広報津 TSU

津まつり ……P2
市からのお知らせ ……P4
10月の主な催し ……P7
みんなの情報掲示板 ……P8
歴史健康ウオーク①美杉コース ……P11
歴史散歩 ……P12

津まつり

10月12日(土)・13日(日)

弁護士法人心
企業法務・過払金・借金・交通事故・後遺障害・相続・遺言・刑事 他
交通事故 賠償額 後遺障害 無料診断サービス実施中
過払金 無料診断サービス実施中
弁護士法人心所属弁護士
西尾有司<三重> 森田清則<愛知県> 川戸雄介<三重> 柄澤愛子<東京> 里雅仁<愛知県>
荒川陽香<愛知県> 斎藤美淳<三重> 赤田光晴<愛知県> 陶山智洋<岐阜県> 石井浩一<東京>
田中三貴<三重> 古田裕佳<岐阜県> 寺井渉<三重> 長谷川睦<愛知県> 岩橋毅彦<愛知県>
※主たる事務所は愛知県弁護士会所属・< >内は弁護士会名です
相談料0円（過払金・借金・交通事故被害・後遺障害以外は初回30分程度） 夜間・土日相談可(要予約) 広告
総合受付 0120-41-2403（よい にし おさん） 平日9時～22時受付
詳細は⇒http://kokoro.la
(一般電話:052-485-6003)
津駅法律事務所 <三重弁護士会> 津駅0.5分
松阪駅法律事務所 <三重> 松阪駅1分
名古屋駅法律事務所 <愛知県> 名古屋駅0.5分
名古屋みなと法律事務所 <愛知県> 荒子川公園駅5分 イオンモール名古屋みなと内
東京駅法律事務所 <東京> 東京駅2分
豊田市駅法律事務所 <愛知県> 豊田市駅3分
岐阜駅法律事務所 <岐阜県> 岐阜駅3分

2013
9/16
No.186

津まつり

販売中

津まつりガイドブック

パレードのスケジュールや会場内容、出演団体の紹介など、津まつりの全てが分かるガイドブック(100円)を販売中。販売場所は、津市観光協会ホームページをご覧ください。

HP 津市観光協会 検索

有料観覧席チケット

パレードをゆったり座って楽しめる有料観覧席チケットを販売中。　前売り800円　当日1,000円

問い合わせ　観光振興課　229-3234　FAX229-3335

A お城西公園会場・ステージ

G フェニックス会場・市民総踊り

H 津市まん中広場会場・夢屋台

E 裁判所前通り会場・安濃津よさこい

10月12日 土

A お城西公園会場
- ステージ(安濃津よさこい、各種団体の演舞披露)　12時～20時30分

E 裁判所前通り会場
- 安濃津よさこい　11時30分～20時

F JC会場～津中央郵便局前～
- 安濃津よさこい　11時30分～18時

G フェニックス会場
- 安濃津よさこい他　10時～18時30分
- 市民総踊り　18時30分～19時20分、19時40分～20時30分

H 津市まん中広場会場
- アコースティックライブ夢屋台　10時～21時

I 観音公園
- 世界食品・音楽市　9時～21時

市内各所
- 山車、みこしなど　終日

会場案内図

→ 津まつり大パレードコース
→ 和船山車「安濃津丸」巡行コース

臨時バスを運行(片道200円)

- メッセウイング・みえ ⟷ 会場…12日(土)・13日(日)
- 県庁外来駐車場 ⟷ 会場…13日(日)

Gフェニックス会場・郷土芸能の集い

E裁判所前通り会場・津まつり大パレード

Cお城公園会場・美杉手筒花火

FJC会場・エンジョイブース

I観音公園・世界食品・音楽市

D旧中央公民館及び市役所東通り会場・各種団体出展

10月13日(日)

A お城西公園会場
- ステージ(安濃津よさこい他、各種団体の演舞披露)
  10時～21時

B 津リージョンプラザ
- 健康まつり　10時～15時
- 人形劇団つくし公演(お城ホール)
  10時30分～11時30分、14時～15時(予定)

C お城公園会場
- フリーマーケット　10時～16時
- 美杉手筒花火　19時～

D 旧中央公民館及び市役所東通り会場
- 各種団体出展・展示　10時～17時

E 裁判所前通り会場
- 桟敷席前津まつり大パレード
  参加者演舞
  9時10分～14時50分
- ディズニーパレード　16時～
- 安濃津よさこいパレード
  16時30分～20時30分

抽選350組限定!

ディズニーパレード裁判所前観覧席の整理券を配布

9月25日(水)～28日(土)に、津市観光協会でディズニーパレード裁判所前観覧席の整理券の抽選申し込みを受け付けます。詳しくは、津市観光協会(☎246-9020)へお問い合わせください。

F JC会場～津中央郵便局前～
- ステージ(安濃津よさこい、各種団体の演舞披露)
- エンジョイブース
  いずれも9時～20時30分

G フェニックス会場
- フェニックス演舞場(各種団体演舞披露など)
  8時50分～16時55分
- 郷土芸能の集い(唐人踊り、しゃご馬、八幡獅子、入江和歌囃子、津高虎太鼓など)　16時55分～21時30分
- 物産等出店コーナー　10時～17時30分

H 津市まん中広場会場
- アコースティックライブ夢屋台　10時～21時

I 観音公園
- 世界食品・音楽市　9時～21時

国道23号
- 津まつり大パレード(和船山車安濃津丸、みこしパレード、マーチングバンド、時代絵巻、唐人踊り、しゃご馬、八幡獅子、安濃津よさこいなど)　10時～16時
- ディズニーパレード　16時～

津駅前及び津新町通り会場
- 安濃津よさこい他、各種団体の演舞披露　10時～16時

市からのお知らせ

○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

お知らせ

障がい児等生活支援ファイル「はっぴぃのーと」を発行

障がい福祉課
229-3157　FAX229-3334

「はっぴぃのーと」は、障がいがある子どもや発育・発達に心配なことがある子どもの発達や成長の記録を、保護者が一冊にまとめるためのファイルです。

対　象　市内に在住・在学で18歳以下の、障がいがある子どもや発育・発達に心配なことがある子どもの保護者

申し込み　障がい福祉課、各総合支所市民福祉課(福祉課)にある申込書に必要事項を記入して提出

申込開始日　10月１日(火)

※お渡し日などは後日連絡します。

９月の献血(400ml)

地域医療推進室
229-3372　FAX229-3287

と　き　9月25日(水)11時～12時

ところ　香良洲公民館

対　象　男性17～69歳、女性18～69歳で男女とも体重が50kg以上の人　※65歳以上の人は、60～64歳の間に献血経験のある人

ペットを飼うときはマナーを守って

環境保全課
229-3282　FAX229-3354

ペットを飼うときはマナーを守り、愛情をたっぷり注いで、しっかり責任を持って飼いましょう。

- 犬の放し飼いは絶対にやめましょう
- 猫は室内飼いに努めましょう
- ふんは必ず持ち帰りましょう
- 鳴き声で近所に迷惑を掛けないようにしましょう
- 鑑札や迷子札などを付け、飼い主が分かるようにしましょう

児童扶養手当の月額を改定

こども家庭課
229-3155　FAX229-3334
各総合支所市民福祉課(福祉課)

平成25年10月分から児童扶養手当の月額が下表のとおり改定され、12月に支給される手当から、70円～290円の減額になります。受給者には後日通知しますので、ご確認ください。

児童扶養手当(月額)

	９月分まで	10月分から
全部支給	41,430円	41,140円
一部支給	41,420円～9,780円	41,130円～9,710円

～緑あふれるすてきな街に～

津市民緑と花の市

10月3日(木)～7日(月)

9時30分～16時30分(7日は15時まで)

お城西公園芝生広場(市本庁舎北側)

庭木、花苗、園芸用品などを販売

モデルガーデン展示＆庭づくり相談室

上記期間中開催。和洋風2通りのモデルガーデンの展示、市内庭園職人による庭づくり相談会

緑の相談室

庭木や花の管理などの相談会

と　き　10月５日(土)・６日(日)13時～15時

地元産食材販売

市内で栽培された新鮮な野菜などの販売

と　き　10月３日(木)～７日(月)10時～13時

※売り切れ次第終了

ガーデニング講習会

秋の花苗を使った基本的な寄せ植えの講習会

と　き　10月６日(日)10時～、13時～、15時～

※募集は締め切りました。

問い合わせ　都市政策課　229-3290　FAX229-3336

イベント

光と波の健康ウオーキング

香良洲保健センター
☎292-4183　FAX292-4147

自分に合った距離を選んで、みんなで楽しくウオーキングしましょう。

と　き　10月29日(火)9時30分～
集合場所　サンデルタ香良洲
内　容　距離2.6㎞・3.0㎞・4.5㎞のコース
持ち物　飲み物、タオル
申し込み　不要

募　集

津市友好訪中市民団団員

市民交流課
☎229-3102　FAX229-3366

津市の友好都市「鎮江市」を訪問する津市友好訪中市民団の団員を募集します。鎮江市のほか、世界遺産である黄山も訪れます。現地では日本語のできる鎮江市職員が随行しますので、海外旅行が初めての人も安心です。

と　き　11月14日(木)～19日(火)の５泊６日
対　象　市内に在住・在勤・在学の18歳以上の人
訪問都市　鎮江市、黄山市、上海市
定　員　先着40人(最少催行人数20人)
参加費　１人10万7,340円
※全日程食事付き。パスポートの取得費や一人部屋希望時の追加料金などの個人的費用、燃油特別付加運賃は含みません。
申し込み　市民交流課へ
申込期間　９月20日(金)～10月15日(火)

気軽にチャレンジ！川柳講座

文化振興課
☎229-3250　FAX229-3247

「津市民文化」編集委員で川柳部門選者の阪本きりりさんによる入門講座。川柳を始めてみようと思う人には絶好の機会です。五・七・五のリズミカルな17文字の創作世界を体験してみませんか。

と　き　10月１日(火)13時30分～15時
ところ　津リージョンプラザ２階第２会議室
定　員　30人
申し込み　電話で文化振興課へ
締め切り　９月27日(金)

患者等搬送事業乗務員基礎講習会

救急課
☎254-1603　FAX256-7755

と　き　10月26日(土)・27日(日)　８時～19時(全２日間)
ところ　消防本部３階研修室
内　容　患者等搬送事業に必要な知識と技術を習得する講習
※修了者に乗務員適任証を交付
対　象　車椅子などを固定できる車両で、緊急性の低い入退院や通院、社会福祉施設などへの搬送を実施している事業者の乗務員
教　材　「患者等搬送乗務員基礎講習テキスト2010年版ガイドライン対応」(東京法令出版／税込5,100円)を各自で用意して持参
申し込み　電話で救急課へ
申込期間　10月１日(火)～11日(金)９時～17時　※土・日曜日を除く

健康づくり推進員と一緒にグラウンド・ゴルフ

芸濃保健センター
☎266-2520　FAX266-2525

グラウンド・ゴルフに参加し、楽しく健康づくりをしましょう。雨天の場合は室内でゲームをします。

と　き　10月16日(水)13時30分～15時30分
ところ　市芸濃庁舎芝生広場
定　員　先着50人
参加費　100円(保険代他)
申し込み　芸濃保健センターへ
申込開始日　９月24日(火)

津市情報発信番組

津市行政情報チャンネル・ケーブルテレビ　デジタル123ch(アナログ6ch)
まるっと津ガイド・プラザ津　毎日6時～24時
※プラザ津は、8時・14時・20時から2時間放送

三重テレビ放送
つ いいと、ツイート!　毎月第4日曜日9時～9時15分
旬感☆みえ～MY CITY MY TOWN～　年6回放送予定

FM三重
津市情報マップ　毎週水曜日17時30分～17時35分

津市では、市民の皆さんの活動、地域のできごと、市役所からのお知らせなど、さまざまな話題をテレビ、ラジオなどでお届けしています。ぜひ、ご視聴ください。

募　集

公民館講座

教委生涯学習課
☎229-3248　FAX229-3257

■考古学講座～古墳とは何か～

古墳とは何かを考え、当時の死生観に迫ります。

と　き　10月19日(土)13時30分～15時
ところ　橋北公民館研修室A
講　師　和田晴吾さん(立命館大学特任教授)
定　員　抽選30人
受講料　500円
締め切り　10月４日(金)必着

■文学講座～津ゆかりの文学～

津市にゆかりのある文学の講座を全3回シリーズで開講します。

とき・内容

いずれも10時～11時30分

開催日	テーマ・講師
10月26日(土)	中山義秀「台上の月」を読む 三品理絵さん(皇學館大学准教授)
11月16日(土)	随筆「阿漕雲雀」を読み解く ー江戸時代 津の人と風土ー 髙倉一紀さん(皇學館大学教授)
11月30日(土)	津の漢学とその周辺 ー有造館を中心にー 松下道信さん(皇學館大学准教授)

ところ　中央公民館研修室A
定　員　抽選30人
受講料　1,500円
締め切り　10月11日(金)必着

いずれもの申し込みも

はがきまたはEメールで講座名、郵便番号、住所、氏名、電話番号を教委生涯学習課(〒514-8611 住所不要、✉229-3248@city.tsu.lg.jp)へ

えこえこバザール出店者

環境政策課
☎229-3212　FAX229-3354
津市市民エコ活動センター
☎237-1185

手作り作品を中心にしたミニフリーマーケットへ出店しませんか。

と　き　11月17日(日)10時30分～15時
ところ　津市市民エコ活動センター(西部クリーンセンター内)
定　員　抽選13組
申し込み　津市市民エコ活動センターへ
締め切り　10月２日(水)

※詳しくは、津市市民エコ活動センターへお問い合わせください。

ウェブでも広報津を

津市ホームページトップページのこのバナーをクリック

広報津 TSU　広報紙

３種類の形式があります

見る　ＰＤＦ版

紙面をそのままの形で楽しみたい人に

読む　音声読み上げソフトウェア対応版

文章だけを読みたい人や視覚障がいのある人に

聞く　音声版

音声で聞きたい人や、視覚障がいのある人、外国人など文章を読むのが難しい人に

津市民スポーツ・レクリエーションフェスティバル

■津市民スポレク祭

と　き　11月30日(土)９時～15時
ところ　久居体育館、久居スポーツ公園
内　容　ミニ大会、教室体験コーナー、生涯学習・スポーツ・市民活動団体による演技発表、バザーなど
定　員　300人程度
参加費　400円
申込開始日　10月16日(水)　※当日参加可

■グラウンド・ゴルフ大会

と　き　11月24日(日)９時～12時　※予備日12月１日(日)
ところ　津球場公園内野球場
対　象　市内に在住・在勤・在学の中学生以上
定　員　抽選150人
参加費　200円
締め切り　９月30日(月)必着

いずれの申し込みも

スポーツ振興課、津市体育館、各総合支所地域振興課にある所定の申込用紙に必要事項を記入し、直接または郵送、ファクスでスポーツ振興課(〒514-0056 北河路町19-1 メッセウイング・みえ内)へ

問い合わせ　スポーツ振興課　☎229-3254　FAX229-3247

10月の主な催し

記号の見方　有料　整理券が必要　時開催時間　場場所　問問い合わせ　電話番号

3日(木)～7日(月)

津市民緑と花の市　時9:30～16:30　※7日は15:00まで　場お城西公園　問都市政策課　229-3290

6日(日)

歴史健康ウオーク①(美杉コース)　時9:00～　場JR名松線伊勢奥津駅前集合　問文化振興課　229-3250

6日(日)・20日(日)

映画鑑賞会　時14:00～　場津図書館　問同図書館　229-3321

12日(土)・13日(日)

津まつり　場お城西公園、フェニックス通り他　問観光振興課　229-3234

20日(日)

ひさい版仮装大笑整　時14:00～15:30　場白山総合文化センター　問久居総合支所地域振興課　255-8846

26日(土)

久居まつり前夜祭　時11:00～21:00　場緑の風公園他　問久居総合支所地域振興課　255-8846

27日(日)

久居まつり久居彩祭　時10:00～15:00　場久居二ノ町商店街周辺他　問久居総合支所地域振興課　255-8846

吉田沙保里杯津市少年少女レスリング大会　時9:00～　場一志体育館　問スポーツ振興課　229-3254

29日(火)

光と波の健康ウオーキング　時9:30～　場サンデルタ香良洲集合　問香良洲保健センター　292-4183

10月の納期
市民税・県民税(第3期)
お忘れなく。納付は便利な口座振替をご利用ください。

10月のスポーツ施設一般公開(個人使用)

津市体育館　225-3171 (9時～12時、13時～17時、18時～21時30分)	バドミントン(8面)	2日(水)、7日(月)、15日(火)、31日(木)
	卓球(18台)	4日(金)、17日(木)、23日(水)
	バレーボール(3面)※ソフトバレー可	10日(木)、21日(月)、30日(水)
久居体育館内卓球室　255-6081 (9時～12時、13時～17時、18時～21時)	卓球(5台)	毎日(大会などで一般公開を中止する場合があります)
河芸体育館　245-3191 (9時～12時、13時～17時、18時～21時30分)	卓球(2台)	毎日(大会などで一般公開を中止する場合があります)
芸濃総合文化センター　265-6000 (9時～12時、13時～17時、18時～21時30分)	バドミントン、ソフトバレー(アリーナ)、卓球(剣道場)	1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)
美里体育館　279-8123 (9時～12時、13時～17時、18時～21時30分)	ソフトバレー	8日(火)
	バドミントン	18日(金)
安濃中央総合公園内体育館　268-0100 (9時～21時30分)	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)
香良洲体育館　292-2498 (9時～12時、13時～17時)	バドミントン、ソフトバレー、卓球など	7日(月)
一志体育館　293-5688 (9時～12時、13時～17時、18時～21時)	バドミントン、ソフトバレー、卓球など	12日(土)、20日(日)
白山体育館　262-4363 (9時～12時、13時～17時)	バドミントン	7日(月)
	卓球	21日(月)

■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。

10月		1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	17 木	18 金	19 土	20 日	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	27 日	28 月	29 火	30 水	31 木
スタンド	本場	津GP第5戦 長月vs神無月								新鋭リーグ第2戦GⅢプリンスカップ										中日スポーツ高虎杯争奪戦							猪の倉温泉 湯けむり争奪杯					
	場外	GⅡ江戸川MB大賞								多摩川						SG全日本選手権(平和島)				GⅢ児島新鋭リーグ							GⅠ蒲郡58周年			GⅠ福岡		
津インクル	昼	津GP第5戦 長月vs神無月		鳴門					休館日	三国	新鋭リーグ第2戦GⅢプリンスカップ					福岡		GⅢ児島	中日スポーツ高虎杯争奪戦				尼崎		猪の倉温泉 湯けむり争奪杯				下関女子		
		GⅡ江戸川MB大賞								多摩川						SG全日本選手権(平和島)				GⅢ児島新鋭リーグ				GⅢ宮島女子リーグ						GⅠ福岡		
										芦屋女子L																	GⅢからつ企業杯		尼崎			
	夜	丸亀				GⅠ住之江				GⅠ住之江			蒲郡オール女子				若松			住之江				GⅠ蒲郡58周年						住之江		
		若松女子L		蒲郡						若松			桐生			丸亀				桐生										桐生		

みんなの情報掲示板

悲しい数字
7月分
（平成25年累計）

火災件数…… 15件（104件）
うち住宅火災…… 5件（25件）
救急出動数…… 1,306件（8,128件）
交通事故数…… 898件（5,866件）
死亡者数…… 0人（5人）
負傷者数…… 200人（1,187人）

市民の動き
8月1日現在

世帯数…… 121,778世帯
（前月比78世帯増）
人　口…… 285,917人
（前月比3人減）
男性…… 138,512人
女性…… 147,405人

イベント

交通安全フェスティバル(無料)

日9月29日(日)10時～15時　場津ドライビングスクール(博多町)　内交通安全ポスター展、白バイ・パトカーとの記念撮影、巨大迷路で学ぶ交通ルールなど　問同スクール(☎224-0188)

丸之内商店街イルミネーション祭典

日10月5日(土)16時～18時　場丸之内商店街アーケード　内大型イルミネーション点灯、津ぎょうざプレゼント(定先300人)、ゆるキャラとの写真撮影、三重大学応援団による演技など　問同商店街振興組合(☎224-4955)

いなば園ふれあい祭

模擬店や出し物を通じて障がいのある人と交流を深めませんか。
日10月20日(日)10時～14時　場県いなば園(稲葉町)　※当日のボランティアも募集しています。10月4日(金)までに同園へ　問同園(☎252-1780)

募　集

わんぱくディキャンプ

日①10月26日(土)②10月27日(日)いずれも9時30分～15時　場津市青少年野外活動センター(神戸)　内飯ごう炊さん、カレー作り、マッチの使い方　対市内に在住の小学1～3年生　定先各60人　費1,200円　申9月24日(火)から直接または電話で同センター(☎228-4025)へ　※申し込みは①、②どちらか一方のみ

語り部さんと歩こう

日11月16日(土)9時～9時30分受け付け　場市一志庁舎前集合　内平楽寺五智堂で五智如来と熊野観心十界曼荼羅を特別拝観し、松の木のない里伝説の地(一志町庄村)を歩く約6kmのコース　費200円　定先100人　申9月20日(金)から一志総合支所地域振興課(☎293-3008)へ

一志町波瀬で開催した時の様子

四季の彩り祭り「新春祭」参加者

日来年1月11日(土)10時～15時30分　場ポルタひさいふれあいセンター　内邦楽、ダンス、ショーなどのステージ発表(応募多数の場合は抽選、出演団体数により時間制限あり)　申10月1日(火)～11日(金)17時に久居総合支所地域振興課にある応募用紙を提出　問同実行委員会(同課内、☎255-8812)

ひさい榊原温泉マラソン

ゲストランナーは皇學館大学駅伝競走部の皆さんです。当日は地元物産品の販売も行います。
日11月17日(日)9時～　※雨天決行　場榊原小学校、榊原温泉郷周辺　申10月4日(金)までに、久居体育館、スポーツ振興課、久居総合支所地域振興課にある所定の用紙に必要事項を記入し、同体育館へ　問同実行委員会(同体育館内、☎255-6081)

市民登山大会

日10月20日(日)7時30分～18時30分　場市本庁舎第2駐車場集合(津警察署隣)　内熊野古道八鬼山越えコースへの登山　定抽40人　費1,500円(当日徴収)　申9月27日(金)までに、往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、緊急連絡先を記入し津市スポーツ･レクリエーション協会(〒514-0056 北河路町19-1 メッセウイング･みえ内)へ　※はがき1通で2人まで　問津峠の会担当(☎228-4855)

ユニバーサリティスポーツ

ボッチャ、ネオホッケー、ネイチャーゲームなど、年齢、性別、障がいの有無にかかわらず、だれでも参加できるスポーツ・レクリエーションイベントです。
日10月6日(日)9時～12時　場津市青少年野外活動センター　費300円(当日徴収、未就学児は無料)　申9月27日(金)までに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、緊急連絡先、配慮してほしい事項を記入し、郵送またはファクスで三重県レクリエーション協会事務局(〒514-0002 島崎町3-1 三重県島崎会館内、FAX246-9801)へ　問申し込みに関すること…同事務局(☎246-9800)、内容に関すること…津市スポーツ・レクリエーション協会担当(☎090-2576-5918)

シャフルボードセミナー＆津大会

日10月13日(日)９時～16時　場香良洲体育館　内セミナー(午前)と大会(午後)　費1,000円(セミナーのみ500円)
申10月５日(土)までに同大会担当(090-4232-1125)へ

津市シルバー人材センター入会説明会

日①10月９日(水)②10月16日(水)いずれも13時～14時30分
場①同センター本部(三重町津興)②久居総合福祉会館
問①同センター本部(224-4123)②同センター久居支部(256-2208)

ドイツ語教室(全10回)

日10月11日～12月20日の毎週金曜日18時45分～20時30分
※11月1日を除く　場橋北公民館研修室Ｂ・Ｃ　内三重大学のドイツ人留学生が教える会話と文法など　費1万2,000円(三重日独協会員は1万円)
申同教室担当(232-0594)へ

公開講座

日10月25日(金)14時30分～16時(13時30分開場)　場アスト津４階アストホール　内弁護士の菊池幸夫さんによる講座「出会いの人生から学んだこと」　定先200人
申９月24日(火)から、住所、氏名、電話番号を記入し、電話またはファクス、Eメールで三重県損害保険代理業協会(236-5155、FAX236-5156、midaikyo@sweet.ocn.ne.jp)へ

健　康

家族介護教室(無料)

日10月18日(金)10時～11時30分　場津センターパレス３階津市社会福祉協議会第１会議室　内ハンドマッサージと介護座談会　対市内に在住の60歳以上の人　定先20人
申10月４日(金)から同協議会津支部(213-7111)へ

住民健康講座(無料)

日10月10日(木)14時～15時
場久居公民館　内山本暢朋さん(榊原病院医師)による講演「職場や家庭におけるうつ病」
問久居一志地区医師会(255-3155)

認知症予防教室(無料)

日10月11日(金)10時～11時30分　場津センターパレス３階津市社会福祉協議会会議室１　内「手指を使って脳を刺激!!」と手描きカレンダー作り　対市内に在住の60歳以上の人　定先20人
申９月27日(金)から同協議会津支部(213-7111)へ

三重県医師会健康教育講演会(無料)

日10月３日(木)14時～16時　場三重県医師会館(桜橋二丁目)
内脳をテーマに、講演「もの忘れと認知症」「からだが喜ぶ食材の組み合わせ」、健康体操、栄養相談など
問三重県医師会事務局(228-3822)

参加者募集!!

津市民体育大会
津市民スポーツ教室

対市内に在住・在勤・在学の人
申津市スポーツ協会にある申込用紙に必要事項を記入し、直接または郵送、ファクスで同協会(〒514-0027 大門６-15、FAX273-5588)まで
※参加費など詳しくは、同協会にお問い合わせください。同協会ホームページでもご覧いただけます。
問同協会(273-5522)

■津市民体育大会

種　目	と　き	ところ	対　象	定　員	締め切り
空手道	11月24日(日)	安濃中央総合公園内体育館メインアリーナ	４歳児以上	80人	10月15日(火)まで
体操	11月２日(土)	久居高校体操場(戸木町)	小・中学生、高校生	30人	10月18日(金)まで
卓球	11月16日(土)	津市体育館	中学１・２年生	制限なし	10月４日(金)～18日(金)
	11月17日(日)	津市体育館	小学生以下、中学３年生以上	制限なし	
アーチェリー	11月３日(日・祝)	西部運動広場	中学生以上	30人	10月１日(火)～21日(月)
サッカー	11月23日(土・祝)	海浜公園内陸上競技場・河芸第２グラウンド・安濃グラウンド	高校生以上	抽選16チーム	10月３日(木)～21日(月)
	11月24日(日)				
フェンシング	11月３日(日・祝)	津東高校体育館(一身田上津部田)	小学生以上	50人	10月４日(金)～21日(月)

■津市民スポーツ教室

種　目	と　き	ところ	対　象	定　員	締め切り
サッカー	10月19日(土)10:00～12:00	海浜公園内陸上競技場	５歳児～小学２年生	120人	10月４日(金)

出場者募集

津の街音楽祭 Music Victory in Tsu vol.7

応募期間 9月17日㈫～12月7日㈯必着

津市を発信地に、新しい音楽人を発掘するコンテストです。一次審査とインターネット投票による二次審査を通過した８組には、ステージでの最終審査が待っています。優勝者には30万円を進呈。

応募資格　アマチュアミュージシャンであること

応募方法　郵送で応募書類、写真、映像素材を津の街音楽祭実行委員会(〒514-0002 島崎町9)へ

※詳しくは、津の街音楽祭ホームページで確認するか、Ｅメールで同実行委員会(✉oubo@tsu-ongaku.jp)へ。

問い合わせ　同実行委員会(観光振興課内、☎229-3234)

無料相談コーナー

地価などに関する無料相談会

日10月１日(火)９時30分～12時、13時～15時30分　場津リージョンプラザ１階ロビー　内不動産鑑定士による地価や地代、家賃、土地利用に関する相談

問三重県不動産鑑定士協会(☎229-3671)

無料総合相談所(1人20分程度)

日10月２日(水)10時30分～15時30分(受け付けは15時まで)

●**裁判所・三重弁護士会による法律相談**

場津センターパレス地下１階研修室　内土地、建物、金銭貸借、交通事故、相続、離婚、家庭内のもめ事など　定先36人

問津家庭裁判所総務課(☎226-4171)

●**検察庁による犯罪被害者支援相談**

場津センターパレス地下１階会議室Ｂ　内犯罪被害、刑事手続きに関する相談など　定先12人

問津地方検察庁(☎228-4165)

●**法務局による人権・登記相談**

場津センターパレス地下１階会議室Ａ　内暮らしの中での困り事など、土地・建物に関する各種登記手続きなど　定先24人

問津地方法務局総務課(☎228-4191)

公証人法律相談会

10月１日～７日は公証週間です。大切な契約や遺言は公正証書にしておきましょう。

日10月５日(土)10時～16時　場津合同公証役場(丸之内養正町)

内遺言、相続、不動産賃貸借契約、金銭貸借、離婚など(相談時間は１人30分)

申電話で同公証役場(☎228-9373)へ

司法書士法律相談会(予約不要)

日10月５日(土)10時～15時　場三重県司法書士会館(丸之内養正町)　内相続、贈与、売買、不動産の登記、会社・法人などの登記、金銭や債務、成年後見、裁判手続など

問三重県司法書士会津支部担当(☎256-8787)

全国一斉法務局休日相談所

日10月６日(日)10時～15時(受け付けは14時30分まで)　場津センターパレス２階中央公民館

内登記、戸籍・国籍、供託、人権、公正証書などの相談と、「遺言と相続」をテーマにした講演会(10時～、13時～)

問津地方法務局総務課(☎228-4191)

10月の行政相談・市政相談

内国や市などの行政に関する苦情や要望

とき(10月)	ところ
１日㈫ ９時～12時	アスト津４階 会議室３
10日㈭ 13時30分～15時30分	市白山庁舎２階 住民活動室
11日㈮ ９時～12時	河芸ほほえみセンター２階 ケース会議室
17日㈭ ９時～11時30分	市美里庁舎２階 会議室４
17日㈭ 13時30分～15時	多気地域住民センター ふれあい相談室
21日㈪ ９時～12時	とことめの里一志 会議室
26日㈯ 10時～11時30分	稲葉公民館
26日㈯ 13時～15時	市久居庁舎４階 多目的室

問三重行政評価事務所(☎227-6661)

人権擁護委員による人権相談

内いじめ、虐待、プライバシー侵害、近隣関係など

特設人権相談所

とき(10月)	ところ
３日㈭ ９時～11時30分	河芸ほほえみセンター２階 福祉団体活動支援室
３日㈭ ９時30分～11時30分	白山市民会館１階 教養娯楽室
15日㈫ 13時30分～15時30分	市安濃庁舎２階 会議室
17日㈭ 13時～16時(受け付け15時まで)	津センターパレス３階 津市社会福祉協議会 相談室
28日㈪ ９時30分～11時30分	久居総合福祉会館２階 相談室

問津人権擁護委員協議会津地区委員会(☎228-4193)

常設人権相談所

日毎週月～金曜日８時30分～17時15分　※祝・休日、年末年始を除く　場津地方法務局人権擁護課(丸之内)

問同課(☎0570-003-110)

事前申し込み不要　参加無料

歴史健康ウオーク① 美杉コース

伊勢本街道飼坂峠越えと北畠神社・北畠氏館跡庭園

北畠氏館跡庭園

10月6日日9時～10時 受け付け

※雨天決行・荒天中止

JR名松線伊勢奥津駅前集合

歴史健康ウオーク第１回目は、歴史ある伊勢本街道の奥津宿から飼坂峠を越え、多気宿に入るコースです。

谷口常夜灯

道標

昔の趣を残す奥津宿

- 受け付け先着300人につきたて餅と、シロモチくんとみすぎんをデザインした缶バッジをプレゼント
- 伊勢本街道美杉会による定点ガイド

コース 約8.2km(所要時間３時間30分程度)

伊勢奥津駅 ▶ 谷口常夜灯 ▶ 正念寺 ▶ 飼坂峠 ▶ 道標・上多気常夜灯 ▶ 美杉ふるさと資料館 ▶ 北畠神社・北畠氏館跡庭園 ▶ 東御所跡・雪姫桜 ▶ 道の駅美杉

アクセス

ＪＲ名松線利用▶松阪駅７時32分発家城行の名松線で家城駅まで。家城駅～伊勢奥津駅は代行バスを利用。(一志駅、関ノ宮駅からの乗車は、それぞれ市一志庁舎駐車場、市白山庁舎駐車場を利用)

自家用車利用▶美杉ふるさと資料館駐車場か多気出張所駐車場に駐車し、無料送迎バスで伊勢奥津駅まで。伊勢奥津駅付近の駐車場は工事中のため利用できません。

今後の予定

歴史健康ウオーク② 美里コース 11月24日日

- 中世の山城「長野氏城」３つの城跡と美里の自然を訪ねて(約7.8km)

歴史健康ウオーク③ 一志コース 来年3月9日日

- 真盛上人ゆかりの誕生寺、雲出川潜水橋、中勢鉄道廃線跡を訪ねて(約12.4km)

※詳しくは、文化振興課、教委生涯学習課、本庁舎玄関ロビー、各総合支所地域振興課などにあるパンフレットか、津市ホームページをご覧ください。

問い合わせ　文化振興課　229-3250　FAX229-3247(当日６時30分からは090-1577-4649)

●編集・発行 津市政策財務部広報課 〒514-8611 西丸之内23-1
☎229-3111 FAX229-3339
●印刷 寿印刷工業株式会社

88

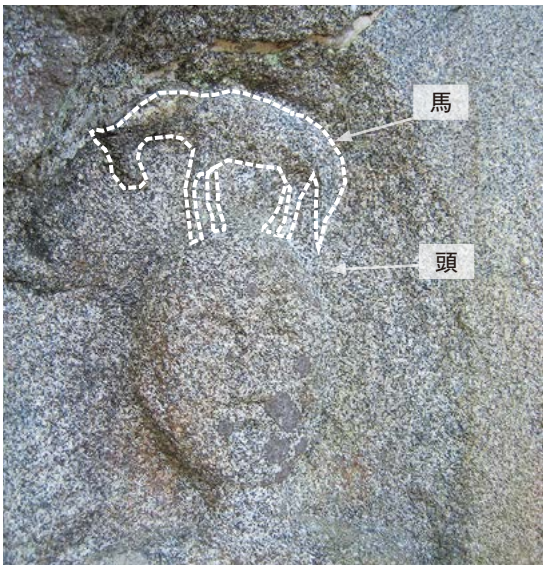
歴史散歩

河内の紙屋観音

2体の仏像が彫られた紙屋観音

錫杖ヶ岳を源に、市の北部を貫流して伊勢湾へと注ぐ安濃川。その上流、芸濃町河内にある安濃ダムは、主に津市西北部の農地へ水を供給しています。

この安濃ダムのダム湖である錫杖湖を右手に、伊賀市へと至る県道42号線を西に行くと、傍らに「紙屋観音」と呼ばれる石仏があります。この石仏は、元はこの位置にあったのではなく、ダム湖に沈んだ旧道沿いの巨石に彫られた磨崖仏で、ダム建設の際に石仏の部分が切り取られ、現在の位置へと移されました。



馬の姿のように見える頭上の彫刻

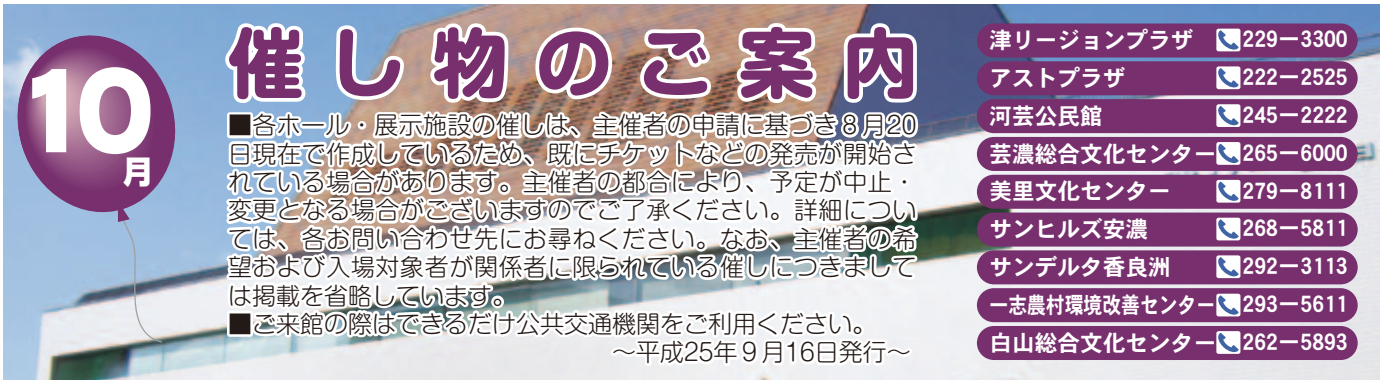
石には簡素な2体の仏像が彫られていて、向かって右側の仏像の横をよく見ると「弁才天」と刻まれています。また、これより少し大きい左側の仏像は、頭上の彫刻が馬の姿のように見えることから、馬頭観音と考えられています。馬頭観音は頭上に馬の頭を頂いたものが一般的なのですが、この像の場合は、頭を深く垂れた馬の全身像に見え、その意外な造形がとてもほほ笑ましく感じられます。さらに、この像の左には、風化が進んで読むのが難しくなっていますが、寛文7(1667)年9月の造立年や河内の人々の名が刻まれています。

弁才天は水との関係が深い仏像、一方の馬頭観音は牛馬や家畜の守り神として信仰を集めた仏像です。しかし、この石仏が「紙屋観音」と呼ばれる由縁や、造られた理由などは定かではありません。

江戸時代、安濃川流域はしばしば洪水に見舞われ、慶安3(1650)年には、庄屋の屋敷が流失したとの記録があります。水害や凶作に悩まされることが多かった当時、村の安全を願う人々の切なる思いが、この石仏には込められているのではないでしょうか。

かつては安濃川と河畔の往来を見下ろしていた石仏。今は静かにダム湖を見つめています。

●市財政収入の一部に寄与することを目的とし、表紙に広告を掲載しています。掲載している広告内容については、津市が保証しているものではありません。



10月 催し物のご案内

■各ホール・展示施設の催しは、主催者の申請に基づき8月20日現在で作成しているため、既にチケットなどの発売が開始されている場合があります。主催者の都合により、予定が中止・変更となる場合がございますのでご了承ください。詳細については、各お問い合わせ先にお尋ねください。なお、主催者の希望および入場対象者が関係者に限られている催しにつきましては掲載を省略しています。
■ご来館の際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。
～平成25年９月16日発行～

津リージョンプラザ	229ー3300
アストプラザ	222ー2525
河芸公民館	245ー2222
芸濃総合文化センター	265ー6000
美里文化センター	279ー8111
サンヒルズ安濃	268ー5811
サンデルタ香良洲	292ー3113
一志農村環境改善センター	293ー5611
白山総合文化センター	262ー5893

★♪★♪★♪★♪ ホール ♪★♪★♪★♪★

■津リージョンプラザ　お城ホール　229-3300

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料など	問い合わせ
5	土	扇の会	9:30	16:00	無　料	226-8671（佐野）
6	日	第10回カラオケ喫茶コパ チャリティー歌と踊りの集い	9:20	17:00	無　料	カラオケ喫茶コパ 255-4830
13	日	三重大学人形劇団つくし 津まつり公演2013	10:30 13:30	11:30 14:30	無　料	三重大学人形劇団つくし 080-6945-1699（前川）
14	月	渡辺理恵子＆中村文保 魅惑のピアノデュオ　ル・リアン	15:00	16:45	前売り 2,000円 当日　2,500円	052-880-3870（渡辺）
19	土	石坂典子＆小川登美子 ２台のピアノによるコンサート	14:00	16:00	一般　2,000円 学生　1,000円	080-5507-5622（小川）
20	日	和やか会カラオケの集い	9:20	17:00	無　料	和やか会 090-7957-2638（池田）
24	木	津市戦没者戦災犠牲者追悼式	13:30	14:30	無　料	市福祉政策課 229-3283
30	水	市民白バラ講演会	13:15	15:00	無　料 （要整理券）	市選挙管理委員会事務局 229-3236

■アストプラザ　アストホール　222-2525

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
25	金	市民公開講座「出会いの人生から学んだこと」　講師　菊池幸夫弁護士	14:30	16:00	無　料	一般社団法人　三重県損害保険代理業協会　236-5155

■河芸公民館　245-2222

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
29	火	津市中学生交通安全弁論大会	13:30	16:00	無　料	市市民交流課 229-3142

■芸濃総合文化センター　265-6000

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
6	日	ひもとカラオケ親睦会	9:00	17:00	無　料	268-5588（桶本）
20	日	歌と踊りと邦楽の調べ　夢の祭典 （ゲスト・ハン ウギョン）	12:00	17:00	無　料	090-9895-3351（澤井）
27	日	芸濃地区　文化祭芸能発表会	9:00	16:00	無　料	芸濃文化協会 090-5458-8639（山田）

■美里文化センター　279-8111

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
20	日	花時計カラオケフェスティバル	9:00	17:00	無　料	花時計カラオケ 262ー7300（森脇）

■サンヒルズ安濃　268-5811

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
5	土	津市文化振興基金自主事業「懐かしのキネマ」①潮騒②ビルマの竪琴（たてごと）	13:30	17:10	無　料	市文化振興課 229-3250
13	日	第８回 鶯の歌と踊りの発表会	9:20	17:00	無　料	鶯歌謡教室 090-1096-7603（藤髙）

■サンデルタ香良洲　292-3113

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
27	日	歌と踊りの祭典　カラオケ喫茶コスモ	9:00	17:00	無　料	234-7254（前田）

■一志農村環境改善センター　293-5611

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料	問い合わせ
27	日	一志文化協会舞台部発表会	9:00	16:00	無　料	293-5611（田中）

■白山総合文化センター　262-5893

日	曜日	催し物	開演	終演	入場料など	問い合わせ
20	日	ひさい版仮装大笑	14:00	15:30	無　料 （要整理券）	久居まつり実行委員会 （久居総合支所地域振興課内） 255-8846

♡ ♥ ♡ ♥ ♡ ♥ ♡　展示施設　♡ ♥ ♡ ♥ ♡ ♥ ♡

■津リージョンプラザ

とき	催し物	入場料	問い合わせ	ところ
13日(日) 10:00～15:00	健康まつり	無料	市健康づくり課 229-3310	生活文化情報センター（展示室）・ギャラリー
26日(土)～11月4日(月･休) 9:30～17:00 (31日・1日は19:00まで、4日は16:00まで、28日は休館)	第８回津市美術展覧会	無料	津市美術展覧会実行委員会 （市文化振興課内） 229-3250	生活文化情報センター（展示室）・ギャラリー

イベント情報

津まつりと同時開催 健康まつり

●テーマ「楽しい日々は健康から」●

と　き　10月13日(日)10時～15時
ところ　津リージョンプラザ生活文化情報センター(展示室)・ギャラリー
内　容

- 義歯洗浄と人形の色ぬりコーナー
- 健康チェック
- 臓器移植について知ろう
- 薬局おしごと体験とお薬相談
- 救急医療情報システム「医療ネットみえ」コーナー
- 血液サラサラチェックや栄養相談
- みんなで目指そう減塩を
- 移動消費者の部屋
- 地域包括支援センターコーナー
- メタボ予防コーナー
- 献血推進コーナー
- 親子ひろば
- 津市健康づくり推進懇話会コーナー
- がん予防コーナー　など

参加費　無料

昨年の健康まつりの様子

問い合わせ　健康づくり課
229-3310　FAX 229-3287

津市のホームページで津リージョンプラザのお城ホールと展示施設の空き状況が分かります　HP 津リージョンプラザのご案内　検索

健康づくりだより

平成25年9月16日発行
健康づくり課
☎229-3310　FAX229-3287

保健センターでは、各年代を通して健康づくりができるように、健康相談、健康教室や電話相談を実施しています。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	安　濃	☎268−5800
久　居	☎255−8864	香良洲	☎292−4183
河　芸	☎245−1212	一　志	☎295−0112
芸　濃	☎266−2520	白　山	☎262−7294
美　里	☎279−8128	美　杉	☎272−8089

健康相談

保健師による相談や血圧測定などを行います。

対　象　成人
定　員　先着各３人
申し込み　９月25日(水)から各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(10月)
芸　濃	９日(水)13:30～15:00
美　里	25日(金)９:30～11:00
香良洲	２日(水)13:30～15:00
白　山	15日(火)９:30～11:00

栄養士による栄養相談

対　象　成人
定　員　先着３人
申し込み　９月25日(水)から白山保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(10月)
白　山	15日(火)９:30～11:00

骨こつ健康相談

おおむね20～65歳の人を対象に保健師・栄養士による骨密度測定・相談を行います。
※なお、骨粗しょう症で治療中の人は、かかりつけ医での相談をお勧めします。

定　員　先着各20人
申し込み　９月25日(水)から各保健センターへ

ところ(保健センター名)	とき(10月)
河　芸	23日(水)９:30～11:30
白　山	２日(水)９:30～11:30
美　杉	４日(金)９:30～11:30

丈夫な骨づくり教室

おおむね20～65歳の人を対象に保健師・栄養士による丈夫な骨づくりについての講話・体操、骨密度測定・相談を行います。

と　き　10月28日(月)13時30分～15時30分
ところ　中央保健センター
定　員　先着20人
申し込み　９月25日(水)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(保健センター名)	とき(10月)	内容など
中　央	16日(水)10:00～12:00	妊婦さんと赤ちゃんのお口の健康(歯科衛生士)
一　志	９日(水)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)

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　９月25日(水)から各保健センターへ

＜生後５～８カ月ごろの内容の話と調理実習＞

ところ(保健センター名)	とき(10月)	定員
河　芸	７日(月)10:00～11:45	先着各16人(初めての人優先)
香良洲	18日(金)10:00～11:45	
一　志	29日(火)10:00～11:45	

※エプロンとおんぶひも、三角巾、布巾を持参

＜生後９～18カ月ごろの内容の話と試食＞

ところ(保健センター名)	とき(10月)	定員
芸　濃	11日(金)10:00～11:30	先着各20人(初めての人優先)

精神科医師によるこころの健康相談

不安、眠れない、閉じこもりなどこころの問題で悩んでいる人、またはその家族に精神科医師が相談に応じます。

と　き　10月17日(木)14時～15時30分
ところ　中央保健センター
定　員　先着４人
申し込み　９月25日(水)から同保健センターへ

がん検診・39歳以下の健康診査

平成25年度から 受診機会を拡大

今年度からがん検診などの受診期間を翌年3月まで延長し、胃がん検診(内視鏡検査)が、集団検診の一部の会場でも受けられるようになりました。詳しくは、広報津6月16日号と同時配布の冊子「(平成25年度保存版)がん検診と健康診査のご案内」をご覧ください。

がん検診などの受診期間を延長

		これまで	平成25年度から
個別検診	乳がん検診 子宮がん検診	7月～12月	7月～翌年3月
	その他のがん検診 肝炎ウイルス検診	7月～11月	
集団検診		7月～翌年2月	

内視鏡検査が集団検診の一部の会場でも受診可能に

	これまで	平成25年度から
胃がん検診(内視鏡検査)	個別検診のみ	個別検診＋集団検診(一部の会場)

○検診の受診には電話予約が必要です。
祝・休日を除く月～金曜日、8時30分～17時15分

検診会場	予約先
近畿健康管理センター 三重事業部(納所町)	☎225-7455(同センター)
上記以外	☎221-5115 (三重県健康管理事業センター)

○対象年齢は平成26年3月31日現在です。
○予約・受診の際には受診券が必要です。
○定員はいずれも先着順で、記載がないものは定員がありません。定員に達した場合は、お断りすることがあります。
○かっこ内は津市国民健康保険被保険者と75歳以上の人の受診料です。
○非課税世帯・生活保護受給世帯の受診料は全額免除です(証明書が必要)。
○大腸がん、子宮頸(けい)がん、乳がん検診の推進事業の対象となる人は、「無料クーポン券」をご利用ください。

健康診査

対　象　19～39歳の人
受診料　1,600(500)円
日程と定員

検診会場	と　き	定員(人)	申込開始日
近畿健康管理センター	11月4日(月・休)・9日(土)・13日(水)・28日(木) 12月12日(木)・14日(土)・17日(火)・21日(土) いずれも13:30～15:00	各20	9月24日(火)
三重県健康管理事業センター	11月19日(火)・12月18日(水) いずれも9:00～11:00	各50	9月24日(火)
一志保健センター	11月19日(火)、来年1月21日(火) いずれも13:30～15:00	各50	10月4日(金)

肝炎ウイルス検診

対　象　40歳の人、41歳以上で過去に津市が実施した肝炎ウイルス検診を受診していない人
受診料　700(300)円

前立腺がん検診

対　象　55・60・65・70・75歳の男性
受診料　600(300)円
日　程

検診会場	とき	肝炎ウイルス 9:00～11:00	肝炎ウイルス 13:30～15:00	前立腺がん 9:00～11:00	前立腺がん 13:30～15:00	申込開始日
近畿健康管理センター	11月4日(月・休)	○	○	○	○	9月24日(火)
	9日(土)	○	○	○	○	
	13日(水)	○	○	○	○	
	17日(日)	○	－	○	－	
	28日(木)	○	○	○	○	
	12月8日(日)	○	－	○	－	
	12日(木)	○	○	○	○	
	14日(土)	○	○	○	○	
	17日(火)	○	○	○	○	
	21日(土)	○	○	○	○	
三重県健康管理事業センター	11月28日(木)	○	－	○	－	9月24日(火)
	12月7日(土)	○	－	○	－	
	20日(金)	○	－	○	－	
久居総合福祉会館	来年2月14日(金)	○	－	○	－	10月15日(火)
河芸保健センター	11月13日(水)	△	－	△	－	10月11日(金)
	来年1月22日(水)	○	－	○	－	
安濃保健センター	11月20日(水)	△	－	△	－	10月8日(火)
	来年1月27日(月)	○	－	○	－	
一志保健センター	11月22日(金)	△	－	△	－	10月4日(金)
白山保健センター	11月8日(金)	○	－	○	－	10月1日(火)
	15日(金)	△	－	△	－	

△の受付時間は9:30～11:00となります。

胃がん検診［X線／内視鏡］

対　象　40歳以上の人
受診料　X線検査は1,000（600）円／内視鏡検査は3,000（1,000）円

胸部X線検診［肺がん／結核］

今年度より地域巡回検診では、肺がん検診と結核検診は同日に実施します。
対　象　40歳以上の人（65歳以上の人は、肺がん検診か結核検診のいずれか一方）
受診料　肺がん検診は500（200）円、かく痰検査は700（500）円追加／結核検診は無料

大腸がん検診

対　象　40歳以上の人
受診料　500（300）円
日程と定員　申込期間は、各実施日の10日前まで

※数字は定員（人）

検診会場	とき	胃がん		胸部（肺がん／結核）		大腸がん		申込開始日
		X線	内視鏡					
		9:00～11:00		9:00～11:00	13:30～15:00	9:00～11:00	13:30～15:00	
近畿健康管理センター	11月4日(月・休)	20	—	25	—	30	10	9月24日(火)
	9日(土)	20	—	25	—	30	10	
	13日(水)	20	—	25	—	30	10	
	17日(日)	20	5	20	—	30	—	
	28日(木)	20	—	25	—	30	10	
	12月8日(日)	20	5	20	—	30	10	
	12日(木)	20	—	25	—	30	10	
	14日(土)	20	—	25	—	30	10	
	17日(火)	20	—	25	—	30	10	
	21日(土)	20	—	25	—	30	10	
三重県健康管理事業センター	11月9日(土)	30	—	25	—	10	10	9月24日(火)
	19日(火)	—	—	—	—	—	10	
	28日(木)	30	—	25	—	10	10	
	12月7日(土)	30	—	25	—	10	10	
	9日(月)	—	9	—	—	—	—	
	11日(水)	—	—	—	—	—	10	
	18日(水)	—	—	—	—	—	10	
	20日(金)	30	—	25	—	10	10	
久居公民館	12月4日(水)	40	—	50	50	50	—	10月15日(火)
久居総合福祉会館	来年2月14日(月)	40	—	50	—	50	—	10月15日(火)
河芸保健センター	11月12日(火)	40	—	50	—	50	—	10月11日(金)
	来年1月22日(水)	40	—	50	—	50	—	
安濃保健センター	来年1月27日(月)	40	—	50	—	50	—	10月8日(火)
一志保健センター	11月19日(火)	40	—	50	50	50	—	10月4日(金)
	来年1月21日(火)	40	—	50	50	50	—	
白山保健センター	11月8日(金)	40	—	50	50	50	50	10月1日(火)

子宮がん検診

対　象　20歳以上の女性
受診料　1,000（600）円

乳がん検診［マンモグラフィ］

対　象　40～60歳で偶数年齢の女性、61歳以上で平成24年度に津市が実施した乳がん検診［マンモグラフィ］を受診していない女性
受診料　1,500（700）円

乳がん検診［エコー］

対　象　30～39歳の女性、41～59歳の奇数年齢の女性
受診料　1,000（500）円
日程と定員

※数字は定員（人）

検診会場	とき	子宮がん		乳がん（マンモ）		乳がん（エコー）		申込開始日
		9:00～11:00	13:30～15:00	9:00～11:00	13:30～15:00	9:00～11:00	13:30～15:00	
近畿健康管理センター	11月4日(月・休)	25	20	15	10	—	15	9月24日(火)
	9日(土)	25	20	15	10	—	15	
	13日(水)	25	20	15	10	—	15	
	28日(木)	25	20	15	10	—	15	
	12月8日(日)	—	25	—	15	—	15	
	12日(木)	25	20	15	10	—	15	
	14日(土)	25	20	15	10	—	15	
	17日(火)	25	20	15	10	—	15	
	21日(土)	25	20	15	10	—	15	
三重県健康管理事業センター	11月9日(土)	—	30	—	25	—	15	9月24日(火)
	19日(火)	—	30	—	25	—	15	
	28日(木)	—	30	—	25	—	15	
	12月7日(土)	—	30	—	25	—	15	
	11日(水)	—	30	—	25	—	15	
	18日(水)	—	30	—	25	—	15	
	20日(金)	—	30	—	25	—	15	
久居公民館	12月4日(水)	—	50	—	—	40	40	10月15日(火)
久居総合福祉会館	来年2月14日(月)	—	50	—	40	40	40	10月15日(火)
河芸保健センター	11月12日(火)	—	50	40	40	—	40	10月11日(金)
一志保健センター	11月19日(火)	—	50	40	40	—	—	10月4日(金)
	来年1月21日(火)	—	50	—	—	40	40	
白山保健センター	11月8日(金)	—	50	40	40	—	40	10月1日(火)
	来年1月24日(金)	—	50	—	—	—	40	

秋以降は検診が混み合い、また感染症の流行により予約が取れない場合があります。早めに受診しましょう。

第２次健康づくり計画分野別の取り組み

「体を動かす楽しさを知ろう」

～今より10分多く、毎日体を動かしてみませんか～

普段から元気に体を動かすことで、糖尿病、ロコモティブシンドローム(※)、心臓病、脳卒中、うつ、認知症などになるリスクを下げることができます。

10分の歩行は、約1,000歩といわれています。今より10分多く体を動かし、健康のための一歩を踏みだしましょう。体を動かす機会や環境は身の回りにたくさんあります。それが「いつできるか」「どこでできるか」、自分自身の生活を振り返ってみませんか？

速く歩くときの理想的なフォーム

参考：エクササイズガイド2006

(※)「ロコモティブシンドローム」とは?

骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり介護が必要になる危険性が高い状態です。

9月24日～30日は結核予防週間！

「せきがなかなか止まらない…」という症状はありませんか？

結核の初期症状は風邪とよく似ています。せきやたんが2週間以上続いたら、必ず医療機関を受診しましょう。

結核は、薬をきちんと飲めば治ります。早期に発見して治療を始めることが大切です。

9月はがん制圧月間

今年の津市のがん検診が始まってから２カ月がたちましたが、もう検診は受けましたか。がんを早期に発見するためには、定期的にがん検診を受けることが大切です。

受診がまだの人は早めに予約をして受診しましょう。

一人でも多くの人にがん検診に関心をもってもらうために街頭啓発を行います。

と　き　９月20日(金)　①10時～11時
　　②14時～15時

ところ　①イオン津(桜橋三丁目)
　　②イオン久居(久居明神町)

内　容　パンフレットの配布など

あなた自身のためだけでなく、あなたの周りの大切な人のためにも**“がん検診を受けましょう”**

月刊

図書館たいむず

10月 October

平成25年９月16日発行
津図書館
〒514-8611　津市西丸之内23-1
（津リージョンプラザ内）229-3321
HPhttp://www.tosyo.city.tsu.mie.jp

●映画鑑賞会(無料)

- 10月６日(日)…アニメ「かぐや姫・てんぐの羽うちわ・ジャックと豆の木・ブレーメンの音楽隊」(計48分)
- 10月20日(日)…アニメ「舌切り雀・龍の淵・おいてけ堀・河童のくれた妙薬」(計50分)

時　間　いずれも14時～
ところ　津図書館２階視聴覚室
定　員　先着50人(小学生以下は保護者同伴)
問い合わせ　同図書館(229-3321)

●大人のための音読会

と　き　11月13日、12月11日、来年1月8日いずれも水曜日13時30分～15時30分(全３回)
ところ　久居ふるさと文学館2階視聴覚室
内　容　発声練習、早口言葉、詩・名作の音読・群読など
講　師　鈴村実千代さん（わらべ朗読部会代表）
対　象　全ての日程を受講できる人
定　員　先着35人
申し込み　９月30日(月)から直接同文学館１階カウンターへ
問い合わせ　同文学館(254-0011)

●大人の朗読会（無料）

声に出して読む楽しさを経験してみませんか
と　き　11月６日・13日いずれも水曜日10時30分～12時（全２回）
ところ　河芸図書館2階会議室
対　象　成人
内　容　発声練習、名作の音読・群読など
定　員　先着20人
申し込み　9月20日（金）10時から直接または電話で同図書館(245-5300）へ

●やまびこ会秋スペシャル

と　き　10月20日（日）14時～15時30分
ところ　安濃図書館２階学習室
対　象　３歳児～小学生（幼児は保護者同伴）
内　容　秋の楽しい工作
定　員　先着20人
申し込み　９月20日（金）から直接または電話で同図書館へ
問い合わせ　同図書館（268-5822）

●人形劇大会（無料）

今年も三重大学人形劇サークル「つくし」による創作人形劇を行います。親子そろってお楽しみください。
と　き　11月９日(土)13時30分～14時30分
ところ　津図書館２階視聴覚室
対　象　どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
定　員　先着200人※10月２日（水）から津図書館１階カウンターで整理券を配布

●休館のお知らせ

特別整理期間のため下記の期間内休館します。

河芸図書館
と　き　10月１日（火）～11日（金）

芸濃図書館
と　き　10月14日（月）～24日（木）

美里図書館
と　き　９月30日（月）～10月11日（金）

なお、10月31日（木）は、３館全て臨時開館します。
※休館中の本の返却は、図書館の返却ポストへ、ＣＤなどの視聴覚資料は開館後、直接カウンターへ返却してください。

図書館情報システム更新に伴い全館休館

市内全図書館のシステムを更新しますので、次の期間は全館休館します。
と　き　11月18日(月)～30日(土)
平成25年４月から各図書館で配布した図書館カレンダーで、11月16(土)・17日(日)は休館になっていましたが、開館に変更になりました。
問い合わせ　津図書館(229-3321)

10月のおはなし会など

	内容など	と　き	語り手
津図書館	ちいさなおともだちのおはなし会 （赤ちゃん向け）	3日・17日いずれも(木)14時15分～	図書館職員
	おはなし会 （絵本、紙芝居、パネルシアターなど）	3日・10日・17日・24日いずれも(木)15時～	
	ストーリーテリング	①5日②12日③19日④26日いずれも(土)15時～	①マザーグース②ポップコーン ③おはなしのたね④ききゅう船
久居ふるさと文学館	おはなしの森 （年齢に合わせた絵本の読み聞かせ）	2日・16日いずれも(水)15時～	わらべ
	おはなし会 （絵本、素語り、パネルシアターなど）	5日・19日いずれも(土)15時～	かたつむり
	おはなしであそぼう！ （体・声を使ってお話の中を体験）	12日(土)15時～	
	だっこでおはなし！ （赤ちゃん向け、絵本、手遊び、わらべ歌など）	23日(水)11時～	
	ブックトーク （テーマに合わせた本の紹介）	26日(土)15時～	
ポルタひさいふれあい図書室	ちっちゃいおはなし会 （赤ちゃんと保護者向け、わらべ歌、手遊びなど）	27日(日)10時30分～	図書館職員
河芸図書館	楽しいおはなしの時間 （絵本、紙芝居など）	20日(日)11時～	ラッコの会
芸濃図書館	おはなし会 （絵本、紙芝居など）	12日・26日いずれも(土)11時～	こんぺいとう
美里図書館	おはなし会 （絵本、紙芝居など）	18日(金)10時30分～ ※美里文化センター内学習室で開催	Ｍａｉｍａｉくらぶ
安濃図書館	絵本の読み聞かせ	26日(土)14時～	やまびこ会
きらめき図書館	おはなし会 （絵本、手遊び、紙芝居など）	10日(木)10時30分～ ※浜っ子幼児園内子育て支援センターで開催	図書館職員ときらきら星
一志図書館	小さい子向きおはなし会 （絵本、紙芝居、わらべ歌、手遊び）	3日・17日いずれも(木)11時～	図書館職員とボランティア
	おはなし会 （ストーリーテリング、絵本、紙芝居）	12日(土)11時～	ひなたぼっこ
	とことめっこのおはなし会 （絵本、紙芝居、わらべ歌など）	26日(土)15時～	図書館職員とボランティア
うぐいす図書館	おはなし会 （絵本、手遊び、紙芝居、パネルシアターなど）	2日・9日・16日・23日・30日いずれも(水)15時～	図書館職員
	ボランティアのおはなし会 （絵本、手遊び、紙芝居、パネルシアターなど）	①5日(土)14時30分～ ②19日(土)14時30分～	①きいろいぼうし②よみっこ
	おはなし会０１２ （赤ちゃんと保護者向けお話し会、わらべ歌など）	4日(金)11時～	図書館職員とボランティア
	えいごであそぼ！ （洋書絵本のお話会）	6日(日)11時30分～	外国語指導助手

10月 図書館カレンダー　□は、休館日

津図書館(☎229-3321)
９時～19時
(土・日曜日、祝・休日は17時まで)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

久居ふるさと文学館(☎254-0011)
９時～18時(土・日曜日は17時まで)
きらめき図書館(☎292-4191)
９時～17時
一志図書館(☎295-0116)
10時～18時
うぐいす図書館(☎262-5000)
10時～19時(土・日曜日は９時～17時)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ポルタひさいふれあい図書室(☎254-0464)
10時～21時(土・日曜日、祝・休日は18時まで)
安濃図書館(☎268-5822)
10時～18時

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

河芸図書館(☎245-5300)
10時～18時
美里図書館(☎279-8122)
９時～17時

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

芸濃図書館(☎265-6004)
９時～17時

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

美杉図書室(☎272-8092)
９時～16時30分