎262-5000	31	お忘れなく 市民税・県民税の申告と所得税の確定申告は、2月16日(水)～3月15日(火)です。	



3月の開催日程

問 競艇事業課 ☎224-5106 ☎224-9944

1日(火)～6日(日)
場外発売 GI女子王座決定戦(三国)
 3日(木)～7日(月)
 グランプリファイナル戦津商工会議所杯争奪津市長賞
 9日(水)～12日(土)
場外発売 GIIモーターボート大賞(常滑)
 11日(金)～14日(月)
 BOATBoyカップ
 13日(日)～15日(火)
場外発売 GIIモーターボート大賞(児島)
 16日(水)～21日(月・祝)
場外発売 SG総理大臣杯(戸田)
 25日(金)～28日(月)
 年度末感謝レース
 26日(土)～31日(木)
場外発売 GIIモーターボート大賞(尼崎)

3月のスポーツ施設一般公開(個人使用)

津市体育館(9時～21時30分) ☎225-3171	バドミントン(8面)	3日(木)、9日(水)、15日(火)、28日(月)
	卓球(18台)	8日(火)、17日(木)、23日(水)
	バレーボール(3面)	2日(水)、7日(月)、22日(火)
安濃中央総合公園内体育館(9時～21時30分) ☎268-0100	バドミントン、ソフトバレー、卓球など	2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)
久居体育館内卓球室(9時～21時) ☎255-6081	卓球(5台)	毎日(日曜日終日と月曜日午前を除く)
一志体育館(9時～21時) ☎293-5688	バドミントン、ソフトバレー、卓球など	12日(土)、20日(月)、26日(土)

■施設の内容(予約方法、使用可能種目、使用料など)について詳しくは各施設へ直接お問い合わせください。また、津市ホームページでスポーツイベントの予定や施設の利用(予約)状況が確認できます。

みんなの 情報掲示板

記号の見方

日	日時	費	費用
場	場所	申	申し込み
内	内容	問	問い合わせ
対	対象	☎	電話
定	定員	📠	ファクス
抽	抽選	✉	Eメール
先	先着	HP	ホームページ

お知らせ

防災訓練パネル展

日 2月22日(火)～3月6日(日)
場 津センターパレス1階展示場
※27日(日) 10時～、14時～4階
会議室で耐震学習会を行います。
問 みえ防災コーディネーター津
ブロック事務局長(☎226-7352)

津ぎょうざレシピコンテスト

市民の皆さんから募集した津
ぎょうざオリジナルレシピの調
理コンテストを行います。出来
上がった津ぎょうざの試食もで
きます。 ※数限定
日 2月27日(日) 13時～ **場** 大
門大通り商店街アーケード
問 津市観光協会(☎246-9020)

全日写連久居支部写真展

日 3月4日(金)～7日(月) 9時～
17時 ※7日は16時まで **場** ポ
ルタひさいふれあいセンター
費 無料
問 同支部代表者(☎255-5932)

2011モータースポーツファン感 謝デー

日 3月12日(土)、13日(日) 9時
～17時ごろ **場** 鈴鹿サーキット
内 2011鈴鹿F1グランプリ地域
活性化協議会の紹介や津市など
の観光・物産PR、各種イベント
費 広報津2月16日号を持参で1冊

につき10人まで無料 ※駐車料
金1台につき1,000円が別途必要
問 観光振興課(☎229-3170)、鈴
鹿サーキット(☎059-378-1111)

狩猟期間が延長されました

イノシシおよびニホンジカの
狩猟期間が1カ月延長され、3月
15日までになりました。ほかの
狩猟鳥獣の狩猟期間は、従来ど
おり11月15日～翌年2月15日ま
でです。
問 県環境森林部自然環境室(☎
224-2578)

募 集

江^さ姫ゆかりの地周遊バス (県委託事業・要予約)

市内にある江ゆかりの地をガ
イドと共に巡ります。
日 3月31日(木)までの毎日
費 大人1,000円、小学生500円
申 観光販売システムズ(☎052-
589-0200)へ

ウォーキング大会

日 3月6日(日) 9時～ ※受け付
けは8時30分～、雨天中止
場 辰水小学校集合 **内** 辰水小学
校から長谷山を往復(9.8km)
申 3月1日(火)までに美里地区体
育振興会事務局(美里総合支所
地域振興課内、☎279-8111)へ

高虎楽座出店者(先着順)

日 4月16日(土) 10時～16時
場 フェニックス通り ※荒天時
は会場を変更 **内** 衣料品や雑
貨、手作り品、骨董品など
申 3月9日(水)～11日(金)に高
虎楽座運営協議会事務局(商業
労政振興課内、☎229-3225)へ

津市民ゴルフ大会

日 3月29日(火) 7時30分～
場 一志ゴルフ倶楽部(一志町大
仰) **内** 18ホールストロークブ
レー **対** 小学4年生以上 ※小学
生は保護者同伴 **定** 先180人
費 1,000円、プレー代▶大学生以
上7,330円▶高校生以下2,930
円
申 2月23日(水)～3月20日(日)
に津市ゴルフ協会事務局担当者
(☎237-1095)へ

健 康

転倒予防教室(無料)

日 2月24日(木) 10時～11時30
分 **場** 津センターパレス5階
対 市内に在住の60歳以上の人
定 80人
申 2月23日(水)までに津市社会
福祉協議会津支部(☎213-
7111)へ

転倒予防教室(無料)

日 2月25日(金) 13時30分～15
時30分 **場** 白山保健福祉セン
ター **対** 市内に在住の60歳以
上の人 **定** 30人
申 2月24日(木)までに津市社会
福祉協議会白山支部(☎262-
7029)へ

地デジ化の準備はお早めに

地上およびBSのアナログ放送は7月に終了し、
デジタル放送へ移行します。

問 総務省 三重県テレビ受信者支援センター
(デジサポ三重) ☎059-993-5511



2011年7月完了
地デジ化

Analogue broadcast will fully switch over to
Digital broadcast by July 2011.
©www.mie.go.jp

市民健康広場(無料)

日 3月6日(日) 13時30分～16時
場 津地区医師会館・三重看護専門学校(島崎町) **内** 杉田正明さん(三重大学教育学部保健体育科准教授)による講演「チーム力について～サッカーワール

ドカップ・日本代表のチームワーク作りのお話」、落語 **定先** 150人
問 津地区医師会(☎227-1775)



住民健康講座(無料)

日 3月10日(木) 14時～15時
場 一志中央公民館 **内** 長崎裕さん(医師)による講演「心臓と血管の病」 **定** 100人
問 久居一志地区医師会(☎255-3155)

相談コーナー

無料税務相談(要予約)

日 2月21日(月)～3月2日(水) 9時30分～16時 **場** 津税理士会館1階(広明町) **内** 税理士による確定申告の税務相談
申 東海税理士会津支部(☎226-3222)へ

たてもの相談会

日 3月5日(土) 10時～16時
場 河芸中央公民館2階第一研修室 **内** 新築や増築、建て替え、バリアフリー、耐震診断、耐震補強関係などの相談
問 建築指導課(☎229-3187)、防災室(☎229-3104)、三重県建築士事務所協会津支部(☎226-8447)

交通事故相談(無料)

日 毎週月～金曜日9時～15時30分 ※祝・休日、年末年始を除く **場** 県栄町庁舎3階(栄町一丁目) **内** 損害賠償や示談の進め方などについての相談
問 県交通安全・消費生活室交通事故相談窓口(☎228-7350)

消費生活相談

日 毎週月～金曜日9時～12時、13時～16時 ※祝・休日、年末年始を除く **場** 津市消費生活センター(市本庁舎1階市民交流課内) **内** 消費生活相談員による商品の購入やサービス利用などのトラブル

に関する相談(電話相談也可)
問 同センター(☎229-3313)

法的な困りごととは法テラスへ

日 毎週月～金曜日9時～21時、土曜日は17時まで ※祝・休日、年末年始を除く **内** 法的トラブルの解決に役立つ法律制度や相談窓口の情報を提供
問 同テラスコールセンター(法的トラブル☎0570-078374、犯罪被害者相談☎0570-079714)

行政書士定例無料相談

日 毎月第2木曜日10時～16時 ※祝・休日、年末年始を除く
場 三重県行政書士会事務局(広明町) **内** 許認可などの申請書類の作成や契約書などの権利義務、事実証明の作成などに関する相談
問 同事務局(☎226-3137)

犯罪被害者相談(無料)

日 毎週月～金曜日10時～16

時 ※祝・休日、年末年始を除く **場** みえ犯罪被害者総合支援センター(栄町一丁目) **内** 犯罪の被害に遭った人や家族の相談 ※電話相談(☎221-7830)や法律相談(予約制)などもあり
問 同センター(☎213-8211)

3月の行政相談

内 行政に関する苦情や要望

とき(3月)	ところ
1日(火) 9時～12時	アスト津4階会議室3
3日(木) 13時～16時	津センターパレス1階特設会場
14日(月) 13時～16時	ポルタひさい3階多目的研修室
17日(木) 13時～16時	津センターパレス1階特設会場
17日(木) 13時30分～15時	グリーンハウス美杉2階会議室
18日(金) 9時～12時	河芸ほほえみセンターケース会議室
22日(火) 9時～12時	とことめの里一志会議室

問 三重行政評価事務所(☎227-6661)

新規学卒者・未就職卒業者の皆さんの就職活動を応援します

みえ新卒応援ハローワーク

三重労働局・ハローワーク津では、「みえ新卒応援ハローワーク」において以下のように皆さんの就職が決まるまでを支援します。

- 就職ジョブサポーターによるきめ細かな個別支援
- 臨床心理士による相談
- 全国ネットワークの強みを生かした他県就職希望者への支援
- エントリーシートや履歴書の添削指導や面接指導など

日 月～金曜日9時～19時(祝・休日、年末年始を除く)

場 アスト津3階おしごと広場みえ

問 学生職業相談窓口(☎229-9591)

みんなに笑顔届けたい

寿町にあるイタリアンレストランで店長を務める藤田紗綾香さん。

学生時代からさまざまなアルバイトを経験し、就職先となる現在のレストランにも最初はアルバイトとして入社。現在では店長として店舗を任されている。



デザイン
カップチーノ
との出会い

は、アルバイトをして
いた時の当
時の店長が
実際に目の
前で作ってくれた時とのこと。



「最初は難しく上手に描くことができませんでしたが、もともと絵を描くことが好きでしたので、練習を重ねるうちになんとか描くことができるようになりましたね」と話す藤田さん。

今ではオリジナルのデザインを含め、レパートリーは20種類以上とか。お店を訪れる人の中には、飼っているペットやアニメなどのキャラクター、似顔絵などを描いてほしいといったオーダーも

あるとのこと。

「テーブルに出した瞬間にその反応が分かりますので、とても緊張します。出来上がった絵を携帯で写真を撮る姿や家族連れ、グループで喜んでいる様子を見るととても嬉しいですね。これからもたくさんの方が笑顔になれるよう、もっともっと技術を磨いて、よりよいものを提供し続けていきたいです」と笑顔で話す藤田さん。

たくさんの人に笑顔を贈りたい、そんな藤田さんの思いを1杯のカップチーノに込めて、今日も

カップに描かれた絵がみんなにほほえみかけ

