

ファミリー・サポート・センター提供会員養成講座



伊賀市の子育てをちょっとサポートしてみませんか。

ファミリー・サポート・センター事業は、送迎や託児をおこなう有償ボランティアです。

【と き】 5月22日(金)～7月29日(水)のうち10日間

【ところ】 ハイピア伊賀 4階

【対象者】

市内在住で子育てをお手伝いできる人(提供会員)になろうとする人

【料 金】 2,500円(テキスト代)

【申込方法】

申込フォーム

【申込期限】

5月15日(金) 申込フォーム



問 ファミリー・サポート・センター
(ハイピア伊賀4階)
☎ 26-7830 FAX 22-9666

離乳食教室



【と き】 5月26日(火)
午前10時～11時30分

【ところ】 ハイピア伊賀
4階多目的室・調理実習室

【内 容】 離乳食前期(はじめて～2回食)の話、調理・試食

【定 員】 9人
(先着6人まで託児あり)

【申込方法】 参加する保護者の氏名・住所・電話番号、こどもの氏名・生年月日、託児の有無を下記まで

【申込受付開始日】

4月30日(木) 午前9時

申・問 子育て支援室

☎ 22-9665 FAX 22-9666

定例応急手当講習会



◆普通救命講習Ⅰ(3時間)

【と き】 5月12日(火)

午前9時～正午

【内 容】 成人に対する心肺蘇生法、AED取り扱い、異物除去法、止血法

◆普通救命講習Ⅲ(3時間)

【と き】 5月23日(土)

午前9時～正午

【内 容】 乳児(1歳未満)、小児(1歳以上おおよそ16歳未満)に対する心肺蘇生法、AED取り扱い、異物除去法、止血法

【ところ】 消防本部 3階研修室

【対象者】

市内在住・在勤・在学の中学生以上

【定 員】 各先着30人

※定員になり次第、締め切ります。

【申込方法】

申込フォーム・電話

※団体での申し込みは事前に電話でご相談ください。申込フォーム

【申込期限】 講習日の1週間前まで

申・問 伊賀消防署管理課

☎ 24-9106 FAX 24-3544



上野総合市民病院
外来診療担当表



ライガとライナ

問 上野総合市民病院医療事務課

☎ 24-1111 FAX 24-2268



くらしの情報

くらしに関わる催しやお知らせなどを掲載しています。最新の情報は市ホームページをご覧ください。二次元コードから詳しい情報を見ることができます。
※特に記載がない催しは無料・申込不要

イベント・募集

ウェルカムベビー教室



沐浴実習、妊婦体験、育児グッズの展示、相談など赤ちゃんを迎える準備をお手伝いします。

【と き】 5月10日(日)

午前9時30分～11時

【ところ】

ハイピア伊賀 4階

【対象者】 妊婦とその家族

【定 員】 12組

【申込方法】 申込フォーム

【申込受付開始日】

4月9日(木) 正午 申込フォーム

問 子育て支援室

☎ 22-9665 FAX 22-9666



こども家庭センター
なんでも相談ダイヤル

妊産婦、0～18歳までのこどものいる家庭、こども自身からの相談や問い合わせに応じます。

☎ 41-0932

【受付時間】

平日 午前9時～午後5時

問 こどもの育ち支援課

☎ 22-9609 FAX 22-9646



ゴールデンウィークの救急医療体制



問 医療福祉政策課 ☎ 22-9705 FAX 22-9673

◆二次救急実施病院

【実施時間帯】 午前8時45分～翌日午前8時45分

※岡波総合病院は午前9時～翌日午前8時45分

●5月3日(日・祝) 岡波総合病院・名張市立病院

●5月4日(月・祝) 岡波総合病院

●5月5日(火・祝) 名張市立病院

●5月6日(水・休) 岡波総合病院

◆伊賀市応急診療所

(上之庄1700-1 ☎ 22-9990)

【診療科目】 一般診療・小児科

【診療時間】 5月3日(日・祝)～6日(水・休)

午前9時～正午・午後2時～5時・午後8時～11時

※受付時間は、診療終了時刻の30分前までです。

※ゴールデンウィーク中の診療は、待ち時間が長くなることが予測されます。

※診療体制確保のため、駐車場到着後に電話で症状を伝えてください。

※各種感染症検査(インフルエンザ・新型コロナウイルス)



将来の安心のために
国民年金のはなし



問 保険年金課 ☎ 22-9659 FAX 26-0151
津年金事務所 国民年金課 ☎ 059-228-9112

◆国民年金に加入する人

日本国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人が国民年金に加入し、次のいずれかに分類されます。

○第1号被保険者

(自営業・学生・フリーター・無職の人など)

加入手続き：市区町村国民年金担当窓口

○第2号被保険者

(会社員や公務員など、厚生年金保険制度の加入者)

加入手続き：勤務先

○第3号被保険者

(第2号被保険者に扶養されている配偶者)

加入手続き：第2号被保険者の勤務先

○任意加入被保険者

(海外在住の日本人・年金を満額に近づけたい人など)

※それぞれ年齢条件があります。

加入手続き：市区町村国民年金担当窓口

(一部手続きができない場合があります。)

◆付加年金をご存じですか

第1号被保険者や任意加入被保険者(65歳以上の人を除く。)は、定額保険料に加えて付加保険料(400円/月)を納付すると、老齢基礎年金に付加年金を上乗せして受け取ることができます。

【付加年金の年金額(年間受取額)】

200円×付加保険料納付月数

【申請方法】

基礎年金番号のわかるものと本人確認書類(運転免許証など)を持参の上、保険年金課、各支所(上野支所を除く。)または津年金事務所まで

※国民年金基金に加入している人は、付加保険料を納付することはできません。

※申請をした月分から納付していただきます。付加保険料を納付している人が今後の納付を辞退する場合は申し出が必要です。

広告

【歴史書という名の、全力エンタメ!】
なるちゃんの!はじめてまなぶ
おもしろ古事記

毎月1回・19:00より
ゲストハウス
サーブレ伊賀にて!
(伊賀市四十九町1187-10)
会場参加 1500円
※ZOOM参加 1300円

なるちゃん 公式ライン
おもしろ古事記 第四回(伊賀)はじめてまなぶ
おもしろ古事記 第四回(伊賀)はじめてまなぶ
LINE
おもしろ古事記 第四回(伊賀)はじめてまなぶ
藤森 聖将
(090-2611-4762)

有料広告を募集します
広報いがへの広告を募集しています。広報いがは毎月1日に発行し、市内の各戸へ配布するほか、市ホームページに掲載します。
【発行部数】
毎号約3万4000部
【掲載料】1枠:2万円
(縦5cm×横9cm)
【申込期限】発行日2カ月前
【問い合わせ】秘書広報課
☎ 22-96636