



やさしいにほんご じょうほうし

いいが



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。

伊賀市の人口: 82,683人	外国人の人口: 6,378人	外国人の割合: 7.71%	2026年4月末日
-----------------	----------------	---------------	-----------

お知らせ

伊賀市役所の窓口などの時間が変わります



2026年9月1日から変わります。時間は、AM9:00からPM4:30までです。
多文化共生課やハイトピア伊賀 多文化共生センターの時間も短くなります。

令和8年度 市・県民税、森林環境税

6月12日に納税通知書(伊賀市と三重県の税金を払うお知らせの手紙)を送ります。銀行やコンビニエンスストア、スマートフォンなどから支払うことができます。忘れずに支払しましょう。

「普通徴収」支払う締切の日は、6月、8月、10月、1月(1年に4回)それぞれの月の最後の日です。(土曜日、日曜日、祝日のときは次の市役所が開いている日です。)給料から引き落としの人は、会社にお知らせが届きます。

【問い合わせ】課税課 電話：0595-22-9613

給付型の奨学金を利用しませんか



高校、専門学校、短期大学、大学に行くのを助けるお金です。(返さなくてもいいです。)

一人ひとりが輝く伊賀市奨学金 【もらうことができる人】 次のすべてにあてはまる人

●本人と保護者(お父さんやお母さんなど)の住所が伊賀市にある人(学校に行くために住所を変えた人ももらうことができます。)

●高校・専門学校・大学に行っている人 ●2026年4月1日現在、29歳までの人

●保護者の令和8年度の住民税所得割額の合計が10,000円以下の人
【もらえるお金】 高校・高等専修学校など:72,000円/1年 (入学した年は、10,000円多くもらうことができます。)
大学・短期大学・専門学校など: 84,000円/1年

伊賀市ササユリ奨学金 【もらうことができる人】 次のすべてにあてはまる人

●本人の住所が伊賀市にある人(学校に行くために住所を変えた人ももらうことができます。)

●大学・短期大学の1年生 または 高等専門学校の4年生の人

●伊賀市の中学校 または 高校を卒業した人 ●令和7年の世帯全体の所得が780万円より少ない人

【もらえるお金】 240,000円/1年 【人数】 2人(書類と面接などに合格した人)

※伊賀市の他の奨学金と一緒にもらうことはできません。

【申込方法】 申請書を持って行く または 郵便で送る 【申込期間】 6月12日から30日まで

【申込先・問い合わせ】 教育総務課 電話：0595-22-9644

今月の税金 市県民税・森林環境税(1期)
6月30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

けんしん けんしん し
健診(検診)のお知らせ

こべつ けんしん びやういん ちやくせつ よやく けんしん
個別がん検診 (病院に 直接 予約をする がん検診)

びやういん でんわで よやくをしてください。予約をする時は、「伊賀市の がん検診を 受たい」と 言ってください。
けんしん を 受けることができる 病院は「広報いが 6月号(6ページ)」を 見てください。

けんしんないよう 検診内容	いがん 胃がん		だいちょう 大腸がん	ぜんりつせん 前立腺がん (男性)	しきゅう 子宮がん (女性)	にゅう 乳がん (女性)	はい 肺がん		
	ぼりうむ バリウム	いかめら 胃カメラ	けんべん 検便	さいけつ 採血	けいぶ 頸部	けいぶ たいぶ 頸部・体部	まんもぐらふい マンモグラフィ		
うける人	40歳以上		40歳以上	50歳以上	20歳以上		40歳以上		
お かね	74歳以下	3,800円	4,500円	1,200円	1,000円	1,600円	2,400円	2,500円	むりよう 無料
かね	75歳以上	2,000円	2,500円	800円	600円	700円	1,200円	1,200円	

しゅうだん けんしん けんしんばす う
集団がん検診 (検診バスで 受ける)



【予約方法】① 二次元コードで 予約する。6月1日から 予約できます。
② 電話で 予約する。6月9日から 予約できます。☎0595-22-9653 (平日 AM8:30 から PM5:15 まで)
(検診する 日により 予約できる日 が 違います。) ※同じ 種類の 検診を 年度内に 2回 受けることはできません。

けんしん 検診	ないよう 内容	うける人	お金 (74歳以下)	お金 (75歳以上)
いがん 胃がん	ぼりうむ の い れんとげん バリウムを 飲んで、胃の レントゲンをします。	20歳以上	1,800円	800円
だいちょう 大腸がん	けんべん (便の 検査をします。)	20歳以上	800円	500円
ぜんりつせん 前立腺がん	さいけつ ち けんさ 採血 (血の 検査をします。)	50歳以上の男性	800円	500円
しきゅう 子宮がん	しきゅうけいぶ さいぼう けんさ ししん 子宮頸部の 細胞をとる検査と 視診をします。	20歳以上の女性	1,400円	500円
にゅう 乳がん	にゅうぼう れんとげん まんもぐらふい 乳房の レントゲン(マンモグラフィ)をします。	30歳以上の女性	1,600円	800円
じゃくねんしゃけんしん 若年者健診	しんたいそくてい けつえきけんさ しんでんず 身体測定、血液検査、心電図など	20歳~39歳	3,400円	

※大腸がんは、個別がん検診と 集団がん検診とも 40歳から 69歳まで 無料 です。

じよせい けんしん うえが よやく
女性のための がん検診 (ウェブ 予約だけ)



託児(検診の 間、子どもを 預けることができます)があります。無料です。
【とき】9月10日(木曜日) AM9:30 から11:30まで 【検診内容】乳がん超音波(エコー)、子宮がん、大腸がん
【ところ】ハイトピア伊賀 4階 【お金】エコー:1,600円 ※他の 検診の お金は 広報いが 4ページを見てください。
※乳がん超音波検診の 対象者は、1987年4月2日から 1997年4月1日 生まれの 女性。40歳以上で 妊娠中、
授乳中、断乳後 1年未満の 女性
【問い合わせ】健康推進課 電話: 0595-22-9653

とくていけんしん こうきこうれいしゃけんしん
特定健診 と 後期高齢者健診

こくみんけんこうほけん こうきこうれいしゃいりようせいど はい ひと けんしん う たいしやうしゃ がつ お
国民健康保険と 後期高齢者医療制度に 入っている人は、健診を 受けてください。対象者には、6月の 終わりに
じゆんけん しつもんひょう おく かね むりよう えん
受診券と 質問票を 送ります。お金は 無料(0円)です。

【とき】7月1日から 11月30日まで (病院が 開いている日) 【ところ】三重県の 決まっている 病院
【持ち物】受診券・マイナ保険証(マイナンバーカード) または 資格確認書・質問票

【問い合わせ】国民健康保険 特定健康診査/保険年金課 電話: 0595-41-1003
後期高齢者 健康診査/三重県後期高齢者医療広域連合 電話: 059-221-6884





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

1歳6カ月の 健診	6月18日、7月16日	PM1:00から2:30まで	【持ち物】母子健康手帳、 もんしんひょう 問診票など
3歳児 健診(3歳6カ月)	6月9日、30日、7月28日	はいとびあいが かい ハイトピア伊賀 4階	
乳幼児相談	6月1日、5日、17日 7月3日、6日、15日	身体測定、栄養、保育の 相談を することができます。 ※詳しい 場所は 広報いがを 見てください。	

◆伊賀市応急診療所 ☎0595-22-9990

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。
駐車場に 着いたら 電話で 症状を 教えてください。

【場所】伊賀市上之庄1700-1(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 ☎059-229-1199

どの病院に 行けばいいか 聞くことができます。(24時間)

◆みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000

【時間】月曜日から土曜日 19:00 から次の日の朝8:00
日曜日と祝日 8:00 から次の日の朝8:00
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			
時間(閉まる 時間は 全て 次の日の朝)			
上野総合市民病院	月曜日から金曜日	土曜日、日曜日、祝日	
TEL: 0595-24-1111	17:00 - 8:45	8:45 - 8:45	
名張市立病院	月曜日から金曜日	土曜日、日曜日、祝日	
TEL: 0595-61-1100	17:00 - 8:45	8:45 - 8:45	
岡波総合病院	月曜日	水曜日	日曜日、祝日
TEL: 0595-21-3135	17:00 - 9:00	17:00 - 8:45	9:00 - 8:45

6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 おかなみ 岡波	2 なばり 名張	3 おかなみ 岡波	4 なばり 名張	5 うえの 上野	6 なばり 名張
7 おかなみ/なばり 岡波/名張	8 おかなみ 岡波	9 うえの 上野	10 おかなみ 岡波	11 なばり 名張	12 うえの 上野	13 うえの 上野
14 おかなみ 岡波	15 おかなみ 岡波	16 なばり 名張	17 おかなみ 岡波	18 なばり 名張	19 うえの 上野	20 なばり 名張
21 おかなみ/なばり 岡波/名張	22 おかなみ 岡波	23 うえの 上野	24 おかなみ 岡波	25 なばり 名張	26 うえの 上野	27 うえの 上野
28 おかなみ 岡波	29 おかなみ 岡波	30 なばり 名張	とうばん 当番ではない時は 救急の 受け入れはしません。			

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、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)
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 ハイトピア伊賀4階)
月曜日から 金曜日まで AM9:00 から PM5:00 まで ☎0595-22-9629

行政書士(手続きの 専門の人)に 在留資格や
国際結婚などを 相談することができます。

電話(0595-22-9702)で予約してください。
【とき】7月2日(木曜日) 13:30から16:00まで
【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

日本語で 学校の 勉強が できます。
【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

日本語や 日本語能力試験(JLPT)の
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

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 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】ハイトピア伊賀 4階
【お 金】300円/1カ月
【電 話】国際交流協会 070-4455-4900



さいがい そな みず じゅんび
災害に 備えて 水を 準備しましょう！



にほん がつころ なつ につかけて あめ ひ が おお つ ゆ い あめ ふうすい どしゃ
日本は 6月頃から 夏にかけて 雨の日が 多くなります。これを 梅雨と 言います。雨が たくさん 降ったときは、洪水や 土砂
くず やま がけ から つち いしが すごく早く 崩れて 落ちてくること)の 危険があります。川や 急な 斜面(山のよう)に 地面が 斜めになっ
崩れ(山や 崖から 土や 石が)と 感じたら 早めに 避難(逃げる)しましょう。災害(地震や 台風など)が 起こると 断水(水が
とまる)することがあります。断水に そなえて、飲み水を 家に 準備してください。目安は 1人1日 3リットル、3日以上です。
ペットボトルの 水は、涼しく 暗い 場所に 置いてください。賞味期限も 確認してください。使った分だけ 買い足すと 良いです。
みず い ようき ぼりたんく から ペットボトルも ようい しょうとあ ぼうさいききたいさくきょく でんわ
水を入れる容器(ポリタンクや 空の ペットボトル)も よういしましょう。【問い合わせ】防災危機対策局 電話: 0595-22-9640

お知らせ

ねっちゅうしょう き
熱中症に 気をつけましょう

おんど しつど たか とき からだ なか すいぶん えんぶん ばらんす くず たいおん
温度や 湿度が 高い時、体の中の水や 塩分の バランスが 崩れます。そして、体温が
ちょうせい ねっちゅうしょう いえ そと いえ なか ねっちゅうしょう
調整できなくなり、熱中症になります。家の外だけでなく、家の中でも 熱中症になります。



【熱中症にならないために 気をつけること】 ●バランスの 良い 食事を 取る。しっかりと 休む。
●喉が 乾いていなくても 何度も 水分を とる。●外に 出るときは、涼しい 服を 着たり、傘や 帽子を 使う。直接 日
が 当たらないようにする。●エアコンや 扇風機を 使う。●少しの 時間でも 子どもだけを 車の中 に残さない。
【熱中症になった人がいたら】 ●涼しい ところや 日陰に 移動させる。●服を 緩めて 寝かせる。●体を 冷やす。
●水分や 塩分を 取る。●呼びかけても 返事がないときは すぐに 救急車(119番に 電話する)を 呼ぶ。
【問い合わせ】伊賀消防署 管理課 電話: 0595-24-9120

そだい す ととき ゆうりょう かね はら
粗大ごみを 捨てる時 (有料(お金を 払います))

そだい かく ふとん じてんしゃ ふ あん ひーたー かでんせいひん おお ごみです いがし す ひと そだい
粗大ごみは、家具・ふとん・自転車・ファンヒーター・家電製品など 大きな ごみです。伊賀市に 住んでいる人は、粗大
ごみを 捨てることができます。粗大ごみは、決めた 場所まで 取りに 来てくれます。粗大ごみを 捨てるには 1個 200円の
粗大ごみ処理券が 必要です。1回に 出せる 粗大ごみは 5個までです。※一部 捨てることのできない ごみもあります。
【捨て方】①粗大ごみ 受付センターに 電話で 申し込みをします。②粗大ごみ処理券(1枚200円)を スーパーや 市役所
で 買います。※北部(上野、伊賀、島ヶ原、阿山、大山田)と 南部(青山)では 処理券が 違います。③買った 粗大ごみ
処理券を 1個の 粗大ごみに 1枚 貼り、予約をした 日の 朝9時(青山は 朝8時30分)までに、決めた 場所に 粗大ごみ
を 出します。【申込時間】AM8:30から PM5:00まで(土曜日、日曜日、祝日、12/29から1/3までは 休み)
【申込先】(上野、伊賀、島ヶ原、阿山、大山田)伊賀北部粗大ごみ 受付センター 電話: 0595-20-1255
(青山)伊賀南部粗大ごみ 受付センター 電話: 0595-64-8700



ただ す
ごみは 正しく 捨てましょう

かでんせいひん タイヤなどを 人が 見ていない 場所に 不法投棄(ごみを 捨ててはいけぬ)場所に 捨てること)する人が
たくさんいます。不法投棄をした場合、5年以下の 懲役(刑務所)に入る)、または 1,000万円以下の 罰金(お金を 払う)、
または その 両方をするようになります。【電話】さくらサイクルセンター 0595-20-9272

じどうてあて げんきょうとどけ だ
児童手当の 現況届を 出してください

ていしゅつ ひつよう ひと がつ おの 終わりに てがみ
提出が 必要な 人には、5月の 終わりに 手紙を
おく がつ にち しょうらい だ
送りました。6月30日までに 書類を出してください。

でんわ せいさくか
【電話】こども政策課: 0595-22-9677

あやま かいようせんたー ぶーる あ
阿山B&G海洋センターの プールが 開きます

【とき】6月27日から 9月23日まで(火曜日は 休み)
【時間】AM9:00~12:00、PM1:30~4:30、PM6:00~9:00
【お金】大人300円、中学生以下150円、乳幼児50円
【電話】阿山B&G海洋センター: 0595-43-1380