

次号予告  
減塩で、高血圧予防

**アドバンスコープ ADSホール** **催物**  
☎ 64-3478

- 陽だまりコンサート ◎入場無料  
日時 3月3日(日) 午後1時30分～4時  
☎ 名張育成会 ☎ 65-0271
- 第25回大正琴のついで ◎入場無料  
日時 3月17日(日) 午後零時30分～5時  
☎ 樋口 ☎ 65-0559
- 第3回名張子ども伝統芸能祭り ◎入場無料  
日時 3月23日(土) 午後1時30分～4時  
☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892
- 鏡五郎 春の演歌ショー(セカンドコンサート)  
日時 3月27日(木) 午後2時～4時30分  
◎入場無料。要整理券  
☎ 阪谷 ☎ 62-6777
- 開局20周年記念 アドバンスコンサート  
日時 3月30日(日) 午後2時～4時  
入場料 一般…1,000円(当日1,200円)  
高校生以下…500円  
☎ アドバンスコープADSホール ☎ 64-3478

**国津の杜の行事**  
☎ はぐくみ工房あららぎ ☎ 62-6920

- 体操教室 辻明子さんのストレッチ体操で  
血行を良くして日々の疲れを癒しましょう。  
日時 3月2日(土) 午前10時～11時30分  
講師 辻明子さん 定員 16人 参加費 300円  
持ち物 敷きマット、屋内用靴、タオル
- コンニャク作り教室  
コンニャクを手作りしましょう。  
日時 3月9日(土)  
▼前半の部 午前9時30分～午後零時30分  
▼後半の部 午後1時30分～4時30分  
講師 布生なまよひ会の皆さん  
定員 各部20人 参加費 700円(材料費含む)  
持ち物 エプロン、三角巾、タオル、コンニャクを入れる容器  
☆☆☆☆☆  
申込 2月18日(日)から25日(日)までに、電話で問い合わせ先へ ※先着順。参加者が少ない場合は中止

**なせ宿 催し**  
☎ 旧細川邸 やなせ宿 ☎ 62-7760 月曜休館

「おひな様 in やなせ宿」を3月6日(水)まで開催  
時間 午前9時～午後5時(最終日は正午まで)  
内容 いろいろなおひな様の展示  
◎入場無料。

**保健センター(朝日町)での親子すくすく行事**  
☎ 健康支援室 ☎ 63-6970

<b>1歳6か月児健診</b> ● 23年8月生 3月5日(日)・12日(日) ● 23年9月生 4月9日(日)・10日(日)	<b>3歳6か月児健診</b> ● 21年9月生 3月26日(日)・27日(日) ● 21年10月生 4月16日(日)・23日(日)
---	--

生後9か月～18か月の離乳食教室  
3月6日(水) 午後2時～3時30分 ※要予約  
★乳幼児健康相談(同日 午前9時30分～11時受付)

**4月1日から市営美旗駅自転車駐車場の一部を閉鎖予定**

4月1日から、美旗駅改札口側の市営駐輪場(美旗町中1)を閉鎖する予定です。  
なお、改札口反対側の市営駐輪場(美旗町中2)は今までどおりご利用いただけます。

☎ 維持管理室 ☎ 63-2151

**認知症の人を介護する家族の情報交換の場「伊賀地域つどい・交流会」**

日時 2月27日(日) 午後1時30分～4時  
場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)  
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

**年金通信** **国民年金の納付は口座振替で最大3,780円の割引に**  
平成25年度の国民年金の保険料は、月額15,040円(平成25年4月分～)

- ★1年度分保険料を納付書で月々現金納付すると…15,040円×12ヵ月＝180,480円
- ★1年度分(4月分～翌年3月分)の保険料を口座振替で前納すると…176,700円(年間3,780円の割引) ※4月末に一括で引き落とします。
- ★6ヵ月分(4～9月分、10月～翌年3月分)の保険料を口座振替で前納すると…6ヵ月分の保険料が89,210円(6ヵ月で1,030円割引、年間で2,060円の割引) ※4～9月分は4月末・10～3月分は10月末に一括で引き落とします。
- ★口座振替の毎月振替(早割)で納付すると…初回のみ2ヵ月分を引き落とし、50円割引となります。次回からは、毎月の保険料から50円割引となります。

口座振替の申込 前納は、①1年度分および上期6ヵ月分(4～9月分)は2月末日まで  
②下期6ヵ月分(10月分～翌年3月分)は8月末までに、お早めに年金事務所か、金融機関(郵便局含む)に申し込んでください。 ☎ 津年金事務所 ☎ 059-228-9188

**年金相談** 日時 3月12日(日)・26日(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

**15～39歳までの求職中の皆さんへ**  
**就職を決めたい人の連続講座「ホンキの就職」を開催**

日時 3月4日(月)・7日(木)・11日(日)・14日(水) 午後1時～5時30分  
場所 上野ふれあいプラザ3階(伊賀市上野中町)  
内容 ▼自己理解と就職市場理解 ▼内定を獲得するためのポイント  
▼面接練習と自己PRのコツ ▼志望動機を伝えるコツ  
定員 10人 ※先着順  
◎参加無料。事前に利用登録が必要。詳しくは、お問い合わせください。  
☎ いが若者サポートステーション ☎ 22-0039

広告

**新屋根材「ROOGA」ショップ**  
ルーフ(ケイミュー株式会社) **免勝**

**太陽光発電システム**  
**雨漏り修理から葺き替えまで**  
**屋根に関するあらゆる相談**  
**外装リフォーム全般OK**  
見積り点検 無料! 実績と信頼ワンランク上の安心

〒518-0752 名張市蔵持町原出581番地  
電話 (0595) 61-2204  
FAX (0595) 62-0250  
E-mail katsuyoshi@kawarasho.jp  
http://www.kawarasho.jp  
一級建築士 生産専攻建築士 岩見勝由

**公共下水道・集落排水への切替工事**  
水廻りから、暮らしをもっと快適に

三重県知事許可(管工事業・建築工事業)  
名張市指定工事店  
TEL: 63-2525  
〒518-0734 名張市黒田1414-2  
見積り無料! お気軽にご相談ください

**FUKUTA** **住宅設備・増改築**  
設計・施工

バリアフリー・耐震補強など、リフォーム工事も請け賜ります

**歯周病外来** 口臭・歯ぐきのうずき・歯ぐきからの出血 歯が深く、歯ぐきの腫れ・頬の腫れ・おど腫れ・あごのリンパの腫れ、しこり・歯がぐらぐら・歯が抜けた・痛くて咬めない

http://alice-dental.com/ **血が出る**  
歯科 CT 検査(結果即日)

**アリス新谷歯科 矯正歯科 口臭**  
ちょっとした悩みでもお電話下さい ☎ (0595) 65-1881

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝  
AM 9:30～PM 1:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
PM 3:00～PM 7:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
▲は PM 3:00～PM 6:30 まで

名張市桔梗が丘2-7-1 8

広報なまびり2・2号に掲載した「市民野球場のネーミングライツ・パートナー募集」の申請期間を2月26日(水)～3月5日(火)に変更します。 ☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100  
とれなば 三重外灘漁協による「朝獲れ鮮魚販売」 日時 2月23日(日) 午後1時～3時 ☎ とれたて名張交流館 ☎ 62-1755