



「気になる心疾患・不整脈とその予防」講演会の開催

日時 3月19日(水)午後3時~4時30分
場所 防災センター(鴻之台1)
講師 藤井 英太郎さん(三重大学大学院医学系研究科循環器・腎臓内科学)

健康支援室 ☎63-6970



後期高齢者の医療費通知を3月下旬に送付

実際にかかった医療費の総額をお知らせします。今後の健康管理に役立ててください。
対象者 後期高齢者医療で平成24年1月1日から12月31日の間に療養を受けられた人

保険年金室 ☎63-7105



不動産鑑定士による無料相談会を実施

日時 4月1日(月)午前9時30分~正午
場所 市役所3階304会議室

三重県不動産鑑定士協会 ☎059-229-3671



平成24年度実施の定期監査の結果を公表しています

市役所3階監査委員事務局、市ホームページでご覧いただけます。詳しくは、問い合わせ先へ

監査委員事務局 ☎63-7838



「能と狂言の魅力発見講座」受講者を募集

活動日時 4月・5月・7月・9月・11月・1月の第4日曜日 午後2時~4時

場所 図書館2階視聴覚室
講師 尾本 頼彦さん(能楽研究者)
定員 40人 ※先着順。受講無料

申込期間 3月12日(水)~22日(金)
申込方法など詳しくはお問い合わせください。

名張で能楽の魅力を広める会(尾本) ☎64-5400



「名張歴史読書講座」受講者を募集

活動日時 原則毎月第2金曜日午前10時~正午
場所 図書館2階視聴覚室

内容 名張の歴史や遺跡、文化などを学ぶ
年会費 3,000円 定員 60人 ※先着順
申込期間 3月12日(水)~22日(金)

申込方法など詳しくは、お問い合わせください。

名張歴史読書会(高見) ☎090-9193-6359



「名張古文書研究講座」受講者を募集

活動日時 原則毎月第1日曜日午後1時30分~4時
場所 図書館2階視聴覚室

内容 古文書を現代ことばに解説・研究する。
年会費 3,000円 定員 若干名 ※先着順
申込期間 3月12日(水)~22日(金)

申込方法など詳しくは、お問い合わせください。

名張古文書研究会(種村) ☎65-7471



今年10月からごみ袋の価格を引き下げ

平成20年4月から実施している指定ごみ袋による家庭ごみの有料化。市民の皆さんのご協力により、有料化前と比べ、ごみの排出量が20%以上減量され、引き続き継続しています。市民の皆さんのごみ減量の意識と行動が定着していることから、10月1日から家庭用指定ごみ袋の価格を下表のとおり引き下げます。

引き続き、ごみの減量と資源化にご協力をお願いします。

9月30日以前に購入されたごみ袋との差額の払い戻しはいたしませんので、必要な枚数を計画的にご購入ください。

10月1日以降も現在の指定ごみ袋は使用できます。

家庭用指定ごみ袋の新・旧価格表

Table with 3 columns: 指定ごみ袋(容量リットル), 現行 1袋当たりの価格, 10月1日から 1袋当たりの価格. Rows include 特大(45リットル), 大(30リットル), 中(20リットル), 小(10リットル), 特小(5リットル).

※指定ごみ袋は10枚組で販売しています

環境対策室 ☎63-7496
伊賀南部環境衛生組合 ☎53-1120



移動図書館「やまなみ号」をご利用ください



ご注意ください!
4月から巡回場所が変わります。

近鉄プラザ桔梗が丘第2駐車場に
変えて、保健センター(朝日町)を新設

緑が丘婦人消防会館(緑が丘中)
→ 緑が丘東・旧ゲートボール場に

地域に本をお届けします。「やまなみ号」の利用のしかた

小説や実用書から児童書、絵本、紙芝居など約3,000冊の本を積んで市内を巡回しています。

図書利用カードがあれば利用できます。次回の巡回日まで図書館での貸出と合わせて合計10冊まで借りることができます。

図書館で借りた本の返却もできます。また、「やまなみ号」で借りた本を図書館や他の巡回場所で返却することもできます。

読みたい本はリクエストしていただくと、次回以降の巡回日にお持ちします。

「やまなみ号」巡回日程(4月~12月) 図書館 ☎63-3260

Large table showing the monthly schedule for the mobile library, including dates, locations, and times for each month from April to December.

五ヶ所ボランティア養成講習会 受講者募集
日時 5月14日(水)~15日(木)
対象 初めて点字を学ぶ人で20回以上出席できる人
定員 15人程度
参加費 1,050円(テキスト代)
申込 4月5日(金)までに電話で問い合わせ先へ

上野点字図書館 ☎23-1141



読者の声 2・4号掲載「減塩で、高血圧予防」について
▼減塩といっても味覚では測れないので、一つの目安として肉じゃがを試してみます。
▼高血圧予防の減塩メニューは参考になるので、もっと多くのメニューを紹介したレシピ集を教えてください。