

健康・福祉・スポーツ部会

健康教室を開催しました

令和6年3月10日(日)上野西部地区市民センターで健康教室を開催しました。内容は二部制になっていました。

☆第一部 健康(体力)測定 保健師による相談会
血圧・体脂肪・骨ウエーブ・血管年齢の測定等



☆第二部 健康体操



上野西部地域ケアネットワーク会議が開催されました

令和6年2月22日(木)上野西部地区市民センターで上野西部地域ケアネットワーク会議が開催されました。主に見守りや支えあい活動における地域の生活課題などを共有する目的で毎年1回開催されています。出席者は、上野西部地域の民生委員・児童委員、主任児童委員、自治会長、健康・福祉・スポーツ部会長、伊賀市社会福祉協議会の担当者でした。自己紹介の後、買い物バスの利用状況などの報告や様々な協議が行われました。従来は全員での話し合いの会議でしたが、今年の会議はグループ分けされ、その中での話し合いも持たれ、従前より身近な内容について協議が出来好評でした。



児童は何歳まで? 児童福祉法では「18歳に満たないもの」と定義しています。なお、制度によっては「20歳未満のもの」や「18歳に達した後最初の年度末までの間にあるもの」と定義するものもあります。



「届けます」「見守ります」「支えます」

地域のお年寄りにお弁当を届けて 丸10年
「伊賀市全域」「365日」「昼食と夕食の1日2回」

週に1回でもお届けします。お気軽にご相談ください。

宅配専門 まごころ弁当 伊賀店

伊賀市上野西町3370
西町や かかん内

電話 0595-51-0569

8:00~18:00 (年中無休)

令和6年 全国春の交通安全運動が始まります

○運動期間 令和6年4月6日（土）から15日（月）までの10日間

○交通事故死ゼロを目指す日 4月10日（水）

【交通安全運動の重点】

- (1) こどもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践
- (2) 歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の励行
- (3) 自転車・電動キックボード等利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守



上野丸之内地内

自転車を利用の際はヘルメットを着用しましょう！

2023年4月からヘルメット着用は努力義務となりました。

お洒落な自転車用ヘルメットは、女性・男性問わず人気です。



お囃子体験

令和6年2月25日（日）上野西部地区市民センターで、市内の小学生と保護者12組に対し、「上野天神祭ダンジリ行事」のお囃子の演奏を体験してもらいました。

上野福居町の囃子方さんにはご協力をいただき、ありがとうございました。

教育・文化・芸術部会

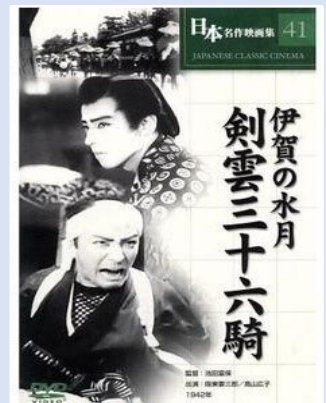
映画鑑賞会を行いました

令和6年2月23日（金・祝）に、昨年に引き続き、上野西部地区市民センターで映画鑑賞会が行われました。昭和17年の上映で、主役は荒木又右衛門を演じる坂東妻三郎、作品名は「伊賀の水月 剣雲三十六騎」で白黒映画です。

上映前に「鍵屋の辻の決闘」等について、教育・文化・芸術部会長と三重映画フェスタ会員の木村直史さんから説明を受けました。



左) 部会長 右) 木村さん



日本三大仇討ちとは、年代順に駿河国「曾我兄弟の仇討ち」、伊賀国「鍵屋の辻の決闘（伊賀越の仇討ち）」、武蔵国「赤穂浪士の討ち入り（忠臣蔵）」の3つの仇討ち事件のことを指します。

マイエンザ を使ってみませんか

マイエンザについて、せいぶだより第64号（2023年11月）で使い方を紹介しましたが、今回はもう少し詳しく説明させていただきます。

ご自宅近くの川や水路は綺麗でしょうか。上野地区は下水道が整備されていないこともあります。河川等が汚れるのは家庭から出る生活排水だといわれています。河川等を綺麗にと、開発されたのがマイエンザ（えひめAI）です。

マイエンザは、台所などの排水口で使うことにより水質改善や悪臭抑制などの効果があります。乳酸菌・酵母菌・納豆菌など食品微生物を組み合わせ、糖蜜で発酵培養させたもので、安全性を重視した無害な液体です。

当住民自治協議会では、微生物活性酵素であるマイエンザを毎月作っており、無償で地区住民の方に利用いただいています。作ったマイエンザを2倍に希釈した後、ペットボトルに入れ、市民センター玄関右側のラックに置いてあります。

使用目的によって希釈等が必要です。



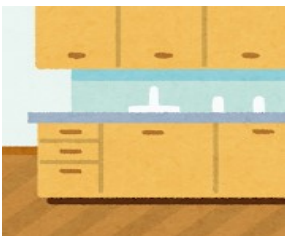
→ 使用前マイエンザ

→ 使用済マイエンザの空容器

マイエンザの効用例

台所

排水口のヌメリがきれいになった



油污れが楽に落ちた

生ごみの臭いが消えた

魚の臭いが簡単に取れた

お風呂

湯あかがきれいになった



掃除が楽になった

湯冷めしにくい

配管の汚れがなくなった

トイレ

掃除が楽になった



臭いが消えた

尿石が取れた

他にも

ペットの臭いが消えた

洗濯ものの汚れがとれ、洗濯機もきれいになった

野菜などが大きく育った





生活・環境・保全部会からのお願い

犬のふんは飼い主が始末しましょう

犬はつないで飼いましょう

年金 3 択クイズ

答えは下

公的年金からの天引き（源泉徴収）について間違いの記述はどれか

- ① 所得税、住民税、固定資産税は天引きの対象となる。
- ② 国民健康保険や後期高齢者医療保険料は天引きの対象となる。
- ③ 65 歳以上の介護保険料は天引きの対象となる。

繰り上げ受給（60～64 歳）のデメリットで、間違いの記述はどれか

- ④ 障害基礎年金や寡婦年金がもらえない。
- ⑤ 年金額が減額【 $\Delta 0.4\%$ （月）】されるが、年々改善される。
- ⑥ 任意加入や年金保険料の追納ができない。

答え ①⑤

N-1 グランプリ in 伊賀城和 2023 表彰式

子ども食堂「わいわい いがっこ」の活動紹介パネルが準グランプリに！

N-1 グランプリ in 伊賀城和とは、定住自立圏内で活動する団体が活動紹介パネルを作成・展示し、住民の皆さんが応援したい団体に投票する取り組みです。（広報いが 3 月号 16 ページ参照）

この取り組みにおいて、投票の結果、子ども食堂「わいわい いがっこ」のパネルが準グランプリに選ばれ表彰を受けました。

子ども食堂「わいわい いがっこ」のパネル閲覧はこちらから → → → →



子ども食堂「わいわい いがっこ」

～食堂をご利用ください～

日時 2024 年 4 月 21 日（日） 11:20～11:40 料金 300 円 10 食
場所 おあいこ中町サテライト（旧ヤオヒコ西）
☆テイクアウトも出来ます
予約 090-5854-7761 9:00～18:00 締切 4 月 14 日（日）

