

国民健康保険

高齢受給者証の送付

本庁保険年金課

高齢受給者証には、病院などでの医療費の負担割合が記載されています。国民健康保険に加入されている70歳から74歳までの方に送付します。で、受診される際は、国民健康保険被保険者証と高齢受給者証を病院の窓口にて提示してください。

※長寿（後期高齢者）医療制度に加入している方は除きます

※これから70歳になる方には、誕生月の下旬（1日生まれの方は誕生月前月の下旬）に郵送します

【問い合わせ】
本庁保険年金課

☎22・9659

河川環境フェスティバル

青山支所住民課

河川環境フェスティバル実行委員会では木津川の河川環境保全啓発事業として河川環境フェスティバルを開催します。

【とき】 8月1日(土)
午前9時～11時(予定)

【ところ】

青山支所北側木津川河川敷

【内容】

環境パネル展、魚つかみなど（受付は午前10時45分まで（予定）。魚がなくなりしだい、受付を終了します）

【参加費】

100円

※環境パネル展は、7月27日（月）～31日（金）の5日間、青山公民館ロビーで実施します
皆さん、ぜひお越しください

【問い合わせ】

青山支所住民課

☎52・3227

第5回市民大学講座

教育委員会生涯学習課

【とき】 8月6日(木)

午後1時30分～3時10分

【ところ】

ゆめぼりすセンター

【内容】

『子どもと本をつなぐ人』

《演題》

『子どもと本をつなぐ人』

《講師》

皇學館大学文学部 教授 高倉一紀さん

※受講時間内の託児を無料で
行います(満2歳～就学前)
希望される方は7月31日ま

でに次の問い合わせ先までお申し込みください。なお、当日の申し込みも出来ませんが、ご希望にそえない場合がありますのでご了承ください

【問い合わせ】
教育委員会生涯学習課

☎22・9679

市民病院健康教室

市民病院庶務課

市民の皆さんに親しまれる病院を目指し、皆さんの健康管理に対する意識の高揚を図ることを目的に、当病院の薬剤師による健康教室を次のとおり開催します。皆さんのお越しをお待ちしています。

【とき】

7月26日(日)午前10時～

(約1時間程度を予定しています。)

【ところ】

市民病院西館1階大会議室

【内容】

《演題》

『おくすりの飲み方、大丈夫ですか?』

《講師》

薬剤師 藤森 唯史

【問い合わせ】

市民病院庶務課

☎24・1111

青山保健センター

健康フェスティバル!

歩行用温水プール・トレーニングルーム・フィットネスルームを無料開放し、無料健康チェックを行います。

【とき】 8月8日(土) 午前10時～午後9時

【内容】

☆運動施設の無料開放！（利用講習会も無料です）

プールやトレーニング機器を自由に使用できます。

☆無料健康チェック！（午前10時～午後2時）

骨密度チェック・血圧測定・体脂肪測定などを行います。

☆運動教室を開催！（要予約）（P:プール、S:スタジオ）

① P：親子水なれがぶく教室（午前11時～正午）

5～8歳のお子様1人に保護者1人を1組とし一緒にプールを楽しみましょう。（定員10組20人）

② P：おとなのための水なれ教室（午後1時30分～2時30分）

泳げなくても大丈夫！静かに浮いたりビートパンを使った軽いパタ足などをします。（定員20人）

③ S：ラテンダンス入門“ズンバを踊ろう”（午後3時～4時）

ラテンのリズムに乗って雰囲気を楽しみながら内臓脂肪を燃焼させましょう。（定員15人）

④ S：初心者のためのエアロビクス（午後7時～8時）

音楽に合わせた楽しい有酸素運動を通して心肺機能を高めましょう。（定員15人）

※教室の予約は7月21日（火）からお電話で受け付けます（先着順）

☆随時、運動相談を受け付けます

☆福祉施設の手作りパンや手作り豆腐の販売も予定しています

【問い合わせ】

青山保健センター ☎52-2280

【教室予約先】

青山保健センター運動施設 ☎52-4100

退職金は国の制度で

本庁商工観光課

中小企業退職金共済制度（中退共制度）は、中小企業で働く従業員のための外部積立型の国の退職金制度です。掛金助成や税法上の優遇など、有利な特典がいっぱいです。安全・確実な中退共制度をぜひご利用ください。

【問い合わせ】

（独）勤労者退職金共済機構

中小企業退職金共済事業本部

☎03・3436・0151

FAX03・3436・0400

ニート・ひきこもりの自立を考える保護者向けセミナーを開催

本庁商工観光課

現在職がなく、働くことに不安を感じている若者の自立に向けて、保護者やご家族ができる支援について考えるとともに、同じ課題を持つ家族同士の交流を目的として、セミナーを開催します。

【と き】

7月26日(日)

午後2時～3時30分
(午後1時30分開場)

【ところ】

上野ふれあいプラザ 3階

中会議室

【内容】

《テーマ》

「わが子の自立のために親・家族ができること」

《講師》 特定非営利活動法人

「育て上げ」ネット

理事長 工藤 啓さん

【問い合わせ】

伊賀市社会福祉協議会

が若者サポートステーション

☎22・0039

地デジを見るためのチューナー給付支援

本庁広聴広報課

総務省では、経済的な理由などで地上デジタル放送が見られない世帯（具体的にはNHK受信料全額免除世帯が対象）に対して、簡易なチューナーを無償給付するなどの支援を行います。

支援開始は今年の秋以降を予定しています。

具体的な申込先、受付開始時期は、準備が整い次第あらためてお知らせします。

※支援の申し込みには、NHKと受診契約を結び、全額免除の適用を受けることが必要です。なるべく早めに契約手続きなどをお願いし

ます

※支援は現物給付です。ご自身で購入したチューナー、アンテナなどの費用の精算はできません

【問い合わせ】

総務省地デジコールセンター

☎0570・07・0101

伊賀市消防団夏期訓練

消防本部消防救急課

消防団員の士気高揚と団結を図る目的で伊賀市消防団夏期訓練を実施します。

観覧テントを準備してありますので、市民の皆さんもご見学ください。

【と き】

7月26日(日)午前9時～

【ところ】

三重県立あけぼの学園高等学校グラウンド

※雨天時は三重県立あけぼの学園高等学校体育館

【訓練内容】

通常点検・消防操法・想定訓練など。

※雨天時は訓練内容を変更します

【問い合わせ】

消防本部消防救急課

☎24・9115

銀座商店街七夕飾り

「銀座川」開催
本庁商工観光課

毎年、ご好評いただいている「銀座七夕飾り（銀座川）」を今年も行います。

【と き】

8月6日(木)午後2時～5時

河川美化運動の一環として、ご家庭の笹飾りを銀座川に流しに来てください。

【問い合わせ】

伊賀上野銀座商店街振興組合

☎24・2044

募集



市民盆踊り大会

参加者募集

市民打ち上げ花火大会

募金のお願い

本庁文化国際課

◆市民盆踊り大会

8月22日(土)開催の2009

年伊賀市市民打ち上げ花火大会で、「市民盆踊り大会」を開催します。奮って参加ください。

【と き】

8月22日(土) 8月22日(土)

午後6時～7時45分
午後5時20分から40分まで
受付を行います。(飛び入り参加可)

【ところ】

上野運動公園

スポーツセンター前広場

【内容】

江州音頭・芭蕉ふるさと音頭・忍術音頭

【申込先・問い合わせ】

団体に参加される場合は、事前に受付しますので、7月31日(金)までに本庁文化国際課

(☎22・9624)へお申し込みください。

◆市民打ち上げ花火

市民打ち上げ花火の募金箱を次のところに設置してありますので、皆さんのご協力をお願いいたします。

【設置場所】

市役所本庁舎受付・ヒルホテルサンピアフロント・ヒルホテルサンピア芭蕉の湯・だんじり会館・堀川商店セルフ

ニューハートSS・岡波総合病院受付・北伊勢上野信用金庫上野営業所

【問い合わせ】

市民打ち上げ花火実行委員会

☎23・0943

