暮らしの情報

９月16日～

お知らせ

国民健康保険の被保険者証が更新されます

市民課保険年金係 ☎㉕1148

10月1日(水)より国民健康保険被保険者証（保険証）が更新されます。

９月下旬に新しい被保険者証を郵送しますので、内容、枚数などに誤りがないか確認してください。

なお、古い被保険者証は10月1日以降に、できるだけお早めに市民課か各連絡所へ返却してください。10月19日(日)に開催される「ひだまりフェスタ」の会場でも回収します。

また、被保険者証のカードケースを市民課および各連絡所に用意していますので、必要なかたは、返却の際に申し出てください。

まちで見かけた元気な子

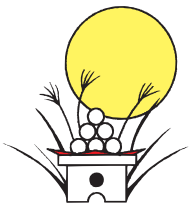
広報とばに掲載された写真を差し上げます。ご希望のかたは、総務課秘書広報係まで。

●被保険者証の有効期限の注意点

・75歳を迎えるかたは、誕生日の前日までの有効期限となっており、誕生日以降は後期高齢者（長寿）医療の被保険者となります。

・65歳を迎える退職者医療被保険者のかたは、誕生月までの有効期限となっており、翌月以降は一般被保険者となります。

くわしくは、市民課保険年金係へ問い合わせてください。



胃がん（バリウム）検診

保健センター（健康福祉課健康係） ☎㉕1115

対象　市内在住で昭和44年４月１日までに生まれたかた

検診料　８００円（70歳以上無料）

申込方法　受診希望のかたは、保健センターへ電話で予約をしてください。定員になり次第締め切ります。

※予約のないかたは、受診できません。

注意　検診前日、午後９時以降の飲食・喫煙は避けてください。水は少量なら飲んでも構いませんが、当日は飲まないでください。

胃がん（バリウム）検診日程表

とき	受付時間	ところ
10月１日(水)	7:30～9:00	鳥羽磯部漁協国崎支所
10月２日(木)	7:30～8:00	鳥羽磯部漁協畔蛸支所
	9:00～9:30	鳥羽磯部漁協相差支所
10月３日(金)	7:00～7:45	浦村農村婦人の家
	8:15～8:45	鳥羽磯部漁協浦村支所
	9:00～9:30	鳥羽磯部漁協石鏡支所
10月７日(火)	7:30～8:00	船津消防団格納庫
	9:00～9:30	鳥羽志摩農協鳥羽(旧加茂)支店
10月８日(水)	7:00～8:00	鳥羽磯部漁協小浜支所
	8:30～9:00	市民文化会館
10月９日(木)	7:00～9:00	保健福祉センターひだまり

※今回は堅神公民館での検診はありません。

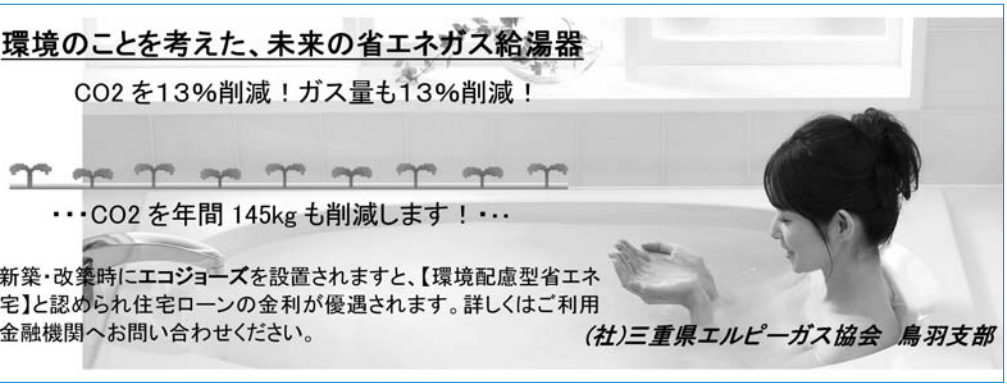
広告

ecoジョーズ

国からの補助金があります。

環境のことを考えた、未来の省エネガス給湯器

CO2を13%削減！ガス量も13%削減！



・・・CO2を年間145kgも削減します！・・・

※新築・改築時にエコジョーズを設置されますと、【環境配慮型省エネ住宅】と認められ住宅ローンの金利が優遇されます。詳しくはご利用の金融機関へお問い合わせください。

(社)三重県エルピーガス協会　鳥羽支部

9/16 information

ご利用ください 国民健康保険事業

市民課保険年金係 ☎㉕1148

市では、国民健康保険事業の一環として、次の事業を引き続き実施しますのでご利用ください。

健康体操（エアロビクス風）で汗を流してみませんか

市民のみなさんに、積極的に健康の維持・増進を図っていただくために、健康体操（エアロビクス風）を開催します。

		火　曜　日	金　曜　日
開催日	10月	7日、14日、21日、28日	3日、10日、17日、24日
	11月	4日、11日、18日、25日	7日、14日、28日
	12月	2日、9日、16日	5日、12日、19日、26日
	1月	6日、13日、20日、27日	9日、16日、23日、30日
	2月	3日、10日、17日、24日	6日、13日、20日、27日
	3月	3日、10日、17日、24日、31日	6日、13日、27日
時　間		10：00～11：00	

※開催日は、ほかの行事などの都合により、変更する場合もあります。

ところ　市民体育館

対象者　年齢・性別を問わず、運動可能なかた

申込方法　開催日に会場で、受付用紙に名前などを記入してください。

服装など　動きやすい服装（Tシャツ、スパッツ、ジャージなど）、運動靴、タオル、飲料水など

参加費　無料

健康づくりセミナー

市の国民健康保険に加入されているみなさんに、積極的に健康の維持・増進を図っていただく機会として、市内の温水プールなどを利用して行う健康づくりセミナーを開催します。

なお、後期高齢者（長寿）医療制度対象者のかたの申し込みも受け付けますが、募集人員を超えた場合は、国民健康保険加入者を優先します。

また、国民健康保険加入者が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公開抽選を行います。

申込期限　それぞれのコース開始日の10日前まで

応募資格　原則として、鳥羽市国民健康保険の被保険者で20歳以上のかた（国民健康保険から後期高齢者（長寿）医療に移行されたかたも可）

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

コース	アクアトレーニングコース	アクアビクスコース	トータルヘルスコース
会　場	ロードイン鳥羽	エクシブ鳥羽	タラサ志摩
開催日	①10月1日㈬～12月4日㈭の9日間 ②1月7日㈬～3月12日㈭の9日間	11月4日㈫～3月24日㈫までの火曜日で20日間	10月1日㈬～3月31日㈫までの希望日1日 ※1.施設の予約状況によりお受けできない場合もあります。 2.休前日は除く（土曜・日曜・祝日の前日）
時　間	①水曜日　14:00～15:00 ②木曜日　11:00～12:00 ③木曜日　19:00～20:00	①10:30～11:15 ②13:30～14:15 ③20:00～20:45	10:30～12:30
内　容	有酸素運動で体のリフレッシュを図り、生活習慣病の予防や体力アップを目指す。	水中ウォーキングを中心にして、気軽にできる水中運動を実践し、健康の維持増進を図る。	海の資源を有効利用したタラソテラピーや水中運動を組み合わせて、健康の維持増進を図る。
参加費	5,000円	5,000円	4,000円
募集人員	45人（各セミナー15人まで）	45人（各セミナー15人まで）	1日　10人程度

広告

《株券電子化》迫る!!!

タンス株券のご相談は岡三証券伊勢支店へどうぞ！

お問い合わせ・ご相談は、お気軽にお申し付けください。

岡三証券株式会社伊勢支店　電話　0596-28-1171

商　　号：岡三証券株式会社　金融商品取引業者　関東財務局長（金商）第53号

加入業者：日本証券業協会/社団法人　投資信託協会/社団法人　日本証券投資顧問協会

9/16 information

あそびの広場「だっこ」の開所日変更

子育て支援センター ㉕７２２１

あそびの広場「だっこ」の開所日を、次のとおり変更させていただきます。

※９月23日(火)→９月22日(月)

利用時間は、通常どおりですので遊びに来てください。

後期高齢者(長寿)医療保険料の納付場所について

市民課保険年金係 ㉕１１４８

後期高齢者（長寿）医療の保険料を現金で納付する場合、三重・愛知・岐阜・静岡の各県内のゆうちょ銀行(郵便局)でも納付することができますので、ご利用ください。

無料成年後見相談会

三重県司法書士会 ０５９-２２４-５１７１

三重県司法書士会では、次のとおり無料成年後見相談会を開催しますので、ご利用ください。

とき ９月27日(土)午前10時～午後４時（予約不要）

ところ 三重県司法書士会館３階（津市丸之内養正町17番17号）

相談内容 老後の心配事や財産管理・生活支援などに関しての成年後見制度の利用について、クレジット・サラ金問題

当日は、電話相談(☎０５９-２２２-８１９０)も受け付けています。

司法書士無料相談会

三重県司法書士会伊勢支部 支部長 上田郁雄 ０５９６㉘２８３５

三重県司法書士会伊勢支部では、次のとおり無料相談所を開設しますのでご利用ください。

とき ９月27日(土)午前10時～午後３時（予約不要）

ところ 伊勢市生涯学習センターいせトピア１階・会議室１（伊勢市黒瀬町562-12）

相談内容 相続・贈与・売買などの不動産登記全般、会社の設立・増資・役員の変更などの商業登記全般、自己破産・調停・個人再生手続、法律扶助の方法、訴え・そのほか裁判所提出書類作成など市民のみなさんが抱えている身近な問題

障がい者就職面接会開催

伊勢公共職業安定所 ０５９６㉗８６０９

伊勢公共職業安定所では、お仕事をお探しの障がい者を対象とした就職面接会を開催します。

当日は、多数の企業と面接していただくことができます。

とき ９月26日(金) 午後１時30分～３時30分

ところ 伊勢市生涯学習センターいせトピア（伊勢市黒瀬町562-12）

くわしくは、伊勢公共職業安定所へ問い合わせてください。

第１回三重県グループホーム大会

三重県グループホーム連絡協議会 三吉 ☎０５９-２２７-７７３７

三重県グループホーム連絡協議会では、グループホームで働く人たちの実践発表と認知症介護の第一人者による講演などを通して、みなさんに認知症について知っていただくため、「第１回三重県グループホーム大会」を開催します。

とき 10月５日(日) 午前９時40分～午後５時

ところ 男女共同参画センター・多目的ホール（津市一身田上津部田1234県総合文化センター内）

内容 ５グループホームによる実践発表、和田行男さん（「大逆転の痴呆ケア」著者）、惣万佳代子さん（富山方式「このゆびとーまれ」代表）による講演や、小林加代さん（介護相談員）、ご家族、グループホーム代表を混じえたパネルディスカッション

会費 １、０００円

募集人員 ４２５人

広 告

小冊子「プロはこうやって生命保険に入る」を無料でお送りします

「あんたはどうしたんさ？」この一言で…。大事なのは「どの」ではなく「どうやって」保険に入るかでした。「こうやって」を伝え始めると相談依頼が増加、遠く仙台から依頼があったほど。そこで、今回は特別に市内限定で私の仕事の要であるプロの保険加入法を無料公開します。プロが何を考え、どの様に保険に入ったかわかるので、あなたも保険の見方が変わるでしょう。まずは送付先・氏名を下記まで。／／**資料送付後に電話や訪問は一切しませんのでご安心を**／／

TEL０５９６－４２－１４００（平日１０時～１９時） Ｅメール aprivo@amigo2.ne.jp（携帯可）

独立系ファイナンシャルプランナー平石誠（鳥羽市出身）スイス最大手の金融機関で生命保険の設計をしていた保険のプロ

9/16 information

募集

伊勢志摩キャンペーンプレイベント「クリーンキャンペーン」

農水商工観光課観光戦略室 ☎㉕1157

10月1日から始まる伊勢志摩キャンペーンを前に、お客様を気持ちよくお迎えするため、伊勢・鳥羽・志摩各地区で、地元の有志が集まりクリーンキャンペーンを実施します。

鳥羽地区は、パールロード周辺の掃除を行います。ぜひ参加してください。

とき　9月27日(土)午前10時～正午
集合時間　午前9時50分
集合場所　鳥羽展望台

パパママ教室に参加しませんか

保健センター（健康福祉課健康係） ☎㉕1146

新しい生命の芽生え、おめでとうございます。

市では、妊娠・出産を応援するため、パパママ教室を行っています。ママだけの参加やお子さんを連れての参加もできます。

同じ時期にパパ、ママになるかた同士の交流や仲間作りをしませんか。参加をお待ちしています。

対象　妊娠中のかたおよびその家族
ところ　保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

とき	内容
1回目 10月4日(土) 13:30～	マタニティライフを楽しく過ごすコツ 「妊娠中の過ごし方や母乳について」 妊婦疑似体験、ベビー用品紹介
2回目 10月29日(水) 10:00～	妊娠中の栄養 「妊婦さんの食事のポイント」 （調理実習と試食）
3回目 11月12日(水) 13:30～	歯のお話 「妊娠中・出産後の歯の話」 赤ちゃんが生まれたら使う制度の紹介

※教室の参加はどこからでも結構です。都合のいい日程で参加してください。

持ち物　母子健康手帳
募集人員　10人（先着順）
申込期限　10月3日(金)

有償ボランティア活動をしてみませんか

リサイクルパーク 環境課資源リサイクル係 ☎㉕9200 ☎㉕1147

リサイクルパークでは、有償ボランティア活動をしていただけるかたを募集しています。

募集人数　若干名
勤務日　火曜日～日曜日（月曜日は定休日）
勤務時間　午前9時～午後4時
業務内容　リサイクルパーク内での利用者への案内など
募集期限　9月30日(火)
申込・問合せ先　リサイクルパークか環境課資源リサイクル係へ。

市民大運動会に参加を

教育委員会生涯学習課 ☎㉕1268

市では、本年も市民大運動会を開催します。

競争的なものや、こどもから老人まで誰でも参加できるレクリエーション種目をそろえ、みなさんの参加をお待ちしています。

また、町内会対抗リレー、綱引き、むかで競争の参加チームを募集していますので、みなさんのご協力をお願いします。

とき　10月11日(土)午前8時30分～(午後3時終了予定)
ところ　中央公園野球場（雨天の場合は市民体育館）

※プログラムは、広報とば10月1日号と併せて配布します。

【人間ディスクドッグ参加者募集】

今年は、新種目としてディスクドッグジャパンカップでも行われた「人間ディスクドッグ」を実施します。

ルールは簡単で、4人が1チームとなり、1人がディスクを投げ、残りの3人が走ってディスクをキャッチし、キャッチした回数と距離などで点数を競います。

お子さんや初心者のかたでも楽しんでいただける競技です。ぜひ参加してください。

申込先　教育委員会生涯学習課へ。

競技・種目についてなど、くわしくは、教育委員会生涯学習課へ問い合わせてください。

幼児の栄養とおやつ作り教室に参加しませんか

保健センター（健康福祉課健康係） ☎㉕1146

幼児の栄養について学び、親子で一緒におやつを作る教室を開催します。お子さんと一緒に気軽に参加してください。

とき　9月29日(月)　午前10時～11時30分
ところ　保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール
対象　1歳4か月から3歳6か月までの幼児とその保護者
持ち物　エプロン・三角巾
募集人員　10組（先着順）
申込期限　9月25日(木)

9/16 information

「離乳食の進め方」講座

子育て支援センター
☎㉕７２２１

子育て支援センターでは、離乳食後期（カミカミ）から幼児食への移行の進め方、食事のしつけについての講座を開催します。

「好き嫌いが多い」、「食事中、立ち歩いて困る」などでお悩みの保護者のかたは、ぜひ参加してください。

とき ９月25日㈭午前10時～11時
ところ 子育て支援センター・あそびの広場「だっこ」（あおぞら保育所２階）
対象 ９か月から１歳６か月までの乳幼児をもつ保護者のかた（託児を希望されるかたは、応募のときに申し込んでください）
講師 管理栄養士
募集人員 10人（先着順）
申込期限 ９月22日㈪
申込・問合せ先 子育て支援センターへ。

乳幼児の救急法講習会

保健センター（健康福祉課健康係）
☎㉕１１４６

乳幼児は、思わぬ事故に遭遇しやすく、とっさの判断や処置が必要となることがあります。かけがえのない命を守るため、乳幼児の救急法をぜひ学んでみませんか。

とき 10月７日㈫
受付時間 午前９時30分～９時50分
講義・実習 午前10時～11時30分
ところ 保健福祉センターひだまり２階・ひだまりホール
対象 乳幼児の保護者、乳幼児の救急法に興味のあるかた（託児所を開設します）
内容 乳幼児の救急法（家庭内事故とその予防、心肺蘇生法、気道内異物の除去など）
講師 日本赤十字社三重県支部　指導員
募集人員 15人（先着順）
申込方法 10月３日㈮までに電話で申し込んでください。

第８回ひだまりフェスタ

社会福祉協議会
☎㉕１１８８

市と社会福祉協議会では、市民のみなさんが健やかで快適な生活が送れるように、これからの福祉の在り方や健康維持・健康づくりについて、みんなで考えることを目的として「ひだまりフェスタ」を開催します。

とき 10月19日㈰午前９時30分～
ところ 保健福祉センターひだまり
内容 福祉いきいきまつり、健康まつり、障害者互助会行事など

●福祉バザー用品提供にご協力を

「ひだまりフェスタ」当日に各種福祉事業の財源として利用させていただくことを目的に「福祉バザー」を行う予定です。

各家庭でまだ使えるのに不用品として眠っている物など、提供していただける物がありましたら、社会福祉協議会へお届けください。都合により持ち込みが困難な場合は、引き取りに伺いますので、連絡してください。

募集期日 10月10日㈮
※衣類などは、未使用品に限ります。また、大型電化製品など、持ち運びが困難な物は除きます。

●運営ボランティアに参加しませんか

「ひだまりフェスタ」当日に、会場案内や福祉バザーのお手伝い、ごみの分別、イベント進行スタッフなどボランティアとして参加していただけるかたは、社会福祉協議会へ連絡してください。

募集期日 10月10日㈮

シルバー人材センター技能講習

市シルバー人材センター
☎㉕７３４１

市シルバー人材センターでは、厚生労働省委託事業として、シルバー世代を対象にした就業に役立つ技能講習を次のとおり開催します。

会費は無料です。ぜひ受講してください。

対象 現在就業していない60歳以上のかたで、全日程受講できるかた

【農業支援】
とき 11月17日㈪～21日㈮
ところ 鳥羽商工会議所ほか
講習内容 農業について、刈払機の取り扱い、鳥獣による被害対策など、農業の実技
募集人員 20人
申込期間 ９月17日㈬～11月10日㈪

【パソコン活用会計事務】
とき 平成21年１月22日㈭～30日㈮
ところ 鳥羽商工会議所
講習内容 パソコン中級者を対象に、インターネット、文書作成（ワード）、表計算（エクセル）、簿記の基礎知識や会計ソフトの基本操作を習得
募集人員 25人
申込期間 11月21日㈮～１月８日㈭

申込方法などくわしくは、市シルバー人材センターへ問い合わせてください。

9/16 information

玉置　ラン（メス　2歳）

絵本の読み聞かせ教室に参加しませんか

保健センター（健康福祉課健康係）☎㉕1146

市では、絵本の読み聞かせ教室を行います。

絵本は、赤ちゃんが保護者と言葉を交わしながら楽しい時間を過ごすことで、心健やかに成長することを応援してくれます。お子さんと一緒に気軽に参加してください。

とき　10月6日(月)　午前10時～11時30分

ところ　保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

対象　1歳3か月までの乳幼児とその保護者

募集人員　15組（先着順）

申込期限　10月3日(金)

健康づくり教室

武道館☎㉖4025

武道館では、市民のみなさんの健康維持に役立てていただけるよう「太極拳教室」を開催します。

とき　日程表のとおり

ところ　武道館

講師　堀川淳代先生

太極拳教室日程表

開催日		時間
10月	7日・14日 21日・28日	10：00 ～ 11：30
11月	4日・11日 18日・25日	
12月	2日・9日	

いずれの日も火曜日です。

参加費　2,000円（別途スポーツ傷害保険料1,500円、60歳以上は800円が必要です）

参加資格　鳥羽市民で、太極拳で健康づくりを希望するかた

服装など　運動のできる服装で、屋内専用シューズ、タオル、飲料水など

申込方法　武道館へ申し込んでください。（電話での申し込みも可）

伊勢市美術展覧会作品

伊勢市教育委員会文化振興課☎0596㉒7885

伊勢市観光文化会館で開催される「伊勢市美術展覧会」の展示作品を次のとおり募集します。

とき　10月28日(火)～11月3日(月)午前9時～午後7時（最終日のみ午後3時30分）

応募資格　鳥羽市に在住しているか、または、伊勢市に通勤・通学しているかたか伊勢市内の文化団体に加入しているかた

募集作品　絵画・デザイン、写真、書、立体造形、美術工芸（各部門一人1点までで、自作・未発表のものに限ります）

※作品規格は、募集要項または、伊勢市のホームページ（URL http://www.city.ise.mie.jp/）などをご覧ください。

作品の搬入（受付）　10月19日(日)～20日(月)午前9時～午後5時

出品申込書と、1点につき1,000円の出品料を添えて、伊勢市観光文化会館へお持ちください。

なお、出品申込書は、作品受付会場、または鳥羽市教育委員会でも配布しています。

くわしくは、伊勢市教育委員会文化振興課へ問い合わせてください。

およろこび

お誕生日おめでとう

（8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
濱口　優斗（ゆうと）	雅紀	8・2	安楽島
西川　蒼空（そら）	優	8・20	安楽島
植村歩乃果（ほのか）	進二	7・27	大明東
尾崎　莉央（りお）	幹明	8・25	船　津
城山　漣（れん）	勝利	8・12	石　鏡
森　叶丞（きょうすけ）	友彦	7・22	相　差
濱口　夏美（なつみ）	寛	7・23	答　志
橋本　颯（はやて）	剛	8・5	答　志

おくやみ

ご冥福をお祈りします

（8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
植谷　清	(80)	8・29	屋　内
寺澤　しな	(82)	8・12	坂　手
岡本　勇	(71)	8・6	大明西
田中　貞子	(82)	8・16	大明西
天野　清友	(46)	8・23	幸　丘
上村こまつ	(100)	8・4	岩　倉
玉置　下枝	(94)	8・4	岩　倉
中村　一六	(80)	8・11	岩　倉
丸井やすゑ	(92)	8・17	岩　倉
西口をしよ	(84)	8・27	岩　倉
里中　忠和	(67)	8・12	石　鏡
大田小たつ	(83)	8・27	相　差
清水　英和	(76)	8・11	桃　取
三浦　七雄	(77)	8・22	桃　取
井村　和義	(77)	7・31	答　志
山下ふじの	(73)	8・26	答　志
寺田　才志	(80)	8・28	神　島

市の人口

9月1日現在（　）内は8月比

人口	22,902人	（－25人）
男	10,853人	（－4人）
女	12,049人	（－21人）
世帯数	8,437世帯	（0世帯）