やさしいにほんご じょうほうし
11 いが
にほんご

伊賀市 多文化共生センター　伊賀市 国際交流協会　生活ガイドブック

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。

伊賀市の 人口：82,283 人　外国人の 人口：6,420 人　外国人の 割合：7.80%　2026年 9月末日

お知らせ

伊賀市役所の 窓口などの 時間が 変わりました



2026年9月1日から 変わりました。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4階 多文化共生センター**の 時間も 変わりました。

11月、12月は 差し押さえを 強化します

11月と 12月は、『差押強化月間』と 決めて、伊賀市と 伊賀県税事務所が 財産の「差押」を 行います。
※差押・・・税金などを 払わないと 国や 裁判所が 財産を 持っていくこと
市・県民税、国民健康保険税、介護保険料、保育料、下水道使用料などを 滞納している人(決まった日までに 支払っていない人)の 財産を 差し押さえます。 差し押さえる 財産は「給料」、「銀行の 貯金」、「生命保険」、「自動車」、「不動産」などです。
財産を 見つけて、差し押さえを 行うために「捜索(家の 中などを 探す)」する場合も あります。
水道料金や 市営住宅の 家賃、市民病院の 治療費を 滞納している人は、裁判を 通して 差し押さえします。
税金などを 払っていない人は、すぐに 払ってください。
【問い合わせ】県税 三重県総務部税収確保課 電話：059-224-2131　市税 収税課 電話：0595-22-9675

令和9(2027)年度 放課後児童クラブに 入る 子どもを 募集します



放課後児童クラブは、学校が 終わった後などに 家に 保護者(お父さんや お母さんなど)が いない 小学生が 行くところです。 2027年4月から 放課後児童クラブを 使いたい人は 申し込みをしてください。
【対象者】 伊賀市に 住んでいる 小学生で、保護者が 次の ●の どれかに あてはまる人
●昼間(朝から 夕方まで) 仕事をしていて 家にいない。　●昼間 家にいるが 子どもと 離れて 仕事をしている。
●長い間 病気に なっている。　●一緒に 住んでいる 家族を いつも 介護している。
【お金】 1カ月 8,000円／ひとり　※春休み、 夏休み、 冬休みは 別に お金が 必要です。
【申込方法】 それぞれの 放課後児童クラブ、こども政策課、それぞれの 支所(※上野支所はない)にある 申請書に 必要なことを 書いてください。 行きたい 放課後児童クラブへ 持って行ってください。
【申込期間】 11月2日から 30日まで、平日PM3:00 から 6:00 まで ※申し込んだ人が 多い時は、抽選になります。
※民間の 放課後児童クラブの 申込方法などは、直接 クラブに 聞いてください。 ※詳しいことは 広報いが 11月号(16ページ)を 見てください。　【問い合わせ】 こども政策課 電話：0595-22-9677

今月の税金

国民健康保険税(5期)
11月30日(月曜日) までに 払って ください。【問い合わせ】 収税課 電話：0595-22-9612

年末調整

毎月の 給与から 所得税が 差し引かれます。 これを 源泉徴収と いいます。扶養家族の 数や 所得に 合わせて 計算します。 年末には、1月から 12月分までの 正確な 所得税の 金額を 計算します。 払いすぎた 場合は、返ってきます。 足りなかった 場合は、追加で 支払います。 この 手続きは 年末に 行われるので、年末調整と 言います。 なぜ 年末調整が 必要なのでしょうか？

＜理由1＞ 源泉徴収された 税金は、年間を 通じて 給与の 金額が 変わらないと 仮に 決めた 金額です。
実際は、給与は 年間を 通じて 変わる 可能性があるからです。

＜理由2＞ 扶養家族の 数が 変わる 可能性があるからです。

＜理由3＞ 支払った 生命保険料や 地震保険料は 年末の 税金から 控除することができるからです。



伊賀上野 シティマラソンのため 通行止めがあります

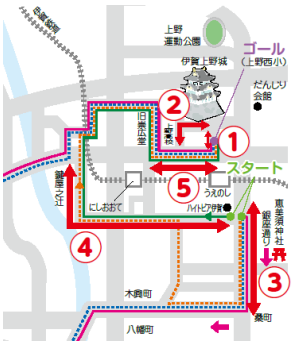
11月29日(日曜日) 伊賀上野 シティマラソンがあります。 AM9:30 から 順番に 始まります。 地図の ①から ⑤までの 道は 通行止め(車は 通ることが できません)になります。

①と ②は AM7:00 から PM1:00 まで　③と ④は AM9:10 から AM10:10 まで

⑤は（片側だけ 通ることができます） AM9:30 から PM0:30 まで

コースの 近くには 車を 停めないでください。

【問い合わせ】伊賀上野シティマラソン実行委員会事務局 電話: 0595-22-9635



児童 虐待・女性に 対する 暴力を なくすために

◆児童虐待を なくすために

児童虐待は、保護者(お父さんや お母さんなど)が こどもの 体や 心を 傷つけることです。 児童虐待をしては いけないということが 法律で 決まっています。

○ 子どもを 叩く。 首を 絞める。 部屋に 閉じ込める。 ○ 子どもに 性的なことを 求める。 性的な ビデオや 写真を 見せる。 ○ 十分な 食べ物を あげない。 長い 時間 子どもの 世話をしない。

○ 子どもを 無視する。 子どもの 話しを 否定(駄目だ、間違っていると 言う)する。子どもが 傷つく 言葉を 言う。

これは、全て 虐待です。 虐待かもしれないと 思ったら、すぐに 連絡ください。

子どものことで 悩んでいるときは、相談してください。

【電話】こどもの育ち支援課 ☎: 0595-22-9609　児童相談所虐待対応ダイヤル ☎: **189**

伊賀児童相談所 ☎: 0595-24-8060　学校や 保育所、幼稚園など

◆女性に 対する 暴力を なくすために

暴力は 絶対に 許してはいけません。 夫や 恋人からの 暴力(DV)、性犯罪、性暴力、ストーカー、セクシュアルハラスメント(セクハラ)などは、人が 生まれながら 持っている、人として 幸せに 生きる 大切な 権利が 大きく 傷つくことです。 被害を 受けた人は、一人で 悩まないで 相談してください。

【電話】こどもの育ち支援課 ☎: 0595-22-9609　人権政策課 ☎: 0595-22-9632

伊賀警察署 生活安全課 ☎: 0595-21-0110　DV相談ナビ ☎:#8008



パブリックコメント 伊賀市多文化共生推進プラン(第2期)(中間案)

国籍に かかわらず みんなが 住みやすいと 感じる 伊賀市にするために 多文化共生推進プラン(第２期)の中間案について 意見をください。 意見は 伊賀市の ホームページに 載ります。

【閲覧場所】伊賀市ホームページ、多文化共生課、多文化共生センター、それぞれの支所、地区市民センター

【提出方法】ウェブフォームか 意見記入用紙に 書いて 出してください。

【受付期間】11月９日から 12月８日まで　【問い合わせ】多文化共生課: 0595-22-9702

ウェブフォーム



医療 と 健康

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。



1歳6カ月の 健診	11月５日、12月10日	PM1:00 から 2:30 まで ハイトピア伊賀 4階	【持ち物】 母子健康手帳、問診票など	【電話】 こどもの育ち支援課 0595-41-1556
3歳児 健診(3歳6カ月)	11月17日 12月１日、22日			
乳幼児相談	11月２日、６日、18日 12月４日、７日、16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。		【電話】 子育て支援室 0595-22-9665

◆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 行けばよいか 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

11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 岡波/名張	2 岡波	3 名張	4 岡波	5 名張	6 上野	7 上野
8 岡波	9 岡波	10 上野	11 岡波	12 名張	13 上野	14 名張
15 岡波/名張	16 岡波	17 名張	18 岡波	19 名張	20 上野	21 上野
22 岡波	23 岡波	24 上野	25 岡波	26 名張	27 上野	28 上野
29 岡波/名張	30 岡波	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 AM9:00 から PM4:30 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 PM4:30 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】12月３日(木曜日) 13:30 から 16:00 まで
【ところ】伊賀市役所 多文化共生課

勉強の 案内

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

ささゆり 教室

11月７日は 休みです。
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
(申込みをしてください)
【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

11月25日は 休みです。
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】伊賀市国際交流協会
070-4455-4900

防災 情報

食欲の 秋に 始めよう！食べながら 備える「ローリングストック」



日本では、秋は 涼しくなります。 たくさんの 食べ物が おいしくなる 季節です。「食欲の 秋」と 言います。
今から 食べ物について 災害の 準備を 始めましょう。 特別な 乾パンや 水だけでなく、いつも 食べている レトルトの 食べ物や 缶詰、パスタなどを 少し 多く 買います。 古いものから 食べます。 食べた 分だけ 新しく 買います。 この 方法を「ローリングストック」と 言います。 これをすれば、いつも 食べている 慣れた 味を 災害の時にも 食べることができます。 あなたの 国の 料理の 缶詰などを 準備しておけば、大変な 時も 安心ですね。 スーパーに 行ったときに、いつもの 食事に「もう一つ」 多く 買うことから 始めてみましょう。【問い合わせ】防災危機対策局 電話: 0595-22-9640

お知らせ

知って安心！ ビザ(在留資格)の わかりやすい 説明会



入管(出入国在留管理局)の人が 伊賀市に 来ます。 在留資格の 手続きについて 気になることや 最近の 変わったところなどについて 話を 聞きます。 質問も できます。
ポルトガル語、スペイン語、中国語、英語、タガログ語、ベトナム語の 通訳が います。
【とき】12月20日(日曜日) AM10:30 から PM12:30 まで【ところ】伊賀市役所 2階 202・203会議室
【人数】35人まで (早く 申し込んだ 順番) 【申込方法】申込フォーム または 電話
【申込期間】11月16日(月曜日)から 12月14日(月曜日) PM5:00 まで
【申込先・問い合わせ】多文化共生課 電話: 0595-22-9702
※イラスト／出典：出入国在留管理庁ホームページ

枯れた 草の 火事に ご注意ください

伊賀市で 起こった 火事の 半分は 枯れた 草の 火事です。
火は 思ったよりも 早く 燃えて 広がります。 火を 消すのが 間に合わないです。 外で 物や 枯れた 草を 燃やすことは、法律で 禁止されています。 どうしても 燃やす 必要がある時は、●に 書いてあることに 気をつけてください。
●空気が 乾燥しているときや 風が 強いときは 燃やさない。
●燃やすときは、燃やす前に 消防署に 連絡する。
●枯れた草に 直接 火をつけない。 刈り取った 草を 集めて、安全な 場所で 燃やす。
●火が 消えるまで 見る。
●火から 離れるときは、火を 消してから 離れる。
●消防署の 連絡先を 確認する。



【電話】消防本部予防課: 0595-24-9105

暮らし なんでも 相談

弁護士や 税理士など 専門の人に 相談できます。
●給料が もらえない ●仕事を やめさせられた
●ローン(家、車 など) ●家の 問題(家を 建てた時、リフォームをしたときの 問題)
●奨学金を 返す ●年金、税金
●保険を 見直したい(生命、自動車、火災など)



【とき】12月12日(土曜日)AM10:00 から PM4:00 まで
【ところ】ゆめぽりすセンター(伊賀市ゆめが丘1-1-4)
【人数】15組ぐらい (早く 申し込んだ 順番)
電話で 申込みをしてください。【申込期間】11月12日から 12月3日まで AM9:00 から PM5:00 まで (火曜日と 木曜日だけ) 【申込先】 暮らしほっとステーション伊賀 電話: 0595-24-7198

2027年 1、2、3月から 保育園などに 入る 子どもを 募集します



申込フォーム

【対象者】途中から 保育園などに 入る または 他の 保育園などから 違う 保育園などに 入る 子ども
【申込方法】申込フォーム または 申請書類を 保育幼稚園課に 持って行く。 【申込期限】11月30日(月曜日)まで
【申込先】保育幼稚園課 電話: 0595-22-9655

みんなで ボードゲームTIME！



図書館で ボードゲームをしよう。
ボードゲームは、カードや コマを 使って 遊ぶ ゲームです。 誰でも 楽しめる ゲームです。
【とき】12月6日(日曜日) PM1:00 から 4:00 まで
【ところ】伊賀市中央図書館 2階学習・集会室
【電話】伊賀市中央図書館 : 0595-21-6868