



**在宅医療をすすめる講演会  
血縁を超えた新しい地縁の結び方**

日時 12月7日 午後1時30分～3時  
場所 防災センター(鴻之台1)  
講師 秋山 正子さん(株式会社ケアーズ代表、白十字訪問看護ステーション統括所長)  
主催 名張市、名賀医師会  
◎要約筆記、手話通訳があります。  
◎参加無料。申込不要

☎ 在宅医療支援センター ☎ 48-7840



**「認知症の人と家族」  
つどい・交流会の開催**

日時 12月16日 午後1時30分～4時  
場所 ゆめばりセンター(伊賀市ゆめが丘1)  
参加費 200円 ※認知症の人は無料。家族の会会員は100円  
◎申込不要。認知症の人が参加する場合は、事前に問い合わせ先へ

☎ 地域包括支援センター ☎ 63-7833



**介護の負担を少しでも軽く  
みんなの介護教室の開催**

◆杖を使った安全な外出方法  
日時 12月6日 午後2時～3時  
場所 憩いの里鴻之台ケアホーム(鴻之台1)  
☎ 憩いの里鴻之台ケアホーム ☎ 48-6735

◆ワンポイント介護術  
日時 12月7日 午後1時30分～3時  
場所 第2はなの里(百合が丘西5)  
☎ 第2はなの里 ☎ 64-2525

※いずれも参加無料。申込は電話で問い合わせ先へ



**助成金活用術～あなたのオモイ  
をカタチにする～参加者募集**

助成金を活用したいけど、どんなものがある？申請方法は？活用後は？…あなたの思いを応援します。

日時 平成27年1月18日 午後2時～4時  
場所 市民情報交流センター(希中央5)  
講師 田代 純一さん(日本財団職員)  
定員 40人 ※先着順  
申込 平成27年1月14日 までに、電話で問い合わせ先へ

☎ 市民活動支援センター ☎ 63-5325  
(月曜休館：祝日の場合は翌日休館)



**自然農法セミナー  
簡易的な土壌診断の実施**

日時 11月29日 午後1時30分～3時30分  
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)  
講師 板坂 康行さん(MOA自然農法文化事業団普及員) 参加費 300円  
◎畑の土をご持参ください。  
◎申込不要。詳しくは問い合わせ先へ

☎ 食と健康を考える会(中嶋) ☎ 64-6332



**人権が豊かに尊重される社会を実現するために  
人権週間(12月4日～10日) 関連行事**

■ふれ愛コンサート 入場無料。申込不要 ☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7909

日時 12月7日 午後1時30分～  
場所 アドバンスコープADSホール(松崎町)  
内容 ▼人権作品の表彰と朗読発表  
▼やなせななトーク&コンサート  
「生と死をみつめる癒しの歌」  
◎手話通訳、磁気誘導ループがあります。  
◎託児あり。定員20人。申込は12月3日 16時までに、名張市人権センター(☎63-0018)へ

やなせななさん プロフィール

浄土真宗本願寺派教恩寺住職。1975年、奈良県生まれ。  
大学在籍中にバンド活動をはじめ、卒業後本格的に音楽活動をスタート。歌う尼さんの「お寺コンサート」は口コミで人気となりました。



■人権週間特設人権相談所を開設します  
近所のもめごと、家庭内の問題、いじめや体罰、職場でのセクハラなど人権侵害に関する相談に、法務大臣の委嘱を受けた人権擁護委員が応じます。相談は無料で秘密は固く守られます。※申込不要

日時 12月9日 午前10時～午後3時  
場所 市民情報交流センター(希中央5)

人権擁護委員(敬称略・順不同)  
北川 廣一(百合が丘西3) / 國富 静代(つづじが丘南7) / 福住 幸二(蔵持町原出) / 森嶋 秀和(赤目町柏原) / 植野 あさ子(桔梗が丘5) / 久原 宏(つづじが丘北10) / 坂井 啓子(下比奈知) / 山本 進(梅が丘南4) / 稲垣 大宣(南町) / 樫森 金介(新田) / 朝日 和子(桔梗が丘5)  
※坂井 啓子さんは、9月30日任期満了後、再任されました。

■人権週間街頭啓発  
市内各大型店舗と名張駅、桔梗が丘駅周辺で啓発物品を配布  
日時 12月4日 午後4時30分～

■人権作品展  
市内の小・中学生、高校・高専生、一般の人権標語・ポスター、写真を展示  
▼日時 12月4日 16時～6日 18時  
8日 10時～10日 18時  
午前8時30分～午後5時15分  
場所 市役所1階ロビー

<特別展示>  
▼日時 12月12日 16時～25日 18時  
午前9時～午後5時  
場所 やなせ宿  
※やなせ宿休館の月曜日は除く



**過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる「後納制度」は、平成27年9月までです。**

国民年金の保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができませんでしたが、平成27年9月までは、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる「後納制度」があります。

この「後納制度」を利用することにより、将来の年金額を増やしたり、年金を受けるために必要な月数を満たしたりすることができる場合があります。

対象 ①20歳以上60歳未満の人 10年以内に国民年金保険料の納め忘れの期間(納付・免除以外)や未加入期間がある人

②60歳以上65歳未満の人 10年以内に国民年金保険料の納め忘れの期間(納付・免除以外)や未加入期間がある人、任意加入中に納め忘れの期間がある人

③65歳以上の人 年金受給資格がなく任意加入中の人

※ただし、老齢基礎年金を受給している人などは、この制度をご利用いただけません。

◆「後納制度」の利用は、年金事務所への納付の申し込みをいただいた後に、審査が必要です。審査には時間がかかることがありますので期限に余裕をもって申し込んでください。詳しくは下記の「国民年金保険料専用ダイヤル」または津年金事務所(☎059-228-9188)へお問い合わせください。

※お問い合わせの際は、基礎年金番号が分かるものをご用意ください。

◆パソコンだけでなく、スマートフォンでも『ねんきんネット』の利用登録や年金記録の確認ができるようになりました。ご利用ください。

国民年金保険料専用ダイヤル ☎ 0570-011-050

※050から始まる電話からは、☎03-6731-2015

**年金相談**

日時 12月9日 午前10時～午後3時(受付は午後2時45分まで)

場所 産業振興センターアスピア(南町) ☎ 保険年金室 ☎ 63-7445



読者の声 11・2号掲載「ありのまま～不安のない子育て環境を目指して～」について ▼子育ては昔と随分変わりました。皆で支えて行きたいものです。▼核家族が進んでいるので、地域の協力が必要だと思う。▼名張も今に満足せず、子供の人口が増えている自治体を参考に更に対策してほしい。