



ケータイ

2016年(平成28年) 2月28日発行

主な内容

- 4……移動図書館「やまなみ号」をご利用ください
- 5……軽自動車・バイクの廃車や名義変更を忘れずに
- 6……いきいき教室 8……個人番号カードの交付は電話予約で

発行/名張市企画財政部広報対話室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎ 0595-63-7402 ✉ pr@city.nabari.mie.jp 🌐 http://www.city.nabari.lg.jp

広報なばりは、ポストインで配布しています。発行日の4〜5日前から事業者がお届けしています。配布についてのお問い合わせは、名張市シルバー人材センター(☎63・6800)へお願いします。

☎ 広報対話室 ☎ 63・7402



みんなで支える!

なばりの子育て

核家族世帯が増え、若い子育て世代は不安や悩み・疑問を抱えることがあります。そんな時のために、市ではさまざまな相談・支援の場や仕組みづくりに取り組んでいます。今号では、産

み育てるにやさしいまちづくりを目指す市が取り組む子育て支援「名張版ネウボラ」の内容や相談・支援の窓口を紹介します。

☎ 健康支援室 ☎ 63・6970

■名張版ネウボラとは?

名張版ネウボラとは、産み育てるにやさしいまちなばりを目指した妊娠・出産・育児の切れ目ない相談・支援の場であり、システムです。

全ての妊婦・乳幼児の保護者に寄り添う相談・支援体制を目指しています。

■不安を解消できる支援

これまで主任児童委員や保健師に対して、おっぱいのことでの悩みが多数寄せられていました。そこで市は、助産師による「安心育児・おっぱい教室」を試行的に始めることにしました。

また、妊婦の気持ちや必要な支援を知るため、平成26年度に主任児童委員が乳幼児住宅全戸を訪問する「こんにちは赤ちゃん訪問」で計570人のお母さんにアンケートを実施しました。「今、心配なことはありませんか?」という質問に対し、赤ちゃんの体のこと(86人)に次いで、ミルクやおっぱいのことが2番目(69人)に悩む人が多いということが分かりました。

不安な声の実態が把握できたことで、本格的に「おっぱい教室」を始め、出産後だけでなく、妊娠中からおっぱいが出るか、足りているか心配という不安の声を解消

できるようにしました。

他にも、市では妊娠届出時アンケートなどを行い、潜在的に不安を抱える人をケアする取組を名張版ネウボラは目指しています。

■今後の子育て支援

昨年実施した市民意識調査で、今後名張市はどの分野に重点的に取り組むべきだと思えますかという質問に対し、20代・30代は共に「子育て支援の充実」が最も多い回答となりました。

別の質問では、市内の保育施設や子育てサービスの相談窓口などの子育て支援について「十分満足している」「やや満足している」と答えた20代は64・1%、30代は54・6%と、子育て世帯からの高い関心がうかがえる結果となりました。

今後は、特に思春期や妊娠前の健康づくりから健やかな子育てにつながる取組みや、妊娠に悩む人への相談・男性や女性の不妊に関する相談や助成事業の周知を強化していきます。

また、市と共に地域ぐるみで子育てを支えられるように、シニア世代が健康づくりと併せて子育て支援に活躍していただくための研修事業にも取り組めます。

みんなで支える！なばりの子育て

市が取り組む子育て支援の施設や制度を詳しくご紹介します。いろんな相談や教室も設けていますので、お悩みの人はぜひ、ご利用ください。

子どもの定期健診・教室・相談の会場はこちら！ 保健センター

朝日町 1361-4 ☎ 63-3913

保健センターでは健康増進や健診の他、子どもと親を対象にしたさまざまな教室や相談の会場としても使われています。
※各教室の日時など詳しくは、健康支援室(63-6970)まで



皆さんの子育てをサポートします！

保健師・助産師がさまざまな教室を開催しています。

1歳6カ月児・3歳6カ月児健康診査

発育・疾病の把握などを行います。必ず受診してください。

- 1歳6か月児健診 H26年8月生 3月1日(火)・2日(水)
- 3歳6か月児健診 H24年9月生 3月8日(火)・15日(火)

身体測定や歯科相談も受けます！乳幼児健康相談

保健師が身長・体重の測定、発育・発達の確認と育児相談を行います。必要に応じて歯科相談や栄養相談を行います。

3月3日(水) 午前9時30分～11時



家ではなかなか子どもの体重や身長も測れないので、順調に成長してるか確認したり、来月から始める離乳食の相談ができてよかったです。

乳幼児健康相談に参加♪
森川 あづささん・瑤太ちゃん

母子健康手帳発行教室

母子健康手帳の交付や赤ちゃんの健康についての説明、妊婦同士の交流などを行います。

3月11日(金)・25日(金) 午前10時～
3月4日(金)・18日(金) 午後1時30分～



離乳食教室 ※要予約

栄養士による離乳食についての話と試食や、歯科衛生士による歯の話を行います。

5～8カ月児 4月6日(水)、9～18カ月児 3月3日(水)
※いずれも午後1時45分～3時30分



助産師による 母乳・育児相談

助産師による予約制の個別相談です。母乳のことや、赤ちゃんのこれって大丈夫？など、どんなことでも相談ください。

持ち物 母子健康手帳、バスタオル1枚、フェイスタオル2枚

※日時は、母子健康手帳発行教室と同じ



産後ママ*ゆったりスペース

赤目保育所内/赤目町 448-3 ☎ 63-2805

看護師常駐。赤ちゃんとお母さんの健康・育児相談も受付。横になって休んでいただくこともできます。

日時 毎週月曜午前10時～午後3時
持ち物 母子健康手帳、バスタオル



※場所は赤目保育所内のマイ保育ステーションと同じです。



下の子を妊娠中は、ここで上の子の遊ぶ相手をしてもらい、生まれてからは下の子を見てもらい、私が上の子と遊べてとても助かってます。

産後ママ*ゆったりスペースに参加♪
多田 幸さん・珠嬉ちゃん(右)・歩宝ちゃん(左)

身近な保育所(園)での子育て支援 マイ保育ステーション

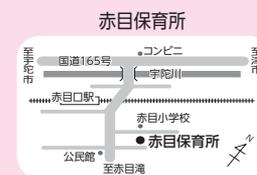
赤目保育所内/赤目町 448-3 ☎ 63-2805
昭和保育園内/丸之内 67-10 ☎ 64-5800

地域の身近な子育て支援の拠点として、妊婦や未就園児を持つ家庭を対象に育児相談や子育て講座などを行っています。また、半日の保育無料体験を実施しています。(1年に1回利用可能。1歳以上対象)

開館時間 午前9時～午後4時(平日) ※行事などにより変更する場合があります。

初回の持ち物 印鑑、母子健康手帳(妊婦)

◎登録・利用料は無料



■ こんにちは赤ちゃん訪問

1～3か月の赤ちゃん宅へ伺い、予防接種の予診票や、子育て情報をお届けします。

■ おっぱいケア

乳房のトラブルを未然に防ぐため、助産師によるケアの費用を負担します。(1人1回まで。上限5,000円)

■ 産後ママとベビーのお泊りケア

医師が必要と判断した人を対象に産科医療機関に宿泊し、ケアします。※有料

■ 生後2週間目全戸電話相談

出生届を提出されたすべてのご家庭に助産師・保健師がお電話します。

その他の子育て支援

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970

■ 妊婦一般健康診査(14回)

母子健康手帳発行手続後、産婦人科の受診が最大14回の一部助成があります。

親子・親同士・子育て世帯みんなの交流の場 こども支援センターかがやき

桔梗が丘西3-3-107 ☎67-0250

親子や親同士のコミュニケーションの場を提供し、育児相談や、市内の地域に出向くなど、さまざまな子育て支援活動を行います。

開館時間 午前9時30分～午後5時 ※休館日は、日・月曜日、祝日(月曜日が祝日のときは翌日休館)、年末年始



子どもと触れ合っ
ていっしょに遊ば
しょう!



明るく元気な保育士がみんなをお出迎えます!

パパと仲良く♪ サタパパ広場

「子ども」と「お父さん」を対象にした広場で、毎月いろんな運動や工作をしていっしょに遊びます。
※パパ以外におじいちゃんも参加可

日時 毎月第1土曜日 午前10時45分～11時30分



普段は仕事であまり子どもと一緒にいられないし、ママにもたまには家でのんびりしてもらいたいから、今日は子どもと2人で遊びにきました。

サタパパ広場に参加♪
森田 祐介さん・直弥ちゃん

わらべ歌から学ぶ ふれあい遊び

くり返し遊ぶことで人の顔を見ること、気持ちを通い合わせることを身に付けていきます。ここではわらべ歌を通じて子どもの心を育てていきます。

日時 毎週水曜日 午前11時30分～11時45分



今では週に2回かがやきに来ています。何かイベントがある日は参加するし、イベントが無い日でも家や公園で遊ぶ以外の気分転換になるからよく利用してます。

ふれあい遊びに参加♪
松本 真奈美さん・莉奈ちゃん

かがやき催物3月の日程

- ▼はじめて広場 3月11日(金) 午前10時30分～
 - ▼親子で遊ぼう ※参加無料。全て午前10時45分～11時30分
 - 3月2日(水)「企画ママ・パパによる小麦粉粘土で遊ぼう」※先着30人
 - 3月12日(土)「こどもコーラスかたつむりによるコンサート」
 - 3月19日(土)「k'sFamilyによるマリimba演奏」
 - ▼ぐりぐらちゃん集まれ 3月12日(土) 午後1時30分～2時30分
- 双子・三つ子の育児についてみんなで語りましょう。

小児科併設の子育て支援 子育て支援センターつくし

かとう小児科/桔梗が丘5-2-48

☎65-5337

「触れる」「声を掛ける」ことによる子どもの情緒安定・睡眠増加などの効果がある「タッチケア教室」など行っています。また、看護師・保育士が電話面接相談も受けています。教室の日程など詳しくは、問い合わせ先へ



24時間 365日の医療体制 小児救急医療センター

名張市立病院/百合が丘西1-178

☎61-1100 (代表)

市内の医療機関・応急診療所からの紹介や、救急車で搬送された15歳以下の子どもを対象に受け入れを行っています。医療機関や応急診療所が診療していない時間帯は、電話連絡いただき症状を伺いした上で受け入れを行います。※ケガや交通事故等の外科系疾患は除く



ここに書いていないことでも、子育てや、心や体の健康について何か困ったことがあれば、抱え込まずに相談ください。

電話での相談や、家庭訪問も行っています。

☎健康支援室 ☎63-6970 健康支援室の職員がサポートします!



病気の子どもの保育 病児・病後児保育施設

みらいのこどもクリニック/希央台4-2

☎48-6328

保育所(園)・幼稚園、小学校(3年生以下)などに通う子どもが病気により集団保育が困難で、家庭でも保育ができない場合に、専用の保育室で一時的にお預かりします。時間・料金など詳しくは、問い合わせ先へ



■ 地域の広場 (※3)

かがやきだけでなく、市内の各地域でも広場を開催しています。各地域の日時・場所は問い合わせ先へ

■ まちの保健室(チャイルドパートナー)

市内15地域のまちの保健室にチャイルドパートナーがあり、子育て相談や身体計測もできます。

■ ブックスタート事業 (※1)

1歳の誕生日を経過していない乳児を対象に、絵本を1冊プレゼントしています。

■ 5歳児健康診査 (※2)

各幼稚園・保育所で実施しています。通園されていない場合は子ども発達支援センターからお知らせします。

■ 予防接種事業

かかりつけ医に相談しながらスケジュールをたてましょう。

■ 4か月・10か月児健康診査

医療機関に予約し、母子健康手帳と母子保健のしおりを持って受診しましょう。

※1:ブックスタート事業の問い合わせ先は、子ども家庭室(63-7594)

※2:5歳児健康診査の問い合わせ先は、子ども発達支援センター(62-1088)

※3:地域の広場の問い合わせ先はこども支援センターかがやき(67-0250)

移動図書館「やまなみ号」をご利用ください

図書館へは遠くて行けないと思っている皆さん、ぜひ移動図書館「やまなみ号」をご利用ください。

約3000冊の本を積んで、市内の小学校や地域の集会所など33カ所を月2回定期的に巡回しています。



やまなみ号の利用方法

☎ 図書館 ☎ 63-3260

◆本の貸し出しには、図書利用カードをお持ちください。

※ お持ちでない人は、運転免許証や保険証をお持ちいただければ、その場で発行します。

◆読みたい本は、巡回時に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。

※ 事前に電話や図書館ホームページ (<http://www.nabari-library.jp/>) から予約できます。

◆図書館での貸し出しと合わせて合計10冊まで借りることができます。

また、図書館や他の巡回場所で借りた本を返却することもできます。

「やまなみ号」巡回日程(4月～12月)

曜日	巡回場所	巡回時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
水	錦生保育所	午前10:30~10:50						3	-		
	赤目保育所	午前11:00~11:30									
	すずらん台小学校	午後2:00~3:00	-	20	-	18	1	15	6	20	
	みはた虹の丘保育園	午後3:20~3:50									
木	美旗町池の台集会所	午後4:10~4:40	6	4							
	桔梗が丘公民館	午前10:30~11:30	7	5				21	4	18	
	桔梗が丘南小学校	午後1:00~1:30	-	21	-	19	2	16	7	-	-
	比奈知小学校	午後3:30~4:00									
金	ふれあいサロンゆこゆこ	午前10:30~11:00									
	百合が丘東第2集会所	午前11:10~11:40									
	こども支援センターかがやき	午後2:00~2:45	8	22	6	20	3	17	8	22	5
	緑が丘コミュニティひだまり	午後3:00~3:40									
土	美旗町藤が丘(調整池付近)	午後4:00~4:30									
	桔梗が丘南(古墳公園西側)	午前10:30~11:30									
	つつじが丘南集会所	午後2:00~2:30	9	23	7	21	4	18	9	23	6
	つつじが丘北集会所	午後2:45~3:15									
水	桔梗が丘8番町公園内	午後3:40~4:40									
	滝之原保育園	午前11:00~11:30									
	国津保育園	午後2:00~2:30	13	27	11						
	西田原保育園	午後2:30~3:40									
木	うぐいす台第2公園	午後3:50~4:20									23
	蘆原小学校・保育所	午前10:30~11:30									
	桔梗が丘東小学校	午後1:00~1:30	14	28	12						
	すずらん台2号公園	午後4:00~4:30									
金	富貴ヶ丘6番町中広場	午前10:30~11:00									
	富貴ヶ丘集会所	午前11:10~11:40									
	蔵持工業団地	午後0:00~0:15	15	29	13						
	錦生赤目小学校	午後1:00~1:30									
土	保健センター	午後3:30~4:00									
	桔梗が丘5番町	午前10:30~11:30									
	美旗町中2・3番集会所	午後2:00~2:50	16	30	14						
	コミュニティプラザナウラ	午後3:10~3:40									
	梅が丘市民センター	午後3:50~4:30									

読者アンケートにご協力ください。「広報なばりメールサポーター」を募集します。

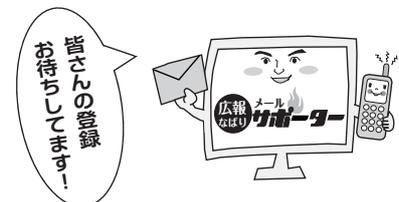
登録者には、電子メールを活用し、「広報なばり」に関するアンケートを毎月配信します。(年24回)アンケートは、記事が分かりやすかったかなど簡単なものを中心です。

対象 市内在住で中学生以上の人

※ 市議会議員、市職員を除く。

定員 100人 ※ 先着順

任期 4月1日～平成29年3月31日



登録方法

①パソコンや携帯電話で市ホームページをご覧ください、注意事項を確認後、**3月20日金までに**、市ホームページに記載の登録用メールアドレスに電子メールを送ってください。

②登録フォームのURLを記載した電子メールが自動返信されますので、接続いただき、必要事項を入力してください。

③1000円分の図書カードを、年間半数以上のアンケートにお答えいただいた皆さんにお渡しします。

※ パソコンや携帯電話の機種などによって登録いただけない場合があります。

☎ 広報対話室 ☎ 63-7402

トラクターやコンバインなどの標識番号登録をお願いします

トラクター、コンバインなどの農耕作業用小型特殊自動車は、公道を走行しない場合でも標識番号(ナンバープレート)の登録が必要です。

未登録の人は、市役所1階課税室(13番窓口)で登録をお願いします。

持ち物 印鑑、身分証明書(運転免許証など)、販売・譲渡証明書

◎軽自動車税は、毎年4月1日時点の所有者に課税されます。

☎ 課税室 ☎ 63-7429

地域包括支援センターなどの業務補助職員を募集

業務内容/職種/給料/採用予定人数

▼地域包括支援センターでの主任介護支援専門員業務(ケアマネジメント支援業務など)/主任介護支援専門員/時給1,500円/1人

▼介護予防支援業務(要支援認定者等に対するケアマネジメント・介護予防支援計画作成)/保健師、経験のある看護師、社会福祉士、介護支援専門員/月額20万円/2人

▼地域包括支援センターでの社会福祉業務(相談、認定調査、権利擁護業務など)/社会福祉士/月額20万円/1人

※全て採用は4月1日付

応募 3月14日(木)までに、履歴書に資格証などの写真を添付し、郵送または持参で市役所1階地域包括支援センター(〒518-0492 鴻之台1-1)へ

☎ 地域包括支援センター ☎ 63-7833

「名張市男女共同参画推進審議会委員」を募集

男女共同参画施策の推進について審議する委員を募集します。

対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上で、年4回程度の会議に出席可能な人

募集人員 1人 ※任期2年(委嘱日から平成30年5月10日まで。報酬などの支給あり)

応募 3月3日(日)から17日(木)までに、市役所4階人権・男女共同参画推進室で配布する申込書(市ホームページから出力可)に「男女共同参画について思うこと」についての作文(800字程度)を添えて、直接または、電子メール(kyodo@city.nabari.mie.jp)、郵送で同室(〒518-0492 鴻之台1-1)へ提出

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63-7559

東部保育園は新しく みはた虹の丘保育園になりました

平成27年3月より社会福祉法人名張育成会が園舎移転改築工事を進めてきましたが、1月に完成し、2月1日より新園舎での保育が始まりました。今後ともよろしく申し上げます。

新名称 みはた虹の丘保育園

新住所 新田字女良塚 1005 番地

☎ 保育幼稚園室 ☎ 63-7919

料金受取人払郵便
名張局承認
232
差出有効期間
平成28年6月30日

518-0490

名張市鴻之台1番町1番地
名張市長 亀井 利克 行



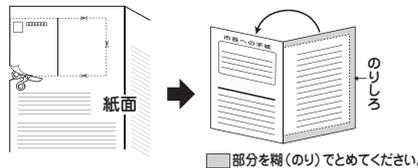
〈やまおり〉

「市長への手紙」は直接市長が拝見し、必要に応じて、担当室などに調査・検討を指示します。質問や回答の内容は、市ホームページなどでもご紹介しています。

持続可能な自治体を目指す中、「あれかこれか」と事業を選択しなければならないこともありますが、これは、皆さんのご意見を伺いながら進めていく必要があります。

また、普段の暮らしの中で気に掛かることをお寄せいただくことは、さまざまな業務を改善するチャンスにもつながります。

幅広い皆さんからの声をお待ちしています。



市長への手紙

市政に対する考えや思いをお寄せください

問 広報対話室 ☎ 63・7402

安全 3月1日(火)~7日(月)は 春の火災予防運動
「無防備な心に火災が かくれんぼ」(全国統一防火標語)

まだまだ寒い日が続く、家庭や職場で暖房器具などを使う機会が多くあります。「ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する」「ガスこんろなどから離れるときは、必ず火を消す」など、普段から気をつけてください。

また、「いのち」を守る住宅防火対策として、住宅用火災警報器、住宅用消火器を設置しましょう。

問 消防本部予防室 ☎ 63-1412

屋外での火気の取扱いにご注意!

火災の多くは、ちょっとした不注意や油断から発生しています。これからの季節は、空気が乾燥し、風も強く、火災が発生すると大規模化する傾向にあります。特に、屋外での火の取扱いは、すぐに林野火災やその他火災に繋がります。

屋外では火を取扱わないこと。どうしても火気を取扱う場合は、必ず消火の準備をして、十分な注意と責任を持って行うことを徹底してください。

防火ポスター入賞作品を展示します

市消防本部と市防火協会が小学生を対象に募集した防火ポスターの入賞作品を展示します。

▼日時…3月5日(土)~7日(月) 午前10時~午後5時(初日は午前11時から。最終日は正午まで)

※表彰式は3月5日(土) 午前10時15分からはじめます

場所…イオン名張店3階リバーナホール(元町)

▼日時…3月8日(火)~31日(木) 午前9時30分~午後7時

場所…市立図書館(桜が丘)

26年度低学年の部 最優秀賞

税 軽自動車やバイクなど 廃車や名義変更の手続きを忘れずに!

軽自動車やバイク、農耕用作業車などの車両を…

- 処分した、盗難にあった → **廃車の手続きを**
- 人に譲った → **名義変更の手続きを**

問 課税室 ☎ 63-7429

軽自動車税は4月1日現在の所有者、使用者に課税されます

もし手続きをしないと…? 車両がなくても所有者、または使用者に軽自動車税が課税されます。

<ご注意!> 4月2日以降に手続きをされても、税金の払い戻しや月割などはできません。3月下旬になると窓口が混み合いますのでお早めに。

バイク(125cc以下)、小型特殊自動車(農耕用作業車、フォークリフトなど)の手続きは、市役所1階課税室(13番窓口)にお越しください。

こんなときは…	持ち物
廃車処分	印鑑、標識交付証明書、ナンバープレート
盗難にあった、ナンバープレートを紛失	印鑑、標識交付証明書、弁納金(100円)
市内の人から譲り受けた	印鑑、標識交付証明書、譲渡証明書
市外の人から譲り受けた	印鑑、前所有者の廃車証明書、譲渡証明書
市外から転入した	印鑑、転入前の市町村の廃車証明書
バイクなどを購入した	印鑑、販売証明書

※本人確認をさせていただく場合がありますので、お名前を確認できるもの(免許証など)をご持参ください。

軽自動車などの上記以外の手続きは次のところにお問い合わせください。

▼軽自動車(660cc以下の三輪・四輪)
…軽自動車検査協会三重事務所 ☎ 050-3816-1779

▼軽二輪(125cc~250cc以下)、小型二輪(250ccを超えるもの)
…中部運輸局三重運輸支局 ☎ 050-5540-2055

お寄せください 市長への手紙

右の用紙を切り抜いて、住所・氏名・性別・年齢・電話番号(メールアドレス)、ご意見・ご提言の件名、具体的な内容を記入して、送付してください。

市長の まちかどトーク 随時受付中

市内在住・在勤・在学の10人以上のグループ・団体などを対象に、市長と市政について語り合う「市長のまちかどトーク」も随時受付中。開催希望日の1カ月前までに広報対話室(☎63・7402)へお申し込みください。

市長への手紙

〒 _____
ご住所 _____

お名前 _____

性別 男・女 _____ 年齢 _____ 歳

電話番号 (_____) _____

メールアドレス _____

この手紙を(公開して良い・公開されたくない)
この手紙に対する返事(必要・不要)
《ご意見・ご提言》

(件名) _____

(具体的な内容) _____

のりしろ

のりしろ

のりしろ

HOS名張アリーナ(総合体育館)に エクササイズルームを新設しました!

HOSエクササイズルームは、必ず初回講習会を受講してからの利用開始となります。ご注意ください。

講習会日時 3月5日(土)・10日(木)・13日(日)・18日(金)・23日(水)・29日(火)の午前10時~11時、午後1時~2時、午後7時~8時のいずれか
利用料金 540円(1回利用)、2,160円(5回券)3,780円(1か月フリー)

※初回講習会時には利用料とは別に540円必要
※1回の利用は2時間まで。詳しくは、問い合わせ先へ

☎ HOS名張アリーナ(総合体育館)
☎ 63・5339



主な設備

- ▼ウォーキングマシン×6台
- ▼ステップエクササイズマシン×1台
- ▼バーベル×1台
- ▼ストレッチマシン×1台
- ※その他多数マシン有



28年度「小学生陸上教室」 参加者募集

日時 4月から平成29年2月までの土・日曜日、祝日 17回程度

※第1回目は4月29日(祝)午後2時~

場所 市民陸上競技場(夏見)他

対象 市内の小学生(新3年生以上)

定員 50人程度 ※先着順

参加費 7,000円 ※スポーツ安全保険800円含む。別途教室用Tシャツ代2,000円が必要(持っている人は不要)。第1回目に徴収

申込 2月29日(日)から4月1日(金)までに、総合体育館にある申込書に必要事項を記入し、同窓口へ ※ファクス(63・5449)可

☎ 市陸上競技協会事務局(川合)
☎ 0595・63・0782

いきいき元気!春からチャレンジ! 名張市体育協会 いきいき教室 第1弾

活動場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)

申込 3月2日(日)午前9時から受付開始。
武道交流館いきいき窓口で受付時にお一人1枚配布しますので、必要事項を記入し、参加費を添えて同窓口へお申し込みください。

※申込用紙の事前配布は行いません。

◎活動日時が変更になる場合や、参加人数が少ない場合は開講できない場合があります。

◎右記以外の教室(卓球・テニスなど)は、3月13日発行の「広報なばり」に掲載予定です。

☎ 武道交流館いきいき ☎ 62・4141

教室名	対象	活動日時	年間参加費
楽しく柔道	子どもから大人まで ※別途スポーツ安全保険への加入が必要。年間参加費は、高校生以下の場合は5,000円	火曜日 午後7時~9時(月3~4回)	8,000円
初めての太極拳	初心者から初級	第1・3火曜日 午前10時~正午	7,000円
やさしいヒップホップ	初心者から初級	第2・4木曜日 午後1時~2時	7,000円
初心者のためのエアロビクス	初心者から初級	第1・3火曜日 午後7時~8時	7,000円
パンチングエクササイズ	初心者から初級	第1・3金曜日 午前10時30分~11時30分	7,000円
ヨーガセラピー	初心者から初級 ※先着 50人	第1・3木曜日 午前10時30分~正午	7,000円
きもの着付け	女性 ※先着 10人	第2・4水曜日 午前10時~正午	7,000円
機能回復	どなたでも	第1水曜日(月1回) 午後1時~2時	4,000円
アロマストレッチ	どなたでも	第3水曜日(月1回) 午後1時~2時	4,000円
幼児体育	4歳~小学3年 ※先着 18人	第4水曜日(月1回) 午後4時~5時	4,000円

伊賀地域二次救急実施病院

3月

地域医療室
☎ 63-3913

実施時間帯

- ◆平日…午後5時～翌日午前8時45分
- ◆土・日曜日、祝日…午前8時45分～翌日午前8時45分
- ※ただし、岡波総合病院は、月曜日…午後5時～翌日午前9時/第2・4日曜日、祝日…午前9時～翌日午前8時45分
- ◆平日昼間午前8時45分～午後5時は、名張市立病院で二次救急を実施

日	月	火	水	木	金	土
		1名	2名/岡	3名	4上	5名
6名	7岡	8上	9名/岡	10名	11上	12上
13岡	14岡	15名	16名/岡	17名	18上	19名
20名	21岡	22上	23名/岡	24名	25上	26上
27岡	28岡	29上	30名/岡	31名		

- ☆みえ子ども医療ダイヤル(☎ # 8000) …子どもの急病やケガの無料相談(毎日午後7時30分～翌日午前8時)
- ☆三重県救急医療情報センターコールセンター(☎ 64-1199) …24時間体制で受診可能な医療機関を紹介

◆救急車で搬送以外は必ず事前にご連絡ください。
名…名張市立病院(☎ 61-1100)
上…上野総合市民病院(☎ 24-1111)
岡…岡波総合病院(☎ 21-3135)

- ◎受け入れ対象は、重症患者です。実施日以外は救急受け入れを行いません。
- ◎重症患者が重なるときは、受け入れできない場合があります。
- ◎名張市立病院小児科では、24時間365日小児二次救急の対応をしています。受入対象は重症患者です。けがおよび交通事故などの外科系疾患は除きます。
- ◎かかりつけ医へ早めの受診を心掛けましょう。

◎救急車の適正利用をお願いします。

予防接種はお済みですか？ まだの人はお急ぎください

平成27年4月1日以降に接種された乳児のロタウイルス、及び、B型肝炎予防接種費用助成の申請期間は平成28年3月31日までです。
また、「お知らせガキ」などが届いている下記の予防接種の対象者の皆さんが自己負担なしに接種できるのは3月末までです。

◆接種期限が3月末までの予防接種

- ・MR(はしか・風しん)2期[就学前の年長児]
- ・2種混合(ジフテリア・破傷風)2期[小学6年生]
- ・成人用肺炎球菌[節目年齢の人]

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970

3月1日～7日は 「建築物防災週間」です

日ごろから建物やプロック塀などの点検を行い、災害時の避難経路や安全対策について家族で話し合っておきましょう。



☎ 建築開発室 ☎ 63-7698

特別障害者手当、障害児福祉手当の申請を受け付けています

■特別障害者手当

対象 **20歳以上**で、重度の障害があるために、日常生活において常に特別な介護を必要とする在宅の人

支給額 月額26,620円

支給月 5月、8月、11月、2月の年4回

■障害児福祉手当

対象 **20歳未満**で、重度の障害があるために、日常生活において常に介護を必要とする在宅の人

支給額 月額14,480円

支給月 5月、8月、11月、2月の年4回

◎いずれも、申請には医師の診断書や所得状況届が必要です。また、本人、配偶者、扶養義務者に対する所得制限があります。詳しくは、お問い合わせください。



☎ 高齢・障害支援室 ☎ 63-7591

児童扶養手当・特別児童扶養手当制度のご案内

■児童扶養手当

対象 父母の離婚などで、児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある人)を養育している人

※児童の身体や精神に中程度以上の障害を有する場合は、20歳未満まで手当を受けられます。

※一人親家庭でない場合でも、配偶者が重度の障害(国民年金の障害等級1級程度)にあり、児童を養育している人も対象になります。

支給額 (所得に応じて変動。4・8・12月に支給)

※所得が一定額以上の場合は手当は支給されません。

▼児童1人の場合

全部支給…月額42,000円

一部支給…月額9,910円～41,990円

▼児童2人以上の場合

2人の場合は、5,000円の加算。3人以降はさらに3,000円ずつ加算

■特別児童扶養手当

対象 身体や精神に障害のある20歳未満の児童を養育している人

※所得制限や児童が福祉施設に入所中などの理由で手当を受けることができない場合があります。

支給額 (児童1人あたり。支給月4・8・11月)

▼障害の程度が1級 月額51,100円

▼障害の程度が2級 月額34,030円

☎ 子ども家庭室 ☎ 63-7594

みんなの命を守ろう！ 「普通救命講習会」受講者募集

大切な命を守るため、救急車が到着するまでの間、適切な応急手当が必要です。

日時 3月21日(祝) 午前9時～正午

場所 防災センター(鴻之台1)

対象 市内在住、在勤者の15歳以上の入

募集人数 20人(先着順)

内容 心肺蘇生法、止血法、AED(自動体外式除細動器)の取り扱いなど

申込 3月6日(日)から12日(土) 午前9時～午後6時 までに名張消防署・桔梗が丘分署・つじが丘出張所に直接受講者本人が申込

※代理、および電話による申込は不可

☎ 名張消防署 ☎ 63-0999

年金通信

国民年金保険料の納付は口座振替が便利でお得です。

平成28年度の国民年金の保険料は、月額16,260円(平成28年4月分～)

▼1年度分保険料を納付書で毎月現金納付すると…16,260円×12ヵ月分=195,120円

▼2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…

377,310円(2年間で15,690円の割引) ※4月末に一括で引き落とします。平成29年度保険料を月額16,490円として割引額を計算しています。

▼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…

191,030円(年間4,090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96,450円(6ヵ月で1,110円割引、年間で2,220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、2年度分および上期6ヵ月分(4～9月分)は2月末まで

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 ☎ 059-228-9112

年金相談

日時 3月8日(日)・22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パ(南町) ☎ 保険年金室 ☎ 63-7445

想いのタスキ

3年前のある日、仕事から帰宅して間もなく電話が鳴りました。「〇〇さんですか?定期券を落とされませんでしたか?」

定期券を失くしたことに気づき、切符を買って通勤した日の出来事でした。「ええ、昨日落としてしまったようなんです」「きつとお困りだと思って、定期券のお名前から電話番号を調べてお電話を差し上げたんですが、お留守だったので、でも、やっとつながって良かったです」とのことでした。

その後、定期券を受け取りに、待ち合わせ場所へ向かいました。お会いしなくても、お礼を言ったあと定期券を拾った状況を聞かせてもらいました。買って間もない6か月の通勤定期、金額にして十万円以上。謝礼を渡そうとしたところ「当然のことをしただけなのでお礼なんていいですよ。そんなことより、同じような場面に出会ったら、今度はあなたが助けてあげてくださいね」と、どうしても受け取ってはもらえませんでした。

その翌年のことです。駅のベンチで財布を拾いました。中には、現金のほか、キャッシュカード、クレジットカード、免許証など重



～人権尊重をくらしのなかに～
ご意見は人権・男女共同参画推進室(☎63-7909)へ

要なものばかり。一度にこれだけのものを落としてしまえば、どれほどショックで困り果ててしまうことか、考えるまでもありません。急いで駅の事務所へ飛び込んだ私は、対応した職員さんに「権利を主張されますか?と尋ねられました。落とし主に謝礼を求めたり、落とし主が現れなかった場合に、拾った物の所有権を主張したりする権利のことです。」

その時、私は自分が定期券を落としてしまった時、困っているであろう私を思い、一刻も早く手元に届けようと手を尽くしてくださいました。主の方は、「今度はお礼を言わせてください」と言ってくれたので、謝礼の受け取りを辞退されました。「権利の主張はしません」私は、財布を職員さんに手渡しました。早く落とし主の手元に戻ってほしいという思いだけでした。

あの時、拾い主の方から定期券とともに受け取った「想いのタスキ」を、次の方へとつなぐことができたような気がしました。こうしたタスキを、暮らしの中のさまざまな場面で、私から次の人へつなぐ、広げていけるよう、常に人に想いを巡らせて行動したいです。

【お詫び】 広報なびり2・1号2ページに掲載した平成27年度ゆめづくり協議事業のひなち地域ゆめづくり委員会の中で、施設の名称に誤りがありました。正しくは、「地域交流センターなびり」です。お詫びして訂正します。 ⑧ 地域経営室 ☎63-7484

次号予告 ごみの出し方・分け方

マイナンバーカード(個人番号カード)の受取りは、電話予約の上お越しく下さい

◎マイナンバーカードの交付申請をされた人へ
現在、大変多くの方が交付申請を行っています。申請順に「交付通知書」(ハガキ)を送付していますので、届くまでしばらくお待ちください。

◎交付通知書(ハガキ)が届いた人へ
マイナンバーカードの受取りは電話予約制です
交付手続き1件につき、所要時間30分~1時間を要します。受取り手続きの際は、必ず事前に専用ダイヤル(63-7160)まで電話予約をお願い致します。
※予約の電話受付時間は土・日・祝日を除く平日午前8時30分~午後5時15分です。

マイナンバーカードとは?

マイナンバーカードは、顔写真付きのICカードで、本人確認書類として使用できる他、e-TAXなど電子申請時の電子証明書として利用できます。マイナンバーカードの交付を希望される人は交付申請をしてください。



個人番号カード(表)

申請方法

①昨年発送しているマイナンバー通知カードに同封の「個人番号カード交付申請書」に必要事項を記入し、写真を貼付け返信用封筒で郵送



個人番号カード(裏)

②後日、マイナンバーカードの交付通知書(ハガキ)が届く

③必要な持ち物を持って電話予約の上、市役所1階総合窓口センターで本人が受取

※マイナンバーに関する詐欺が全国で発生しています。国や自治体の職員が口座番号や年金の情報を聞くことはありません。不審な電話はすぐに切ってください。

☎通知カード・個人番号カード専用ダイヤル ☎63-7160

第1回議場コンサートを開催します 今回の出演は名張市観光大使 竹田京右さん

市民の皆さんに市議会をより身近に感じていただけるよう、会議前の議場において、市議会初の「議場コンサート」を開催します。



名張市観光大使 竹田 京右さん

今回は桔梗が丘出身のギタリストで、名張市観光大使の竹田 京右さんをお招きします。傍聴を兼ねてお気軽に名張市議会へお越しください。

19歳からスタジオミュージシャンとしてキャリアをスタート。これまで数々の楽曲提供や多数の有名アーティストと共演。全国ツアー、テレビラジオでも活躍中。

日時 3月11日(金) 午前9時~9時45分(午前8時50分開場)

場所 名張市議会議場3階傍聴席

◎入場無料。申込不要

☎総務調査室 ☎63-7834

☎http://www.kyosuketakeda.com

平成28年3月31日(木)伊賀南部中継所(下比奈知)が閉鎖となります

現在、伊賀南部クリーンセンター(伊賀市奥鹿野)以外で、家庭ごみなどの受付を行っている伊賀南部中継所(下比奈知)は、平成28年3月31日(木)で閉鎖となります。

平成28年4月以降は、伊賀南部クリーンセンターのみの受付となりますので、ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。



☎伊賀南部環境衛生組合 ☎53-1120

人生のセレモニーをサポートする冠婚葬祭互助会

<p>結婚式場 Wedding</p> <p>桔梗が丘ウェルージュ 名張市桔梗が丘1-1-3 ☎0595-67-1122</p>	<p>葬儀会館 Funeral</p> <p>おきつも会館 名張市豊後町808-1 ☎0595-64-9999 シティホール名張 名張市蔵前町原出522-42 ☎0595-61-1500 シティホールステラ 名張市上小坂田3067-1 ☎0595-66-0777 シティホール名張西 名張市黒田2525 ☎0595-61-0444 名張川ホール 名張市東町1792-1 ☎0595-62-2344</p>
---------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

経済産業大臣許可互第4048号
株式会社 ベルウイング
本社/三重県名張市貝見3228 TEL.0595-62-5885 http://www.bellwing.co.jp