

※㊦マークの記載があるものは申し込みが必要です。

2次元コードから詳しい情報が見られます。

離乳食教室㊦



【と き】 9月14日(水)
午後1時30分～3時

【ところ】
ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内 容】
前期：離乳食前期（1～2回食）の離乳食の調理

【持ち物】
母子健康手帳・筆記用具・エプロン・三角巾・手ふきタオル

【定 員】 先着6人

【申込方法】 電話
※託児を希望する人はご相談ください。

【申込受付開始日】 8月12日(金)

【申込先・問い合わせ】 健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

**中学校卒業程度
認定試験**㊦



中学校を卒業した学力があるかどうかを認定するための国が行う試験で、合格者は高等学校の入学資格がもらえます。

【と き】 10月20日(木)
午前10時～午後3時40分

【ところ】
三重県吉田山会館 第204会議室
(津市栄町1-891)

【科 目】
国語・社会・数学・理科・外国語(英語)

【対象者】 病気などのやむを得ない理由により、義務教育諸学校への就学を猶予または免除された人

【申込期限】 9月2日(金) ※消印有効
※申込方法などはお問い合わせください。

【問い合わせ】
三重県教育委員会事務局高校教育課
☎ 059-224-2913

「広報いが」の点字版・録音版を発行しています
希望される場合はお問い合わせください。

【問い合わせ】 障がい福祉課
☎ 22-9657 FAX 22-9662
✉ shougai@city.iga.lg.jp

**健康診査を
受けましょう**



◆特定健康診査
国民健康保険に加入している40歳以上のひと、後期高齢者医療制度に8月31日までに加入した人に受診券を送付しています。

◆国民健康保険簡易人間ドック
応募した人に受診券を送付しています。受診前に、医療機関へ事前予約が必要です。実施期限内に受診してください。また、キャンセルする場合は、必ず保険年金課までご連絡ください。

【受診期限】 いずれも11月30日(水)
※期限が近づくと予約が取りづらくなることがあります。早めの受診をおすすめします。

【問い合わせ】 保険年金課
☎ 22-9659 FAX 26-0151

子育て・教育

ウェルカムベビー教室㊦



【と き】 9月4日(日)
①午前9時30分～10時30分
②午前11時～正午

【ところ】
ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内 容】 妊婦体験・沐浴体験・妊婦相談・育児相談など

【持ち物】 母子手帳

【対象者】
妊婦とその家族(夫・母など)

【定 員】 各回先着8組

【申込方法】 電話

【申込受付開始日】 8月12日(金)

【申込先・問い合わせ】 健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

ご意見をお聞かせください
広報いが・行政情報番組(ウィークリー伊賀市・文字放送)について、ご意見・ご提案をお聞かせください。

【問い合わせ】 秘書広報課
☎ 22-9636 FAX 24-7900
✉ hisho@city.iga.lg.jp

**食生活改善推進員
養成講座**㊦



食生活についての正しい知識を身につけ、健康づくりに役立ててみませんか。養成講座を修了後は「食生活改善推進員」として、栄養や食事についての学習会や調理実習など、地域で活動できます。

【と き】 9月29日(木)、
10月21日(金)、11月22日(火)、
12月26日(月)、
令和5年1月26日(木)、
2月28日(火)

※いずれも午前10時～午後3時(9月29日と12月26日は午後1時30分～4時)

【ところ】 ハイトピア伊賀
4階多目的室・調理実習室

【対象者】
市内在住で、栄養や食事について学び、地域で活動する意欲がある人で、6回コースのうち5回以上参加でき、修了後に食生活改善推進協議会に入会できる人。

◆食生活改善推進協議会とは
栄養や食事についての学習会など地域に密着したボランティア活動を行っている団体

【料 金】
○テキスト代 2,000円(初回のみ)
○調理実習食材料代 2,000円(500円×4回)

※感染症などの状況により実施できない場合もあります。

【定 員】 先着12人
※最低開催人数6人

【申込方法】
住所・氏名・生年月日・電話番号を下記まで。

【申込期間】
8月17日(水)～9月2日(金)

【申込先・問い合わせ】 健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666
✉ kenkousuishin@city.iga.lg.jp

伊賀の「いいね!」がいっぱい

facebook

伊賀市 公式
フェイスブックページ



**特別障害者手当・
障害児福祉手当**



◆特別障害者手当(月額27,300円)
【対象者】
20歳以上で、身体・知的・精神に著しく重度の障がいがあり、日常生活で常時特別な介護を必要とする在宅の人
※次に該当する場合は支給しません。
○施設に入所している。
※グループホーム、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅など、一部の施設を除く。
○病院や診療所に3カ月以上継続して入院している。
○本人とその配偶者、または扶養義務者に一定額以上の所得がある。

◆障害児福祉手当(月額14,850円)
【対象者】
20歳未満で、身体・知的・精神に重度の障がいがあり、日常生活で常時特別な介護を必要とする人
※次に該当する場合は支給しません。
○障がいを支給事由とする年金を受けている。
○施設に入所している。
※児童相談所一時保護施設など、一部の施設を除く。
○本人とその扶養義務者に一定額以上の所得がある。

◆認定を受けるには
本人(障がい児の場合は保護者)からの請求により審査後、認定します。

◆現況届を提出してください
特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当を受給している人は、受給資格確認のために現況届の提出が必要です。
対象者に必要書類を8月上旬に送付しますので、必ず提出してください。期日までに提出がないと、受給資格があっても引き続き手当を受けることができません。

【提出期間】
8月12日(金)～9月12日(月)
※土・日曜日、祝日を除く。

【提出先・問い合わせ】
○障がい福祉課
☎ 22-9656 FAX 22-9662
✉ shougai@city.iga.lg.jp
○各支所

**脳の健康チェック
(もの忘れ相談)**



もの忘れを早期に発見するため、もの忘れ相談プログラムによる脳の健康チェックを行います。保健師による相談もあります。
※過去に受けたことがある人は、6カ月以上の期間をあけて受けることをお勧めします。

【と き】 8月31日(水)
午前10時～11時(受付時間)

【ところ】
いがまち保健福祉センター

【問い合わせ】 地域包括支援センター
☎ 26-1521 FAX 24-7511

**がん患者と家族の方の
おしゃべりサロン**㊦



【と き】 9月1日(木)
午後1時30分～3時30分

【ところ】 ハイトピア伊賀
4階ミーティングルーム

【対象者】
がん患者・家族など

【申込方法】 電話

【申込先・問い合わせ】
三重県がん相談支援センター
☎ 059-223-1616
FAX 059-202-5911

お盆の歯科診療



急な歯の痛みや腫れなど、どうしても我慢できないときは、次の歯科医院で診察を受けることができます。
※受診する前に必ず電話で確認し、健康保険証などを忘れずに持参してください。

【とき・ところ】
○8月13日(日)
和久田歯科医院(平野城北町113)
☎ 21-8241
○8月15日(月)
服部歯科医院(佐那具町640)
☎ 23-3130
いずれも午前9時～午後5時

【問い合わせ】 医療福祉政策課
☎ 22-9705 FAX 22-9673

**くらしの
情報**



健康・福祉

いがオレンジカフェ



【と き】 8月9日(火)
午前10時～正午
※午前10時30分から20分間は、健康体操や脳トレを行います。

【ところ】 ハイトピア伊賀
4階ミーティングルーム

【問い合わせ】 地域包括支援センター
☎ 26-1521 FAX 24-7511

**認知症の人と家族の会
「伊賀地域つどい・交流会」**



【と き】 8月23日(火)
午後1時30分～4時

【ところ】 本庁舎 2階会議室202

【料 金】 200円(認知症の人は無料。家族の会会員は100円)
※認知症の人が参加する場合は、事前にご連絡ください。

【問い合わせ】 地域包括支援センター
東部サテライト
☎ 45-1016 FAX 45-1055

**もっと知りたい!
伊賀のこと**



毎月1問、伊賀に関するクイズを掲載します。

問題 『奥の細道』の旅の期間はどのくらいだったでしょうか?
①約一月
②約二月
③約半年
④約一年
(答えは31ページ)