



## ads ホール (青少年センター) ☎ 64-3478

■ 名張子ども狂言の会 創立30周年記念事業  
名張能楽祭～狂言を楽しむ～(要整理券)

日時 7月10日(土) 午後1時30分～3時10分

☎ 文化生涯学習室 ☎ 63-7892

■ フラダンス発表会(入場無料)

日時 7月11日(日) 午後1時～4時30分

主催 フラオナプアレイククイ

☎ 富森 ☎ 48-6254

■ 第19回北見典子バレエスクール創立40周年記念発表会「パフォーミングコンサート」

日時 7月18日(日) 午後1時30分～4時30分

入場料 1,500円

☎ 北見 ☎ 63-3680

■ 「ざんねないきもの事典」監修  
今泉忠明先生の講演会

「ざんねん」にはわけがある！  
進化のふしぎについて、「ざん  
ねないきもの事典」の監修者  
がお話しします。(写真提供：高橋書店刊)



日時 7月24日(土) 午後2時～3時30分

※開場 午後1時15分 入場料 2,000円

※中学生以下 1,000円 (前売券販売中)

☎ adsホール ☎ 64-3478

## マツヤマSSKアリーナ (総合体育館) ☎ 63-5339

■ 7月の一般公開

(利用料：120円 ※中学生以下60円)

・卓球…2日(金)・16日(金) 午前9時～正午

・バドミントン…7日(土) 午前9時～正午

## リバーナホール イオン 名張店3階 ☎ 62-7388 (福祉まちづくりセンター)

■ 伊賀・名張の美術愛好家の作品展

日時 7月8日(土)～11日(日) 午前10時～午後6時

(初日は正午から。最終日は午後4時まで)

主催 あすなろ展

## やなせ宿 休館日：月曜日 祝日の場合翌日 ☎ 62-7760

■ 中蔵「フォトクラブ虹」写真展

日時 7月1日(土)～31日(土)

午前9時～午後5時(最終日は正午まで)

## 武道交流館いきいき ☎ 62-4141 [7月スタート教室]

■ 赤ちゃん体操と産後ストレッチ(夏)

日時 7月26日(月)、8月23日(月)、9月27日(月)

午後2時～

対象 首の座ったころ～6カ月(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)

申込開始日 6月14日(日) 午前9時～

■ バレトン(夏) 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～ いずれも木曜日

日時 7月8日、8月26日、9月30日

参加費 1,500円(全3回) 1回スポット800円

[午後クラス] △ 午後2時～/▽ 午後3時～

日時 7月1日・15日・29日、8月5日、9月2

日・16日 ※7月29日のみ △ 午後2時30分～/  
▽ 午後3時30分～ 参加費 3,000円(全6回)

定員 各20人

講師 森 嗣美さん(フィットネススタジオ

Cute)

申込開始日 6月17日(土) 午後1時～

■ 松山比香里先生と楽しくエアロビクス(夏)

日時 7月6日～9月28日までの火曜日午後1

時～(8月10日・31日、9月21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 6月15日(日) 午前9時～

■ ジムトレーニング講習会(夏)

日時 7月3日～9月25日までの土曜日午後1

時～(8月14日、9月11日・18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 6月15日(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。

☎ 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 7月20日(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

持ち物 屋内用靴、タオル、飲み物

■ ストレッチ体操教室(リズムに合わせた体操)

日時 7月27日(日) 午前10時～11時30分

参加費 300円 定員 16人 講師 福森 まみさん

持ち物 敷きマット、タオル、飲み物

☎ 各教室の開催日1週間前までに、電話で国

津の杜へ要申込 ※先着順

## 「認知症の人と家族の会」 つどい・交流会を開催

日時 6月22日(日) 午後1時30分～4時

場所 伊賀市役所(伊賀市四十九町)

対象 認知症の人とその家族 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、

事前に問合せ先へ

☎ 地域包括支援センター ☎ 63-7833

## 家族介護者などが集う 「楓の会」をご存じですか？

市内で家族の介護をしている人や、介護経験  
者による会です。介護仲間とのんびり交流したり  
、介護についての悩みや気付きを話し合っ  
たりしています。興味のある人は、問合せ先へ

☎ 福祉まちづくりセンター ☎ 62-7388

## 地域おこし協力隊です！ 名張のことを教えてください！

地域おこし協力隊のシ  
ティプロモーション担当  
の高山智子です。

東京から来て間もない  
中、皆さんに名張のことを  
教えていただきたいのです  
が、コロナ禍の真っ只中  
…。そこで、名張の魅力や  
お勧めスポットなどにつ  
いて、ウェブでのアンケート  
にご協力をお願いします！



アンケートはこちらから▶ [URL https://logofrom.jp/f/jMin7](https://logofrom.jp/f/jMin7)

地域おこし協力隊

都市からの移住者が最長3年間、地  
方自治体(市町村)から任命され、地域活  
性化に取り組みます。名張市では4月から  
4人が活動中です。

☎ 地域活力創生室 ☎ 63-7782

地域おこし協力隊  
による情報発信



## 還付金サギにご注意！

介護保険料の払い戻しが  
ありますよ～

市役所職員が還付金などについて  
ATMに誘導することはありません。

☎ 市民相談室 ☎ 63-7416

## 土日受取できます！(要予約) マイナンバーカード受取専用臨時窓口

予約専用ダイヤル ☎ 63-7160

※平日午前8時30分～午後5時15分

開設日

【7月】3日(土)、11日(日)、25日(日)、31日(土)

【8月】7日(土)、8日(日)、21日(土)、29日(日)

【9月】5日(日)、11日(土)、18日(土)、26日(日)

場所 市役所1階総合窓口センター

いずれも 午前8時40分～午後3時

※カード交付のみ

☎ 総合窓口センター ☎ 63-7440

## 人口と世帯数

5月1日現在 ( )は前月比

人口 77,212人(−38人) 男 37,332人(−30人) 女 39,880人(−8人) 世帯数 34,666世帯(+67世帯)