

# 暮らしの情報

3月16日～



広報とばに掲載された写真を差し上げます。ご希望のかたは、総務課広報情報係まで。

## お知らせ

### 窓口業務の時間延長

市民課戸籍係  
☎ 1127

住所異動の届け出が集中する時期に合わせて窓口の受付時間を延長します。仕事などで開庁時間（午前8時30分～午後5時15分）にお越しになれないかたは、ぜひ利用してください。

とき 3月31日（月）～4月2日（水）  
午後5時15分～8時

ところ 市民文化会館1階・市民課  
取り扱い業務

● 転入・転出・転居届

● 戸籍・住民票・印鑑登録証明書など各種証明書の交付

● 戸籍届出の受領（埋火葬手続きを含む）

必要書類やくわしい内容については戸籍係へ問い合わせください。※なお、取り扱い業務によっては後日来庁をお願いする場合がありますのでご了承ください。

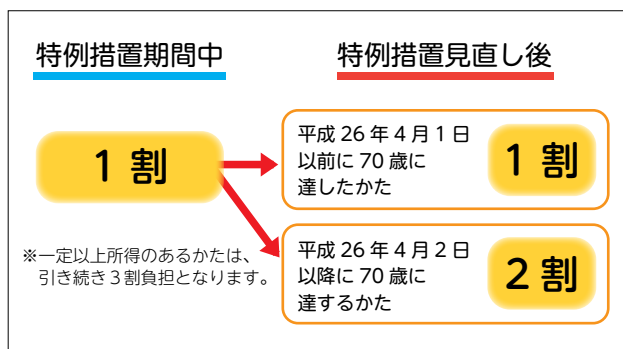
### 高齢受給者証について

市民課保険年金係  
☎ 1148

現在、国民健康保険の高齢受給者証を提示した場合の医療機関での一部負担割合は、特例措置により平成26年3月31日までは1割となっています。平成26年度からこの特例措置が見直されることとなりました。このため、平成26年4月2日以降に70歳の誕生日を迎えるかた（昭和19年4月2日以降に生まれたかた）については医療機関での窓口負担が2割になります。（一定以上所得のあるかたは70歳の誕生日を迎えた後も3割負担となります）

また、平成26年4月1日までに70歳の誕生日を迎えたかた（昭和19年4月1日以前に生まれたかた）の自己負担額は、引き続き特例措置の対象となるため1割のまま変わりません。なお、該当のかたに4月1日から有効の高齢受給者証を送付します。（すでに3割負担されているかたは引き続き3割負担が継続されます）

※後期高齢者医療制度に加入されている一定の障害認定を受けたかたは除きます。  
**高齢受給者証** 70歳の誕生日の翌月（1日のかたは当月）から交付されます。毎年8月1日に更新され、前年中の所得などにより負担割合が決まります。



70歳から74歳のかたの自己負担限度額は据え置きとなります

1か月の医療費が高額になったとき、前年の所得などによって定められている自己負担限度額を超える額については申請をすることで払い戻されます。

この自己負担限度額は、平成26年4月からも変更はありません。

## 水は命！キレイな水を未来へ。



### ・浄化槽保守点検！

浄化槽法で、点検の回数（年3、4回）が定められています。

### ・単独浄化槽から合併浄化槽へ！

家庭から出る生活排水（し尿と台所、お風呂、洗濯等の雑排水を合わせたもの）のすべてを浄化します。



保守点検

清掃

法定検査

正しい使用

マル井興業株式会社

↓まずはご相談を↓  
TEL:0599-26-5402

住所：鳥羽市屋内町4-9  
http://pc-nct.biz/marui/

広告



玉置キビ メス 10か月

3月16日～

# information

## ごみの出しかた

### 環境課資源リサイクル係

☎(25) 11149

2月26日に小浜、堅神、屋内、池上地区の不燃ごみ回収中に火災が発生しました。中身が残っているスプレー缶の混在が原因と思われる。収集車両も傷つき、消火活動にあたり市民にも不安を与えました。

不燃ごみとして多くのスプレー缶が出されています。スプレー缶は中身を使い切り、必ず穴を開けてリサイクルごみの日に出してください。また、スプレー缶は鳥羽市リサイクルパークでも受け入れていますので、ぜひ利用してください。

## 国民健康保険健康づくりセミナー

### 市民課保険年金係

☎(25) 11148

市では、国民健康保険事業の一環として、市内の温水プールを利用して行う健康づくりセミナー（アフタバックス）を開催します。健康の維持・増進を図っていただくため、ぜひ利用してください。

とき 日程表のとおり

①午前10時30分～11時15分（モーニング）

②午後1時30分～2時15分（デイ）

③午後8時～8時45分（イベント）

### 日程表

と き	
5月	13日、20日、27日
6月	3日、10日、17日、24日
7月	1日、8日、15日、22日
9月	2日、9日、16日、23日、30日
10月	7日、14日、21日、28日

いずれの日も火曜日です（計20回）

※開催日は、都合により変更する場合があります。

ところ エクシブ鳥羽

内容 水中ウォーキングを中心に、気軽にできる水中運動

参加費 5,000円

募集人員 51人（各セミナー17人）

※募集人員により変更する場合があります。

申込期間 3月17日（月）～4月8日（火）

対象者 ・鳥羽市国民健康保険の加入者で20歳以上のかた

・これまでに鳥羽市国民健康保険に加入したことのある後期高齢者医療制度に加入しているかた

申込方法 市民課保険年金係か各連絡所の窓口へ備え付けの申込用紙で申し込んでください。

※募集人員を超えた場合は、新規申込者を優先し、前回受講者を対象に抽選を行います。

## 軽自動車の手続きはお済みですか

### 税務課市民税係

☎(25) 11134

軽自動車税は、4月1日現在における軽自動車の所有者に課税されます。軽自動車の所有の有無や登録している住所、名義などを確認し、変更、廃車の手続きをしていない場合は、3月31日（月）までに済ませてください。

### 届出・問合せ先

●原動機付自転車（125CC以下）・ミニカー・小型特殊自動車

税務課市民税係または各連絡所

●軽二輪（125CC）を超え250CC以下

軽自動車協会

☎059-234-8611

●三輪・四輪の軽自動車

軽自動車検査協会

☎059-234-8431

●二輪の小型自動車（250CC）を超えるもの

三重運輸支局

☎050-5540-2055

なお、軽二輪・三輪・四輪の軽自動車・二輪の小型自動車は、志摩自動車協会

☎(26) 3279

で代行を行っています。手続きに数日かかりますので、早めに手続きを済ませてください。

## 補聴器 各種 特価販売しております。



両耳にすると割安で良く聞こえる。納得ゆくまで対応します。

★時計のデンチ入れ替え・修理・バンド調整。

メガネは認定眼鏡士が対応の当店で

創業明治29年（西暦1896年）  
時計・メガネ・補聴器

# ハラ

鳥羽3丁目16-26 ☎(25) 2148

## 就職率 100%

リハビリのプロになる！

オープンキャンパス

●理学療法学科

●4月26日（土）10:00～

お問合せ ☎0596-24-2540

伊勢志摩リハビリテーション専門学校

伊勢市御薮町高向1658  
http://www.kyoeigakuen.ac.jp

広告

広告

3月16日～

# information

## 伊勢二見鳥羽有料道路 回数通行券の販売価格変更

三重県道路公社業務課  
☎0599-22916036  
4月からの消費税率の引き上げに伴い、1日から伊勢二見鳥羽有料道路回数通行券の販売価格を変更します。

### 変更後の販売価格

11回券	全線券	2,100円
	区間券	1,050円
60回券	全線券	10,500円
	区間券	5,250円
100回券	全線券	16,760円
	区間券	8,380円

※全線券 鳥羽～伊勢 間  
※区間券 鳥羽～二見 間

くわしくは、三重県道路公社業務課へ問い合わせただいか、三重県道路公社ホームページをご覧ください。

☎http://www.mie-dourokousya.or.jp/

## 後期高齢者医療費通知

三重県後期高齢者医療  
広域連合事業課

☎059-221-6884

三重県後期高齢者医療制度に加入されているかたに、実際にかかった医

療費の総額をお知らせする「医療費通知」を送付します。

なお、領収書の代わりにならないため、確定申告などの医療費控除に使用することはできません。

**目的** ご自身で内容を確認していただき、医療と健康に対する意識の向上と、今後の健康管理に役立てていただくことを目的としています。

**内容** 平成25年1月～12月診療分で、受診した医療機関名、日数、医療費の10割の金額などを月別に記載しています。

**送付時期** 3月20日ごろ



### 事務局からのお願い

はり・きゅう、あん摩・マッサージ、柔道整復（整骨、接骨）の施術については、一定の要件を満たした場合に保険適用の対象となります。これらの施術を受けたときは、「療養費支給申請書」の内容を確認した上で、ご自身で署名・押印してください。

また、領収書は、医療費控除を受ける際にも必要となりますので、必ず受け取り保管しましょう。

## 野焼きとごみの不法投棄はやめましょう

環境課環境保全係

☎(25) 1147

### 野焼き

ごみの屋外焼却（野焼き）は原則として禁止されていますが、次のことは例外として認められています。  
・田んぼのあぜ焼きや畑の草焼き、もみ殻などの焼却  
・正月のしめ縄、門松などの焼却

※例外による屋外焼却を行う場合でも、洗濯物に臭いや灰が付いたり、住居などに煙が侵入するなど、近所に迷惑をかける場合がありますので、風向きや付近の状況に充分配慮してください。

### ごみの不法投棄

最近、海や川にごみを投棄する人が増え、付近住民のかたがたが迷惑を受けています。

ごみを捨てることは、自然環境に悪影響を及ぼす恐れがあり、法律でも禁止されています。違反した場合、5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金に処せられます。

不法投棄は『環境犯罪』です。マナーを守り、美しい環境を維持しましょう。

## ひまわりからのお知らせ

**特報** 2月セール好評につき引きつづきセールします  
日時 3月17日～3月31日（日曜日は休み）

- ・キャラクターキルティング布 キャラクターコットン地
  - ・手ぞめ布、古布、むらぞめ
  - ・パッチワーク用 USA コットン地
  - ・無地もの ブロード、シーチング
- 20%～50%引き 福引きあり

手芸の店ひまわり 鳥羽3丁目15-12 ☎25-3374

住宅新築・リフォーム おまかせください！  
土地・中古物件探しも 相談ください！



※耐久性・機能・デザイン・家相等を考慮した新築・リフォームの提案！

☎0599-26-2580  
**村瀬建設株式会社**  
鳥羽市船津町235番地（鳥羽消防署となり）

広 告

広 告

3月16日～

# information

## 清掃施設開所日の変更

環境課資源リサイクル係

☎ 1149

市清掃センター

☎ 6542

4月1日(火)からごみ処理を広域化するに伴い、焼却業務を円滑に終了させるため、次のとおり松尾の清掃センターの開所日を変更します。

なお、各家庭から出る可燃ごみは収集カレンダーどおり31日(月)も収集しますので、ご協力よろしくお願ひします。

とき

3月30日(日)：平日と同様の時間(午前9時～午後4時30分)を開所します。

3月31日(月)：閉所しますので市清掃センターでのごみの受け入れはできません。

## はじめてのわくわくスポーツ体験

NPO法人三重県生涯スポーツ協会  
☎ 059-273-5300

当協会では、スポーツを通して、体を動かすことの喜びや楽しさを体験してもらうため、「はじめてのわくわくスポーツ体験」を鳥羽市で開催します。

スポーツをやったことがないお子

さんでも十分に楽しめる内容になっています。みなさんの参加をお待ちしています。

とき 3月29日(土)

ところ 多目的グラウンド(雨天の場合市民体育館)

## ●はじめてのサッカー体験

時間 午前10時～11時

クラス 幼児の部、小学生の部

内容 サッカーの基本動作やルールを学びながら、集団で取り組むスポーツの楽しさやできることの達成感を得ることが出来ます。

## ●親子コーディネーショントレーニング体験

時間 午前11時30分～12時30分

内容 子どもの運動能力を効果的に高めることができるトレーニングとして注目を集めているコーディネーショントレーニングを親子で体験できます。

## ●はじめてのテニール体験

時間 午後1時30分～2時30分

クラス 幼児の部、小学生の部

内容 テニールとは特殊なやわらかいボールを使うベースボール型のスポーツです。止まっているボールを打つので、幼児から小学生低学年でも楽しみながら取り組むことができます。

申込期限 3月25日(火)午後6時

申込方法 NPO法人三重県生涯スポーツ協会へ申し込んでください。

## 募集

### 在宅医療臨時職員

健康福祉課高齢・障害係

地域包括支援センター ☎ 1182

市では、誰もが同じように在宅で医療や介護を受けられるように志摩医師会と協力して取り組んでおり、一緒に働いていただける臨時職員を募集しています。

募集人員 1人

応募資格

- ①昭和29年4月2日以降に生まれたかた
- ②地方公務員法第16条(欠格条項)に該当しないかたで、勤務場所まで通勤可能なかた
- ③保健師、看護師、社会福祉士のいずれかの資格を有するかた
- ④普通自動車第一種免許を有するかた

勤務場所 保健福祉センターひだまり

業務内容 介護と医療の連携業務

賃金など 日額9,600円・通勤手当あり

募集期間 随時募集

申込・問合せ先 健康福祉課高齢・

障害係地域包括支援センター



## 春休み無料たいけん学習 新入生大歓迎

4月より新6年生クラススタート決定!

小学生 5,000円/月



Adam Haira  
(オーストラリア出身)  
鳥羽13年在住 15年講師経験あり

## 英会話 in TOBA

鳥羽塾 0599-25-5848  
携帯電話 090-4869-8682 (テルヨまで)

広告

3月16日～

# information

## 県営総合競技場後期教室の受講生

三重県営総合競技場管理事務所

☎ 0596 0188

県営総合競技場では、5～7月に開催する教室の受講生を募集します。

対象 18歳以上

申込方法 ハガキ・ファクス・メールまたは競技場事務局で直接申し込みください。電話での申し込みはできません。

申込先 県営総合競技場管理事務所  
〒516-0023 伊勢市宇治館町510番地  
TEL 0596 1586

✉ info@nie-kyougijyo.jp

申込期限 4月15日(火)(必着)

※受講決定者には、決定通知書と要項を郵送します。申し込み多数の場合は、抽選の上、応募者全員に郵送にて連絡します。

決定通知 4月25日(金)(発送予定)

その他

- ・受講料は、教室初日に会場で徴収します。
- ・講師の急な都合・天候により次週に延期する場合があります。
- ・受講者は、トレーニングセンターを1回使用できます。
- ・お子さんの参加はできません。
- ※ただし、キッズ教室は除く
- ・講師は都合により変更する場合があります。

教室名	講師名	曜日	時間	開催場所	開講日	回数	定員	受講料
朝ヨガ(月)リピーター	荒木 元美	毎週月曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/12	10回	25人	5,500円
朝ヨガ(火)リピーター	和田 尚子	毎週火曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/13	10回	25人	5,500円
朝ヨガ(金)リピーター	谷口 文	毎週金曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/9	10回	25人	5,500円
昼ヨガ(水)リピーター	北野 元美	毎週水曜日	13:30~14:45	陸上競技場	5/7	10回	25人	5,500円
夜ヨガ(水)リピーター	谷口 文	毎週水曜日	19:30~20:45	陸上競技場	5/14	10回	25人	5,500円
夜ヨガ(木)リピーター	和田 尚子	毎週木曜日	19:30~20:45	陸上競技場	5/8	10回	25人	5,500円
朝ソフトヨガ(木)初心者・初級	和田 尚子	毎週木曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/8	10回	25人	5,500円
朝ソフトヨガ(金)初心者・初級	鈴木 恵美	毎週金曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/9	10回	25人	5,500円
昼ソフトヨガ(月)初心者・初級	荒木 元美	毎週月曜日	13:30~14:45	陸上競技場	5/12	10回	25人	5,500円
夜ソフトヨガ(水)初心者・初級	和田 尚子	毎週水曜日	19:30~20:45	陸上競技場	5/14	10回	25人	5,500円
夜ソフトヨガ(木)初心者・初級	谷口 文	毎週木曜日	19:30~20:45	陸上競技場	5/8	10回	25人	5,500円
リフレッシュヨガ	藤原 詠理	毎週木曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/8	10回	25人	5,500円
キッズふれあい(2~3歳児まで)	スポーツ指導員	毎週月曜日	10:30~11:30	陸上競技場	5/12	5回	10組	2,000円
太極・気功エクササイズ	花井 京子	毎週月曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/12	10回	25人	5,000円
キッズヨガ&ダンス(幼稚園年中3歳~小学生低学年)	藤原 由佳里	毎週月曜日	16:00~16:45	陸上競技場	5/12	10回	20人	4,000円
フラダンス(カウラナ・トヨ)	長谷川 久美	毎週火曜日	10:00~11:15	陸上競技場	5/13	10回	25人	5,000円
FSSストレッチ	金川 久恵	毎週火曜日	13:30~14:45	陸上競技場	5/13	10回	20人	5,000円
ベリーダンス	西井 アンナ	毎週火曜日	19:30~20:45	陸上競技場	5/13	10回	40人	5,000円
太極拳	近田 菊江	毎週水曜日	10:00~12:00	体育館本館	5/7	10回	50人	5,000円
ダイエット	スポーツ指導員	毎週水曜日	10:00~12:00	トレーニングセンター	5/7	10回	20人	4,000円
ソフトエアロビクス	西村 恵	毎週水曜日	13:30~14:45	体育館本館	5/7	10回	50人	4,000円
バドミントン初級(月)	中西 亮子	毎週月曜日	10:00~12:00	体育館別館	5/12	10回	20人	5,000円
バドミントン初級(水)(朝の部)	中西 亮子	毎週水曜日	10:00~12:00	体育館別館	5/7	10回	20人	5,000円
バドミントン初級(水)(夜の部)	中西 亮子	毎週水曜日	19:00~21:00	体育館別館	5/7	10回	20人	5,000円
ベリーダンスエクササイズ	和田 尚子	毎週木曜日	13:30~14:45	陸上競技場	5/8	10回	25人	5,000円
バドミントン中級(中級レベルに達していない方は受講できません)	中西 亮子	毎週木曜日	10:00~12:00	体育館別館	5/8	10回	20人	5,000円
卓球(ラージボール指導あります)	田中 謙次	毎週木曜日	13:30~16:00	体育館本館	5/8	10回	50人	5,000円
リフレエアロビクス	田所 淳子	毎週金曜日	10:00~11:15	体育館本館	5/9	10回	50人	4,000円
ソフトピラティス	田所 淳子	毎週金曜日	13:30~14:45	陸上競技場	5/9	10回	20人	5,000円

3月16日～

# information

## およろこび

お誕生おめでとう  
(2月中に届出のあったかた) 敬称略

こどもの名前	届出人	生まれた日	町名
大久保心結	有規	2. 5	一丁目
樋口竜誠	雄也	2. 9	堅神
中村瑛翔	憲喜	2.10	安楽島
杉浦美妃	令人	2.10	大明東
谷本瑛都	将太	1.26	船津
上野月子	周子	1.31	岩倉
片岡椋	憲明	2. 4	岩倉
上村颯士	裕次郎	2. 2	岩倉
上村紳二郎	千将	2. 9	相差
勢力岳	智加	2. 1	答志
中村玲偉	隆幸	2. 3	答志

## おくやみ

ご冥福をお祈りします  
(2月中に届出のあったかた) 敬称略

名前	年齢	亡くなった日	町名
江崎良澄	(89)	2. 4	四丁目
下村きよ	(95)	2. 7	小浜
木下三男	(86)	2.27	安楽島
杉本多市	(87)	2. 4	河内
寺西實	(75)	2.23	松尾
吉川一星	(76)	2.24	浦村
細木さん子	(86)	2.11	石鏡
城山安道	(79)	2. 8	石鏡
中山清子	(84)	2.12	石鏡
坂口幸子	(94)	2. 2	国崎
岡本幸吉	(65)	2.17	国崎
世古よし系	(99)	2. 4	相差
松坂福廣	(65)	2. 5	菅島

## 市の人口

3月1日現在( )内は 2月比

人口	20,880人 (-20人)
男	9,830人 (-6人)
女	11,050人 (-14人)
世帯数	8,558世帯 (-1世帯)

編集と発行

総務課広報情報係

〒517-0011 鳥羽市鳥羽三丁目1-1 ☎0599-25-1114  
ホームページ <http://www.city.toba.mie.jp/>  
Eメール [koho@city.toba.mie.jp](mailto:koho@city.toba.mie.jp)

## 健康づくりのための食講座 「バランス食でカラダすっきり」

健康福祉課健康係

☎1146

自分に合った食事の量や栄養バランスなど、肥満を予防し、健康なカラダをつくるための食生活のコツを楽しく学びます。健康づくりのきっかけに、参加してみませんか。

**対象** 40歳以上のかた

**内容** 講義、調理実習

**とき** 4月8日(火)

午前10時～午後1時

**ところ** 保健福祉センターひだまり

2階・フッキングルームなど

**持ち物** エプロン・三角巾

**募集人員** 16人(先着順)

**申込期限** 4月3日(木)

**申込先** 健康福祉課健康係

## 鳥羽マリンターミナルテナント

鳥羽マリンターミナル

☎4800

鳥羽マリンターミナル1階のテナントを募集します。

**業種** 土産物販売などを主にした売店

**申込期間** 3月15日(土)～24日(月)

午前8時30分～午後5時

**問合せ先** 鳥羽マリンターミナル管理事務所

## リフレッシュ体操

健康福祉課健康係

☎1146

生活習慣病予防のために、エアロビクスを中心とした(筋力トレーニングも含む)運動の教室を行います。

ぜひ、参加してください。

**対象** 40歳～64歳の鳥羽市民で運動をすることに支障のないかた

※治療中のかたはかかりつけ医に相談してください

**とき** 日程表のとおり

午前10時～11時

※4月8日は午前9時30分～11時

## 日程表

とき	
4月	8日、22日
5月	13日、27日
6月	10日、24日
7月	8日、22日

いずれの日も火曜日です

**ところ** 保健福祉センターひだまり

2階・元気ルーム

**講師** ファットネスインストラクター 藤原京氏

**持ち物** 運動できる服装、室内シューズ、飲み物、タオル

**募集人員** 25人(先着順)

**申込期限** 4月4日(金)

**申込先** 健康福祉課健康係

## お詫びと訂正

3月1日号4ページ「市営定期船とかもめバスのダイヤを一部改正します」の中で掲載した内容に一部誤りがありました。次のとおり訂正してお詫びします。

### (1) 神島航路

誤 中之郷13:35発↓佐田浜14:00発

↓和具14:20発↓答志14:45着

正 中之郷13:35発↓佐田浜14:00発

↓菅島14:20発↓神島14:45着