



県政だより



赤目四十八滝で
手づくり弁当



あんどん
匠と行灯づくり



洞窟探検



爽快! E-bike



古代装束を着て
古墳さんぽ



愛犬パックラフト

令和6年(2024)
No.480

月号

今号の
トピックス

P2 特集 体験・アクティビティ「みえのイマココ旅」

P 2 記事 斎宮歴史博物館 夏季企画展「斎王の食事」

P 3 記事 7月・8月は三重県「愛の血液助け合い運動」月間です

連載 こんなにあるんだ! 三重の鉄道(第1回)

県政情報をお届けします
三重県広報紙
毎月1日発行
毎月第1日曜日 新聞折込

注目 情報

実現しよう!花とみどりの三重づくり ～優しさあふれる健やかなふるさと三重をめざして～

県では、令和5年4月に、花とみどりの活用を通じて、優しさあふれる健やかなふるさと三重をめざす「花とみどりの三重づくり条例」を施行しました。めざす姿の実現に向け、「花とみどりの三重づくり基本計画」を策定し、さまざまな取り組みを進めています。



花とみどりを 知る

情報発信やイベントを通して、「知る」機会を作ります。

- ▶ 条例の周知に向けた普及・啓発
- ▶ 花とみどりの名所、花植え活動などの情報発信
- ▶ 花とみどりに触れるイベントの開催 など



SNSによる情報発信



花の配布イベント

花とみどりを 魅せる

公共空間などに花とみどりを取り入れ、「魅せる」施策を推進します。

- ▶ 県営都市公園における花の名所づくり
- ▶ 街路樹による良好な沿道景観づくり など



桜の名所づくり



良好な街路樹景観

花とみどりで つなぐ

県、市町、県民・事業者などの多様な主体を「つなぐ」施策を推進します。

- ▶ 園芸活動を通じた交流促進
- ▶ 道路空間における花植え活動 など



緑化活動



花植え活動

花とみどりに関する情報はこちら

みえ 花とみどりの情報 検索



キーワードを探して 県産品を当てよう!

〇〇〇〇に当てはまるキーワードを
本紙から探してお答えください。

体験・アクティビティ 「みえの〇〇〇〇旅」

正解者の中から抽選で **8人**に
熊野産みかんゼリーをプレゼント!

当選発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。個人情報
は賞品の発送および読者層の調査に関する目的以外には
使用いたしません。

応募方法 「ハガキ」「メール」
「応募フォーム(右記二次元コード)」
からご応募ください。
※ご応募は1人1回限り



記入項目 住所、氏名、年齢、電話番号、県政
だよりの入手先、キーワード、県政だよりの
感想をご記入ください。

応募締切 令和6年7月31日(水) 到着分まで

〒514-8570(住所不要)
三重県広聴広報課
「県政だより7月号プレゼント」係
☒ dayori@pref.mie.lg.jp
(プレゼント応募専用メールアドレス)

「県政だより みえ」を
もっと身近に!

電子版・多言語
カタログ
ポケット



スマホアプリで
いつでもどこでも
マチイロ



県・市町の広報紙を
まとめてチェック
マイ広報紙



三重県の
人口・世帯数

人 □ / 1,716,617 人
(男性:838,823 人 女性:877,794 人)
世帯数 / 753,796 世帯 (令和6年4月1日現在)



観光振興による地域活性化に取り組んでいます！

県では、三重を訪れる旅行者に、「三重ならではの」体験を楽しみながら県内各地を周遊し、長期滞在していただけるよう、令和4年度から5年度にかけて、新しい体験型コンテンツ「みえのイマココ旅」に取り組む事業者を支援してきました。今年度は、事業化された体験型コンテンツをより多くの方に楽しんでいただくとともに、旅行者のニーズの変化や多様化を捉え、観光消費額の拡大、地方誘客の促進をめざしています。

「三重ならではの」観光体験コンテンツを提供！ みえのイマココ旅



『三重の「イマしかない」「ココしかない」体験を楽しみに三重を訪れよう』をコンセプトに、新しい旅のカタチを提供する「みえのイマココ旅」。その一部を紹介します。



伊賀市

蔵仕事の見学&紅くるりドレッシングづくり体験

歴史ある醤油醸造蔵で、見て聞いて味わう！蔵人が案内する蔵仕事見学や、醤油の食べ比べ、紅くるり大根と醤油を使ったドレッシングづくり体験が楽しめる。



亀山市

閑宿手ぶら着物体験

県の伝統工芸品「伊勢木綿」の着物でノスタルジックな宿場町を散策！古い町並みに自分が風景の一部として溶け込んだような感覚を楽しんで。



桑名市

桑名海苔で飾り巻き寿司作り&種付け設備見学・ミニ講座

海苔養殖の秘密を知って美味しさを実感！飾り巻き寿司作り体験は、切るまでわからないドキドキ感があり、成功の感動もひとしお。



伊賀市

ぬくもりある組子の行灯づくり体験と伊賀町あるき

釘や金具を使わない、伝統木工技術「組子」を使い、ねじり組行灯づくり体験！自分だけの行灯づくりの後は、昔ながらの日本建築が残る伊賀の町並みを匠の案内で散策。



大台町

ツリークライミング体験

自然豊かな森で、ロープやサドルなどの保護具を使って木登り体験！資格を持っているインストラクターが指導してくれるので、初心者でも安心。



伊勢市

三重県を味わえる和菓子教室

和菓子の歴史や豆知識を学んだ後、練り切り餡で和菓子づくりに挑戦！職人の実演や、レクチャーを受けられるのもうれしい。



紀宝町

キリ半日キャニオニング

紀宝町桐原のダイナミックな渓谷で、ロープにつかまり沢下りに挑戦！岩場をウォータースライダーのように滑り降りたり、飛び込みを楽しんだりできる本格的なアクティビティに没頭してみよう。



尾鷲市・紀北町

熊野古道伊勢路・馬越峠エコツアー

尾鷲ヒノキの森林に囲まれ、多くの人が行き交った世界遺産熊野古道馬越峠。保全活動や歴史エピソードなど、ガイドのお話に耳を傾けながらハイキングを楽しもう！



志摩市

鯉いぶし小屋体験

伝統ある鯉節の製造工程を学び、和食の原風景を体感するプログラム！試食タイムでは土鍋で炊いたご飯に、削りたての鯉節をかけた「おかかごはん」をご賞味あれ。



このほかにも、自然、歴史・文化、伝統、ものづくり、食、ナイト&モーニング、サステナブルをテーマにした体験コンテンツがいっぱい。ぜひ体験して三重の魅力を感じてください！

詳しくは、「ウェブサイト」または「Instagram」からご覧ください。

ウェブサイト

みえのイマココ旅 検索



Instagram



最近の観光のトレンドである体験型コンテンツを多数ご用意しました。「みえのイマココ旅」を満喫いただき、SNSなどでも紹介してください。

三重県知事 一見 勝之



問い合わせ先 観光部 観光振興課 TEL 059・224・2342 FAX 059・224・2801 E kankoshi@pref.mie.lg.jp

TEL 0596・52・3800
FAX 0596・52・3724
E saiku@pref.mie.lg.jp

詳しくはこちら
齋宮歴史博物館 検索



学芸員が展示を解説します！（一般向け）
日時 7月13日（土）、8月10日（土）
13時30分～14時30分（予定）
場所 特別展示室
※当日の常設展示の観覧券が必要です。

期間 7月6日（土）～9月1日（日）
※月曜休館（祝日の場合は翌日）
時間 9時30分～17時
※入館は16時30分まで
料金 要観覧料 ※高校生以下は無料

この夏休みには、齋宮歴史博物館で「食」を通して齋宮や平安の文化を感じてみてください。
齋宮歴史博物館で「食」を通して齋宮や平安の文化を感じてみてください。



齋王の食事（復元模型）
齋宮歴史博物館蔵

平安時代の物語には、具体的な食事の場面があまり書かれていません。それは一体なぜなのか。今から千年以上前の人々はどんな気持ちで何を食べていたのか。また、伊勢湾に近く、食に恵まれていた齋王はグルメだったのか、さらにダイエットに失敗した大食い貴族など、齋宮により親しみを持っていただけるお話も合わせて紹介します。

齋宮歴史博物館では、平安時代の人々の食事や調理方法、味付け、デザートなどについて、記録や絵画資料から紹介する夏季限定の企画展「常設展示室Ⅲ」を開催します。



齋宮歴史博物館 夏季企画展
齋王の食事
～平安時代の人々は何を食べていたのか～

記事



献血にご協力ください！

血液は人工的にはつくれず、長期間保存ができません。また、一人あたりの献血の回数・量には制限があるため、より多くの方に献血のご協力をお願いしています。

献血って、どんな人ができるの？

以下の基準を満たした方が、献血できます！

	全血献血		成分献血	
	200mL 献血	400mL 献血	けっしょう 血漿	血小板
1回採血量	200mL	400mL	600mL 以下 (循環血液量の12%以内)	
年齢	16歳～69歳	男性：17歳～69歳 女性：18歳～69歳	18歳～69歳	男性：18歳～69歳 女性：18歳～54歳
体重	男性：45kg 以上 女性：40kg 以上	男女とも 50kg 以上	男性：45kg 以上 女性：40kg 以上	

※献血当日の体調や服用中の薬により、献血をご遠慮いただく場合があります。

※65歳以上の方の献血については、健康を考慮し、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

※200mL 献血は、医療機関が必要とする3.8%の需要を満たすため、16歳～17歳を中心とした若年層の方をお願いしています。



詳しくはこちら

献血基準 検索

若い世代の皆さんへ／

10代・20代の献血者数は、この20年間で約143万人も減少*しています。三重県では若い世代の献血率全国ワースト5位以内が5年以上も続いており、安定的な血液確保のために、特に若い世代の皆さんの協力を必要としています！

*234.2万人（平成12年度）から90.8万人（令和2年度）に減少【厚生労働省ホームページより】

献血って、どこでできるの？

「献血ルーム」「献血バス」で、献血できます！

県内の献血ルーム

●三重県赤十字血液センター

TEL 0120・05・5632
津市あかつ台4丁目8-5
(中勢北部サイエンスシティ内)



●四日市献血ルーム「サンセリテ」

TEL 0120・39・5863
四日市市安島1-3-31
近鉄四日市駅前「トナリエ四日市」5階



●伊勢献血ルーム「ハートワン」

TEL 0120・25・7821
伊勢市船江1-471-1 (ミタス伊勢内)



献血バスの運行スケジュールは、三重県赤十字血液センターのホームページでご確認ください。



献血って、どうやるの？

1 事前準備

顔写真付きの身分証明書、献血カード（お持ちの方）を持参します。



2 献血受付

本人確認後に、献血の副作用・血液の利用目的に同意して申し込みます。
※一部献血ルームでは、事前予約をお願いしています。



3 問診・血液検査など

健康状態に関する問診、血圧・体重測定の後、採血基準を満たしているかどうかの血液検査を実施します。



4 採血

採血ベッドに横になり、採血を開始します。

●全血献血

(血液中のすべての成分を献血する方法)
採血時間：10分～15分程度



●成分献血

(血漿や血小板など特定の成分だけを採血する方法)
採血時間：採血量に応じて40分～90分程度

5 休憩・終了

十分な水分補給をしながら10分以上ゆっくり休んだら、献血カードを受け取り終了です。裏面に印刷されている次回献血可能日などを確認してください。



三重県赤十字血液センターは、4月に「津市あかつ台」に移転しました！

旧施設の老朽化に伴い、大規模災害などの発生時にも安定して血液事業が行えるように、海拔が高く、地盤沈下に強い地域へと移転しました。

●来場者用駐車場を完備

20台以上の駐車スペースを設けています。

●定休日を土曜から火曜へ変更

土曜・日曜に献血にご協力いただきやすくなりました。



夏季は、長期休暇などにより学校や企業、団体からの協力が得にくくなるなど、献血者が減少する傾向にあります。かけがえのない命を守るため、継続的な献血にご協力ください！

厚生労働省 献血推進キャラクター けんけつちゃん

詳しくはこちら



問い合わせ先 医療保健部 薬務課 TEL 059・224・2330 FAX 059・224・2344 E yakumus@pref.mie.lg.jp

「三重県地域公共交通計画」を令和6年3月に策定しました

県内の公共交通が、県民の皆さんの暮らしや観光振興、経済発展を支える、安全で便利で快適な移動手段としていつまでも利用し続けられるよう、県では、「三重県地域公共交通計画」を策定しました。

本計画を基に、県民の皆さんの多様なニーズに対応した持続可能な地域交通の実現をめざしています。



三重県地域公共交通計画 検索

鉄道利用には、いいことがたくさん！
鉄道は、通勤・通学・通院・買い物や、車を利用しない高齢者・若者などの日常生活を支える大事な移動手段です。また、鉄道を利用することで、「渋滞の緩和」「交通事故の減少」「CO₂排出量削減」「歩くことによる健康の維持・増進」などの効果が期待できます。しかし、近年は人口減少や新型コロナウイルス感染症などの影響を受け、鉄道利用者が減少しています。かけがえのない公共交通である鉄道を守っていくためには、多くの皆さんにご利用いただくことが大切です。お出かけの際は、ぜひ鉄道をご利用ください。



それぞれの鉄道の概要や魅力を、次号から紹介していきます。お楽しみに！(次号：伊勢鉄道)

県内の鉄道事業者は全部で8つ

こんなにあるんだ！三重の鉄道

連載第1回(全9回)



問い合わせ先 地域連携・交通部 交通政策課 TEL 059・224・2622 FAX 059・224・2219 E kotsu@pref.mie.lg.jp

三重 鉄道便利情報 検索

三重の未来を切り拓く人の挑戦を紹介します！

自分たちがかがやけば、地域もかがやく

Challenge

次代を担う
みえびと
三重人たち

空き家を使って地域活性！
にぎわいとつながりをつくりたい

うみべのいえプロジェクト／南伊勢町
プロジェクト
リーダー 西岡 奈保子さん

私は名古屋出身で、大学卒業後は、オフィス用品の商社でオフィスデザイナーとして勤務し、その後保育園運営会社で営業や運営管理をしながら待機児童の解消に携わってきました。社会の課題を目の当たりにする中で、「もっと大きな社会問題を解決したい」という気持ちが芽生え、働きながら大学院に通い出しました。南伊勢町との関わりは、研究室に南伊勢町から空き家調査の依頼があったことがきっかけです。

研究のために毎週末、南伊勢町を訪れるにつれ、役場や地域の方ともつながりができ、町のことを気に入った主人と一緒に移住することに決めました。

2018年に移住後は、移住相談サポートや空き家対策に携わり、2020年には町が進めていた「空き家再生プロデューサー育成プログラム」に参加。そのプログラムがきっかけで、空き家を使って地域活性化をめざす「うみべのいえプロジェクト」をスタートすることになりました。

こんなことに取り組んでいます！

エリア全体が「家」、まちの中に「部屋（お店）」をつくらせていく

うみべのいえプロジェクトは、「みんなが自分の家のように気軽にまちを往来する」そんなイメージを具現化するために、家の機能をまちの中に配置していくプロジェクトです。現在はシェアキッチンとなる「キッチン」、シェアスペースや中長期賃貸住宅となる「リビング」、雑貨販売や普段使わない服などを集めてみんなでシェアする「クローゼット」の3つの店舗を運営しています。どの店舗も町民に限らずいろんな人に使っていただけるので、交流の場になっています。お店をやりたい人が気軽にチャレンジできたり、美味しいものが食べられたり、かわいい雑貨が買えたりと、皆さんの生活が少しでも豊かになればと運営しています。また高齢化率の高い南伊勢町で、若い人との関わり合いが生まれれば、高齢者の普段の様子や些細な変化に気づけるようになるほか、災害などの緊急時にも助け合える「共助」をつくっていけるのではないかと考えています。

次回は、「まちに部屋をつくる」という概念がうまく伝えられずにいましたが、「とにかくやってみる」をモットーに動いてきて、最近はやっと形が見えてきたので、「こういうことがやりたかったんやね」「私たちにやれることない?」と地域の人たちから声を掛けてくれるようになり、大きな変化を肌で感じています。プロジェクトを通してやりがいを感じている人を見たり、まちににぎわいが戻ったりすると、活動してきてよかったなと感じますし、「空き家＝まちの資産」と捉えて地域活性のために活用し続けていきたいと思っています。

次の目標は、静かに本を読むことに特化した空間の「書斎」と、一時預かりのスペースとなるような「子どもの遊び場」をつくること。そして一番大切なのが、この活動を一人でも多くの人に知っていただくことです。ぜひ皆さんも、この大きな我が家「うみべのいえ」に遊びに来てください！お待ちしております！

幅広い世代が利用できる店舗をめざして

三重で暮らそう！

「日々三重」では、先輩移住者の体験談や地域の魅力、旬の情報を発信しています。

うさぎ すけ
兎の助が紹介！
行って
みよう！

みえのいいところ！

©PSP/T-e 三重県応援キャラクター 兎の助

明和町

いつきのみや歴史体験館

齋宮が最も栄えた平安時代の歴史や文化、技術などが体験できる施設です。館内では、無料の常設展示のほか、季節に合わせた体験講座・イベントなどが随時開催されています。古代に流行した盤双六や貝覆いなどの遊びのほか、十二単など本格的な平安装束の試着など、ここでしかできない体験がいっぱいあります。ぜひ訪れてみてください。

住所 多気郡明和町齋宮 3046-25 TEL 0596・52・3890

動画も見てね！

■お知らせは、県の Facebook や X (旧 Twitter) でも配信しています。
■7月号は、6月4日時点の情報に基づき作成しています。
■「県政だより みえ」は、県および市町施設、スーパー、コンビニ、金融機関、郵便局などでも入手できます。

リサイクル適性

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

三重県は環境保全活動を推進するシンボルとして、エコマークを使用しています。

この広報紙は、再生紙と、環境にやさしい植物油インキを使用しています。

次号のお知らせ

8月号は8月4日(日)に新聞折込予定です。

市役所・県職員・警察官・消防官・国家公務員・保育士など

公務員 2025年度(R7年度)受験

2024年11～3月コース | 2025年4～9月コース

2024年4～9月コース (途中入校)も募集中

全日・夜間特訓・土日集中コース

☆半年間(11～3月・4～9月)で最終合格へ☆2次対策(面接・討論・論文)も充実

早期入校特典

10月末までの申し込み

入学金 50,000円OFF

授業料 15%OFF

24年11～3月コース

授業料 70%OFF (25年4～9月コースをお申し込みの方)

2023(R5)年度合格実績(1次試験)

●事務系(県・市役所等)…のべ109名合格

●公安系(警察・消防等)…のべ65名合格

★1次試験合格率 91.6%

2024年度9月試験直前講座

サマースクール(無料講座・模試)

夏期講習(有料講座16回)

7/20(土)～8/22(木)開催

説明会 ※30分程度 個別制

土日 13:00～15:00

平日(月～金) 15:00～18:00

□会場/当学院 □参加方法/お電話・メールでご予約ください [E-mail] miekoumuin@wish.ocn.ne.jp http://miekoumuin.net

三重で公務員を目指すなら

三重公務員学院

津市広明町364 魚伝ビル3F(津駅西口出でスク)

059-224-8890

ご参加できない方は、パンフレットを郵送します

「県政だより みえ」の発行経費の一部に充てるため企業広告を掲載していますが、内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。なお、掲載については、広告掲載業務の委託先である株式会社ウィット(072・668・3275代)までお問い合わせください。

三重県職員等採用候補者B・C試験

申込期間 7月19日(金)～8月26日(月) 受験案内配布 7月19日(金)～

第1次試験実施日 9月29日(日)

令和7年4月採用予定の三重県職員、市町立小中学校職員の採用試験を実施します。詳細は受験案内をご確認ください。

問 人事委員会事務局 職員課 TEL 059・224・2932 FAX 059・226・7545

三重県職員採用候補者A試験(秋季)、民間企業等職務経験者試験

申込期間 7月19日(金)～8月29日(木) 受験案内配布 7月19日(金)～

第1次試験実施日 各試験により異なります

令和7年4月採用予定の三重県職員の採用試験を実施します。詳細は受験案内をご確認ください。

問 人事委員会事務局 職員課 TEL 059・224・2932 FAX 059・226・7545

「みえの縁むすび地域サポーター」募集

募集期間 養成講座開催日の10日前まで <開催日:7月28日(日)津市、8月7日(水)四日市市、8月24日(土)伊勢市、8月25日(日)名張市、9月1日(日)熊野市>

対象 県内在住で、養成講座を受講可能な20歳以上の方

※詳しくは「募集要項」をご確認ください。

結婚を希望する方の1対1のマッチングをお手伝いいただく「みえの縁むすび地域サポーター」を募集します。

問 みえ出逢いサポートセンター TEL 059・355・1322 info@deai-mie.jp

【南勢サテライト】TEL 0596・21・1522 info@deai-mie.jp

ひきこもり家族教室

開催場所・日 ① 四日市庁舎 【第1回】8月1日(木) 【第2回】9月26日(木)

② 津 庁 舎 【第1回】7月11日(木) 【第2回】9月2日(月)

③ 尾鷲庁舎 【第1回】8月19日(月) 【第2回】10月3日(木)

時間 すべて13時30分～15時 受付 要事前申込

県内のひきこもり当事者のご家族を対象に、家族教室を開催します。お住まいの地域以外でもご参加いただけます。

問 県こころの健康センター TEL 059・223・5243 FAX 059・223・5242

世界遺産登録20周年記念企画展「熊野古道伊勢路 八鬼山越え」

期間 8月18日(日)まで ※会期中無休 時間 9時～17時

場所 県立熊野古道センター 企画展示室 料金 無料

西国第一の難所といわれる「八鬼山」に焦点をあて、江戸時代の熊野古道伊勢路と巡礼者などについて紹介する企画展を開催します。

問 県立熊野古道センター TEL 0597・25・2666 FAX 0597・25・2667

[YouTube 配信]「ポモナファームの挑戦～気候変動にそなえる新たな農業～」

期間 7月5日(金)～8月19日(月) 料金 無料

受付 要事前申込 ※8月17日(土)まで

株式会社ポモナファーム(多気町)の環境負荷の少ない農業のお話から、サステナブルな農業の未来を考えるオンライン講座を開催します。

問 県環境学習情報センター TEL 059・329・2000 FAX 059・329・2909

企画展「標本 あつめる・のこす・しらべる・つたえる」

期間 7月6日(土)～9月16日(月・祝) ※月曜休館(祝日の場合は、翌日休館)

時間 9時～17時 ※入場は16時30分まで

場所 県総合博物館3階 企画展示室 料金 要観覧料 ※高校生以下無料

恐竜や昆虫などのたくさんの自然史標本から、博物館が標本を集め研究する意味を紹介する展覧会を開催します。

問 県総合博物館(MieMu) TEL 059・228・2283 FAX 059・229・8310

三重県不妊専門相談センター TEL 059・211・0041

受付時間 第1土曜 10時～16時、火曜(第1火曜を除く) 10時～20時

※祝日・年末年始を除く

不妊・不育症に関する悩みや不安を、助産師・看護師・不妊カウンセラーなどの有資格相談員に相談できます。

県の最新イベント情報などは
ここからチェック!!

三重県 お知らせ イベント 相談窓口

イベントなどは急きょ中止や延期となる場合があります。詳しくは、各問い合わせ先へお願いします。

県政だより みえ

第3日曜 18時45分～

再放送

①翌火曜 10時15分～

②翌月曜～金曜 8時～、16時45分～ (第2チャンネル) ※祝日を除く

CBC テレビ

よしお兄さんの「みえ」推し! (報道情報ワイド番組「チャント!」内)

水曜 16時40分ごろ～

FM 三重

三重県からのお知らせ

月曜～金曜 7時43分～

聴いとこ! 知っとこ! 10minみえ!

第1・3火曜 18時22分～

広告

保険診療からインプラント・矯正治療まで

歯科医療を通じて、お口の中から患者様の健康をお守りいたします

鈴鹿と四日市の2医院で75名のスタッフがご来院お待ちしております

アメリカ口腔インプラント学会認定医

歯科医師 笠井 啓次

※インプラント治療は健康保険適用外診療(自由診療) ※インプラント標準費用50万円～、矯正標準費用75万円～

医療法人 大木会

大木歯科医院 OHKI DENTAL CLINIC

TEL 059-395-1000 鈴鹿市南長太町鎗添2505-2 www.ohki-dental.com

■診療時間/9:00～18:30(受付8:30～) ■休診日/日曜日 ※3回、矯正歯科のみ診療

大木歯科医院

四日市

TEL 059-385-1010 四日市市鑑訪栄町5-5 ohkidc-yokkaichi.com

■診療時間/9:00～18:30(受付8:30～) ■休診日/木曜・日祝日