

**募集 第2次 伊賀市地域福祉計画(中間案) パブリックコメント募集**

**【募集期間】**

11月15日(月)～12月6日(月)  
※12月6日(月)必着とします。

**【募集内容】** 第2次伊賀市地域福祉計画(中間案)に対するご意見

**【閲覧方法】** 市ホームページまたは介護高齢福祉課・各支所住民福祉課窓口に設置の資料をご覧ください。

**【提出方法】** 意見の件名を記載し、ご意見(「該当箇所」およびそれに対する「意見内容」)・住所・氏名・電話番号を明記の上、郵送・FAX・Eメール・持参のいずれかの方法で提出してください。

**■シンポジウムを兼ねた計画説明会を開催します。**

**【とき】** 11月23日(火)・祝  
午後1時30分～

**【ところ】**

ゆめぼりすセンター 大会議室

**【内容】**

「みんなでつくる地域福祉計画」

**【提出先・問い合わせ】**

〒518-8501

伊賀市上野丸之内116番地

伊賀市健康福祉部介護高齢福祉課

☎26-3940 FAX26-3950

☐kaigo@city.iga.lg.jp

※持参の場合は、介護高齢福祉課・各支所住民福祉課で受け付けます。

**募集 産後ママの リフレッシュタイム**

日常の子育てから少し離れて、インストラクターの指導のもとヨガを体験しませんか。出産後の骨盤や腹筋の回復を促し、産後の体型が戻りやすくなります。また育児による腰痛や肩こりなどを軽減し、心身ともにリラックスできます。

**【とき】** 11月26日(金)

午前11時～正午

**【ところ】**

青山保健センター運動施設

**【対象者】**

産後3カ月～1年くらいまでの母親

**【定員】**

15人 ※先着順

※同時に託児も受け付けます。

(要予約：定員あり)

**【参加費】**

1回500円(施設入館料)

※施設を初めて利用される人は、当日までに利用講習会を受講してください。詳しくはお問い合わせください。

**【持ち物】**

室内用運動靴・運動できる服装

**【申込受付開始日】**

11月8日(月)

**【申込先・問い合わせ】**

青山保健センター ☎52-2280

※電話でお申し込みください。

**募集 父子料理教室参加者募集**

～お子様ランチ編～

日常生活で、ほとんど料理を作ったことのないお父さんとその子どもを対象に開催します。親子で簡単に、楽しく、料理をしてみませんか。

**【とき】**

11月27日(出)

午前9時30分～午後2時30分

**【ところ】**

いがまち保健福祉センター調理室

**【持ち物】**

エプロン・米2合(1組につき)

三角巾(自由)

**【応募資格】**

市内在住・在勤の人

※2人1組(父と子)

※子どもは小学生高学年までとします。

**【参加費】**

1組500円

**【応募締切日】**

11月12日(金) ※先着6組

**【応募方法】**

住所・氏名(父と子)・年齢・電話番号を明記の上、郵送・FAX・持参のいずれかで応募してください。

**【応募先・問い合わせ】**

〒518-8501

伊賀市上野丸之内116番地

伊賀市人権生活環境部

人権政策・男女共同参画課

☎22-9632 FAX22-9649

※土・日曜日・祝日を除く。

～ご利用ください～

**三重県ひとり親家庭等日常生活支援事業**

**一時的に生活援助・子育て支援が必要！どうしたらいいの？**

⇒家庭生活支援員を派遣します！ただし、事前に登録が必要です。

**■利用できる人は？**

寡婦・母子家庭・父子家庭

**■年間に利用できる日数は？**

原則として10日間を限度とします。

**■どんなときに利用できるの？**

○保護者・児童・同居している祖父母の一時的なけがや病気など

○冠婚葬祭・子どもの学校行事などへの参加・出張・残業など

○家庭や生活環境が変わり、一時的に援助が必要となった時など

**■どんな支援が受けられるの？**

生活支援：食事の世話・住居の掃除・身の回りの世話など

子育て支援：乳幼児の保育・児童の生活指導など



**家庭生活支援員を募集しています**

資格をお持ちで、支援をしていただける人は、こども家庭課までご連絡ください。

**■登録の仕方は？**

こども家庭課に申請書を設置していますので、持参または郵送で提出してください。

**■支援員はどんな人？**

一定の研修修了者・ホームヘルパー・保育士・看護師など資格の所有者です。

**■利用者の費用負担は？(1時間あたり)**

利用世帯の区分	子育て支援	生活支援
生活保護世帯・市民税非課税世帯	0円	0円
児童扶養手当支給水準の世帯	70円	150円
上記以外の世帯	150円	300円

**■申請先・問い合わせ**

〒518-8501 伊賀市上野丸之内116番地

伊賀市健康福祉部こども家庭課

☎22-9609 / 22-9654

# — 11月の3病院救急輪番体制 —

\*小児科以外の診療科目での輪番制です。

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

※重傷者が重なり、診られない場合があります。また、非当番日は救急の受け入れを行いませんのでご注意ください。  
 ※二次救急（重症）の人が対象となります。  
 ※上野総合市民病院では、入院が必要な内科系救急患者をほかの地域の救急病院に搬送させていただきます。

実施時間帯	
平日	午後5時～ 翌日午前8時45分
土日 祝日	午前8時45分～ 翌日午前8時45分

**救急医療機関を受診する際のお願い**  
 \*できるだけ医療機関の通常の診療時間内に受診しましょう。  
 \*かかりつけ医院を持ちましょう。  
 \*休日や夜間に急病で受診するときは、まずは一次救急（地域の診療所、伊賀市応急診療所など）をご利用ください。

**《伊賀市応急診療所（一次救急）》**

**【所在地】** 上野桑町 1615 番地 ☎ 22-9990  
**【診療科目】** 一般診療・小児科  
**【診療時間】** 月～土曜日：午後8時～11時  
 日曜日・祝日・年末年始：午前9時～正午、午後2時～5時、午後8時～11時  
 ※受付は、診療終了時間の30分前までにお願いします。

## 国民年金のはなし

**■年金受給者の人へ**  
**「扶養親族等申告書」は**  
**期限までに提出してください**

老齢や退職を支給事由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています。  
 ※障害年金・遺族年金は課税されません。  
 課税対象となる受給者の人には、毎年11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書を送付されますので、提出期限の12月1日(水)までに必ず提出してください。

この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合がありますのでご注意ください。

なお、年金以外に収入がある人は、確定申告が必要です。

**■平成23年分「扶養親族等申告書」が送付される人**

- 65歳未満：年金額が108万円以上の人
- 65歳以上：年金額が158万円以上の人

**【問い合わせ】**  
 津年金事務所  
 ☎ 059-228-9120  
 保険年金課 ☎ 22-9659  
 FAX 26-0151  
 各支所住民福祉課

## 募集 山もゆる秋 和銅の道歴史街道ウォーク

JR 関西本線電化を進める会では、関西本線沿線の良さを知っていただくため、JR 月ヶ瀬口駅から島ヶ原駅までの歴史街道ウォークを行います。  
 山が燃えるような紅葉が美しく、自然を楽しめるコースです。語り部が歴史街道・文化財などを案内します。昼食時には豚汁のサービスがあるほか、温泉の割引券、伊賀の特産品のプレゼントがあります。また、ウォーク終了後、JR 島ヶ原駅前の特産品の販売があります。

**【とき】**  
 11月28日(日) ※小雨決行  
 受付：午前9時30分～  
 集合：午前10時5分  
 出発：午前10時20分  
 解散：午後3時30分頃

**【ところ】**  
 受付・集合：JR 月ヶ瀬口駅前  
 解散：JR 島ヶ原駅前

※公共交通機関でお越しください。

**【コース】** 約12km  
 JR 月ヶ瀬口駅前 ⇒ 和銅の道 ⇒ 奥田 ⇒ 奥村 ⇒ 正月堂（昼食）⇒ 三国越林道 ⇒ 中矢 ⇒ 西の坂 ⇒ 薬師堂 ⇒ JR 島ヶ原駅前  
 ※一部変更する場合があります。

**【持ち物】**  
 弁当・水筒・敷物  
 ※歩きやすい服装で参加してください。

**【問い合わせ】**  
 伊賀市島ヶ原観光協会  
 ☎ 59-2501  
 JR 島ヶ原駅前観光案内所  
 ☎ 59-3020  
 ※事前申込は不要です。小学生以下は保護者同伴をお願いします。  
 ※中止の場合は、当日午前7時に決定します。JR 島ヶ原駅前観光案内所にご確認ください。

### 有料広告を募集します

広告の募集を行っています。掲載料は1枠(縦5cm×横9cm)2万円です。  
 掲載を希望する号の2カ月前からお申し込みいただけます。  
 広告に関するお問い合わせは、秘書広報課(☎ 22-9636)までお願いします。

