

施設ご利用ガイド  
令和3年 1月

**ads ホール**  
(青少年センター) ☎ 64-3478

■ 天童よしみソーシャルディスタンスコンサート  
GoHome あなたの大切な街へ  
あなたに届けたい

日時 1月24日  
【昼の部】午後1時30分～  
【夜の部】午後5時30分～  
入場料 6,500円(全席指定)

☎ adsホール ☎ 64-3478



**国津の杜** ☎ 62-6920  
(はぐくみ工房あららぎ)

■ 健康体操教室(いすに座って行う優しい体操)  
日時 1月19日 午前10時～11時30分  
参加費 300円 定員 16人 講師 要晴香さん

■ ストレッチ体操教室(リズムに合わせた体操)  
日時 1月26日 午前10時30分～正午  
参加費 300円 定員 16人 講師 福森 まみさん

◎開催1週間前までに、電話で国津の杜へ要申込。先着順。持ち物:飲み物、タオルなど

**やなせ宿** 休館日:月曜日  
☎ 62-7760 祝日の場合翌日

■ [冬の自然] 写真展  
日時 1月9日 午前9時～午後5時  
※最終日は午後2時まで

**マツヤマSSKアリーナ**  
(総合体育館) ☎ 63-5339

■ 1月の一般公開  
(利用料:120円 ※中学生以下60円)  
・バドミントン…6日 午前9時～正午  
・卓球…15日 午前9時～正午  
・ソフトバレー…22日 午後6時～9時

国民健康保険加入者へ  
医療費通知を発送します

▼令和2年1月～11月分…令和3年1月下旬ごろ発送  
▼令和2年12月分…令和3年3月上旬ごろ発送  
※医療費通知は確定申告の際に医療費控除に利用できますが、記載のないものは、領収書で対応してください。再発行はできません。

☎ 保険年金室 ☎ 63-7445

**県内で被害多発!!**  
カードや暗証番号は  
他人に渡さないで

☎ 市民相談室 ☎ 63-7416

**武道交流館いきいき**  
☎ 62-4141 [1月スタート教室]

■ 赤ちゃん体操と産後ストレッチ(冬)  
日時 1月25日、2月22日、3月22日 午後2時～ 対象 首の座ったころ(寝返りするようになるころ)の赤ちゃん和妈妈  
定員 10組 参加費 1,500円(全3回)  
講師 久保 真由美さん(幼児体育指導員)  
申込開始日 12月14日 午前9時～

■ パレトン(冬) フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせたエクササイズです。  
【午前クラス】午前10時～  
日時 1月28日、2月25日、3月11日 いずれも木曜日 定員 20人

参加費 1,500円(全3回) ※1回スポット800円  
【午後クラス】A 午後2時～/B 午後3時～  
日時 1月7日・21日、2月4日・18日、3月4日・18日 いずれも木曜日。2月4日のみ 午後2時30分～/B 午後3時30分～

定員 各20人 参加費 3,000円(全6回)  
講師 森 嗣美さん(フィットネススタジオCute)  
申込開始日 午前クラス…12月10日 午後1時～ 午後クラス…12月17日 午後1時～

■ 松山 比香里 先生と楽しくエアロビクス(冬)  
日時 1月12日～3月23日までの毎週火曜日 午後1時～(2月23日を除く)  
定員 20人 参加費 6,000円(全10回)  
※1回スポット800円  
申込開始日 12月15日 午前9時～

■ ジムトレーニング講習会(冬)  
日時 1月9日～4月3日までの毎週土曜日 午後1時～(1月30日、3月20日・27日を除く)  
定員 6人 参加費 10,000円(全10回)  
※1回スポット1,200円  
申込開始日 12月15日 午前9時～

◎各教室とも参加費を添えて、武道交流館いきいきへ申込(いずれも先着順)。実施時間は、全て50分間です。

年末は、大掃除などでごみが増えます  
正しい分別をお願いします

「燃やさないごみ」の中に、乾電池類やライター、スプレー缶が毎月約200kgも混入しています。火災につながるおそれがありますので、分別にご協力ください。

☎ 環境対策室 ☎ 63-7496

月1回の資源ごみの日にお出しくささい

**乾電池類** ボタン電池 携帯電話バッテリー  
●ボタン電池などはテープで電極を覆ってから出す

**スプレー缶** (カセットボンベ含む)  
●使い切った後、屋外で穴をあけ、ガスを抜いてから「スプレー缶」のかごへ

**ライター**  
●資源ステーションの「ライター専用回収容器」へ  
●使い切ったライターのみ出す  
●ガスが抜けいない場合は、クリーンセンターまたは市役所へ持ち込む

ごみの分別アプリ「さんあ～る」

地区別ごみの収集日や分別方法などを確認できるスマートフォン向けの無料アプリ「さんあ～る」をご活用ください。

火災のおそれがあります。適正に排出してください。



令和3年2月1日から

家庭用指定ごみ袋の価格を引き下げ

☎ 環境対策室 ☎ 63-7496 伊賀南部環境衛生組合 ☎ 53-1120

| 指定ごみ袋       | 現行       | 2月1日から   |
|-------------|----------|----------|
|             | 1枚当たりの価格 | 1枚当たりの価格 |
| 特大 (45リットル) | 54円 ⇒    | 48円      |
| 大 (30リットル)  | 36円 ⇒    | 30円      |
| 中 (20リットル)  | 22円 ⇒    | 18円      |
| 小 (10リットル)  | 10円 ⇒    | 8円       |
| 特小 (5リットル)  | 5円 ⇒     | 廃止       |

◎新価格の指定ごみ袋は、2月1日から販売します。現行の販売価格との差額の返金などは行いませんので、使用分の計画的な購入をおすすめします。

◎指定ごみ袋の形状に変更はありませんが、「特小(5ℓ)」サイズのごみ袋は販売しません。

◎現行の指定ごみ袋は2月1日以降も利用できます。

▼市職員や警察官、金融機関職員などが電話で暗証番号を聞くことや、キャッシュカードなどを預かりに行くことはありません。  
▼キャッシュカードと暗証番号を書いたメモを封筒に入れさせられ、隙を見て封筒がす

り替えられる事案が発生しています。  
▼キャッシュカードの使用に影響のない個所に、目の前で切れ込みを入れ、「使えなくなった」と説明し、安心させてだまし取る詐欺が発生しています。