

『ピックアップ』はたくさんの情報の中から特にお伝えしたい大切なものを取り上げてお知らせするコーナーです。

後期高齢者医療制度の大切なお知らせ

☎ 三重県後期高齢者医療広域連合 事業課 ☎ 059-221-6883

☎ 保険年金課 ☎ 86-7811

被保険者証が変わります

10月1日から、窓口負担割合の見直しを実施されるため、被保険者証を次のとおり2回に分けて簡易書留で送付します。

- 1回目 7月中旬に交付。有効期限が令和4年9月30日の被保険者証(紫色)
- 2回目 9月中旬に交付。有効期限が令和5年7月31日の被保険者証(若草色)

なお、現在の被保険者証(ピンク色)は、8月1日以降は使用できません。

有効期限の切れた被保険者証は保険年金課へ返却してください。返却が困難な人で、自身で処分する場合は、住所、氏名が見えないよう裁断するなど、十分注意してください。

《限度額適用認定証について》

入院や高額な外来診療を受けるときは、「限度額適用認定証」(住民税非課税世帯の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」)を医療機関などの窓口に掲示することで、医療費の支払いが自己負担限度額までとなります。また、住民税非課税世帯の人は、入院時の食事代も減額されます。

【申請に必要なもの】 被保険者証、マイナンバーカードまたは個人番号通知カード、本人確認書類

【申請先】 保険年金課

《昨年度に限度額適用認定証の交付を受けていた人》

今年度も同一の認定証の交付対象者に該当する人に、8月1日から使用できる「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」を7月下旬に郵送します。

8月に入っても認定証が届かない人は、負担区分の変更などにより交付対象者に該当しない場合があります。不明な点がありましたら、保険年金課へ問い合わせてください。

7月中旬に保険料額、納付方法を通知します

●保険料の計算方法

後期高齢者医療制度では、被保険者一人一人の保険料を計算します。

保険料は被保険者全員が定額を負担する「均等割額」と、その人の所得に応じて負担する「所得割額」の合計額です。

※今年度の保険料の計算方法は下記のとおりです。



均等割額	+	所得割額 (基礎控除後の総所得金額) × 8.99%	=	年間保険料額 限度額 66 万円
44,589 円				

●保険料の納付

保険料の納付方法は、原則として年金からの天引き(特別徴収)となります。ただし、右記の場合は、納付書や口座振替などで納付することになります。

※年金から天引きとなる人は、保険料額決定の通知と一緒に、10月以降の年金支給月ごとの天引き額を通知します。

後期高齢者医療保険料の納付には
口座振替が便利です。

《所得の低い世帯に属する人に対する軽減》

下記の基準により均等割額が軽減されます。

同一世帯の被保険者および世帯主の総所得金額などの合算額	軽減割合	軽減後の額
43万円+10万円×(年金・給与所得者数-1)以下	7割	13,376円
43万円+28.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)以下	5割	22,294円
43万円+52万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)以下	2割	35,671円
上記以外	なし	44,589円

《後期高齢者医療制度に加入する前日に被用者保険*の被扶養者であった人に対する軽減》

所得割は課されません。均等割は資格取得から2年間のみ5割軽減されます。ただし、所得が低い世帯に属する人は、軽減割合が高い方(7割軽減)が優先されます。

- 年金の受給額が年額18万円未満の人
- 介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた1回あたりの天引き額が、年金1回あたりの支給額の2分の1を超える場合
- 新たに被保険者(75歳)となったときや他の市町へ住所を異動して一定の期間

*被用者保険とは、協会けんぽ、企業の健康保険組合による健康保険、船員保険、公務員の共済組合などのことをいい、市町国民健康保険および国民健康保険組合は含まれません。

国民健康保険 令和4年度保険税率決定

☎ 保険年金課 ☎ 86-7811

国民健康保険税は国民健康保険に加入した月(前の健康保険を抜けた月など実際に異動の生じた月)から計算します。世帯の国民健康保険加入者一人一人について算出した合計が、その世帯の年間額となり、納入義務者となる世帯主へ通知します。世帯主は、国民健康保険に加入していな

くても納入義務者となります。

地方税法などの改正に伴い、令和4年度から未就学児(6歳の誕生日後の最初の3月31日までの被保険者)については、子育て世帯の経済的負担を軽減するため、均等割保険税を2分の1減額します。

年間保険税	医療分保険税	後期高齢者支援分保険税	介護分保険税
所得割保険税 (所得に応じて負担)	令和3年中の総所得金額等から基礎控除額*を差し引いた金額×7.00%	令和3年中の総所得金額等から基礎控除額*を差し引いた金額×2.82%	介護2号被保険者の令和3年中の総所得金額等から基礎控除額*を差し引いた金額×2.15%
均等割保険税 (人数に応じて負担)	=	+	+
平等割保険税 (世帯ごとに負担)	被保険者数×23,700円	被保険者数×9,300円	被保険者数×8,300円
最高限度額(年額)	1世帯あたり12,300円	1世帯あたり4,800円	1世帯あたり3,300円
	65万円	20万円	17万円

※世帯の所得割保険税は、被保険者それぞれの所得割保険税の合算となります。

※総所得金額等から差し引く基礎控除額は、合計所得金額が2,400万円以下の場合43万円、2,450万円以下の場合29万円、2,500万円以下の場合15万円となります。

マイナポイント第2弾



6月30日(木)から、マイナポイント第2弾のポイント付与の申請手続きが始まりました。マイナンバーカードを持っていて、申請期間内にポイントの付与申請をした人全員が、合計15,000円分のポイントを受け取れます。



- 対象者
- ・マイナンバーカードを健康保険証とする利用申し込みをした人
 - ・公金受取口座の登録をした人
- ※これから登録する人も対象です。

- 申請期限 令和5年2月28日(火)
- 申請場所 市役所やマイナポイント手続きスポット
※上記手続きスポットのQRコードで検索可
※スマートフォンからも申請可

問 マイナンバー総合フリーダイヤル 問 市民課
T 0120-95-0178 T 86-7810

令和4年度 障がい者(児)のための手当

障がい者および障がい児を養育している人へ手当が支給されます。いずれも受給には障がいの程度や所得制限などの要件があります。詳しくは各問い合わせ先まで。

①特別障害者手当

手当月額 27,300円

- 対象 身体や精神などに著しく重度の障がいがあるため常時特別な介護が必要な在宅の20歳以上の人
- ※施設に入所している人、医療機関に3カ月以上入院している人などは対象となりません。

②障害児福祉手当

手当月額 14,850円

- 対象 身体や精神などに重度の障がいがあるため、常時特別な介護が必要な20歳未満の子ども
- ※障がいを理由とする年金を受けている、施設に入所している子どもなどは対象となりません。

③特別児童扶養手当

手当月額 1級 52,400円、2級 34,900円

- 対象 身体や精神などに障がいがある20歳未満の子どもを養育している父母または親がわりの養育者
- ※障がいを理由とする年金を受けている、施設に入所している子どもなどは対象となりません。

問 社会福祉課 T 86-7816 F 86-7865

④障害基礎年金・障害厚生年金

障がい者となったとき、障がいの程度により、国民年金加入者は「障害基礎年金」を、厚生年金加入者は「障害厚生年金」を受けることができます。

障害基礎年金給付額

(1級 972,250円、2級 777,800円)+子の加算

※20歳に達する前に障がい者となった人は、20歳に達した時点で年金を請求できます。

※受給には納付要件や障がい状態などの要件があります。

問 四日市年金事務所 T 059-353-5515
問 保険年金課 T 86-7811 F 86-7863

⑤障がい者医療費助成

身体や精神などに障がいのある人が、病院などで支払った医療費の自己負担金を助成する制度です。

- 対象
- ・4級以上の身体障害者手帳を持っている人
 - ・判定機関で知的障がい者と判定された人のうち、知能指数50以下の人
 - ・A1(最重度)、A2(重度)、B1(中度)の療育手帳を持っている人
 - ・1級の精神障害者保健福祉手帳を持っている人(ただし、通院のみの助成)
 - ・2級の精神障害者保健福祉手帳を持っている人(ただし、通院のみ2分の1を助成)

※本人および扶養義務者の所得制限があります。

問 保険年金課 T 86-7811 F 86-7863

北勢線夏休み親子ツアーズ

●日 時 8月10日(水) 9:40~11:45頃

●内 容

- ・東員駅で改札機指令室の見学
 - ・乗車券購入体験(入場券 大人190円、小児100円)
- ※入場券購入費は参加費に含まれませんので、各自で購入してください。

- ・北大社車両区で洗車車両の体験乗車と車両区の見学

●集合場所 三岐鉄道北勢線東員駅
(改札を出て左側。北勢線を利用してください)

●解散場所 三岐鉄道北勢線東員駅

●対象者 小学生とその保護者(1組3人まで)

●定 員 親子20組

●参加費 小学生1人当たり 1,000円
(保険料・安全対策費用を含む)

ご応募、お待ちしております!!



●申込方法 はがきの裏面に記入事項の①~④を記入して、申込先へ。

【記入事項】①保護者名 ②児童の氏名・フリガナ・学年
③電話番号(当日連絡がつくもの) ④住所

※応募は1組につきはがき1枚まで。
※当選者の発表は、7月下旬の当選文書の発送をもって代えます。

●申込期限 7月25日(月) 17:00 必着

●そ の 他

- ①解散後の昼食と食事場所は準備していません。
- ②新型コロナウイルス感染症対策のためマスクの着用、受け付け時の消毒、検温をお願いします。
- ③動きやすい服装で参加してください。
- ④新型コロナウイルス感染症拡大の状況など、事情により中止する場合があります。

問 申込先 桑名市役所 政策創造課 MaaS推進室内 北勢線対策室 (〒511-8601 桑名市中央町2-37)

T 0594-24-1247

令和4年度

子育て世帯生活支援特別給付金

＜対象者＞ 18歳の誕生日後の最初の3月31日までの児童(障がい児については20歳未満)の養育者

ひとり親世帯	その他世帯
1. 4月分の児童扶養手当受給者(6月27日支給済み) 2. 公的年金を受給しているため、4月分の児童扶養手当を受給できなかった人(要申請) 3. 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当受給者と同じ水準へ下がった人(要申請) ※児童扶養手当受給水準の例…児童1人の場合、収入年間換算365万円未満	1. 令和4年度の住民税が非課税で①、②、③のいずれかに該当する人 ① 4月分の児童手当または特別児童扶養手当受給者(申請不要、7月支給予定) ② 5月以降の児童手当または特別児童扶養手当新規受給者(申請不要、随時支給) ③ 上記以外の児童の養育者(公務員を含む)(要申請) 2. ①、②、③のいずれかに該当し、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、主たる生計維持者の収入が住民税非課税水準へ下がった人(要申請) ※住民税非課税水準の例…夫婦と児童2人の4人家族の場合、収入年間換算209.7万円未満

＜給付金額＞

児童1人につき5万円

※ひとり親世帯分とその他世帯分の重複受給はできません。

＜申請期限＞

令和5年2月28日(火)

※詳細については、市ホームページで確認または児童福祉課へ問い合わせてください。

問 児童福祉課 T 86-7821



くらしの情報

催し

藤原岳自然科学館
屋根のない学校
8月の教室

＜藤原岳自然科学館＞

【標本の名前を聞く会】

自由研究でつくった標本の名前や研究内容について指導します。

- 日時 8月20日(土)
9:00～12:00
- 集合場所 藤原文化センター 大研修室
- 対象者 どなたでも参加できます。(小学生以下は保護者の同伴が必要)
- その他

・詳細は参加者に連絡します。
・当日参加が可能。時間内に会場に来てください。

- 申込方法 往復はがきまたはFAXで「教室名」「参加者全員の名前」「学校名・学年」「住所」「電話番号」「メールアドレス」を記入して申込先へ。
※直接窓口でも受け付けます。

＜屋根のない学校＞

【びっくり生きものアラカルト】

笹竹で工作をしてみよう。

- 日時 8月6日(土)
9:00～11:00

【自然いっぱい遊びにCLG】

竹の器と箸作り Challenge。

- 日時 8月6日(土)
13:30～15:30

【人びとのいのちとくらしを守る植物】

暑い夏を頑張る生きる植物について学ぼう。

- 日時 8月13日(土)
13:30～15:30

＜共通事項＞

- 場所 屋根のない学校(藤原町坂本2065「簡易パーキングふじわら」の隣)
- 対象者 小学生(保護者の同伴が必要)
- 申込方法 はがきまたはFAXで「教室名」「参加者全員の名前」「学校

名・学年」「住所」「電話番号」「メールアドレス」を記入して申込先へ。

問 申込先 自然学習室

(〒511-0511 藤原町市場493-1 藤原文化センター内)

T 46-8488 F 46-4312

「まちかど博物館がやってきた！」

まちかど博物館で展示・公開しているコレクションが大集結します。

- 期間 7月26日(火)～8月15日(月)
- 時間 9:00～16:00
- 場所 シビックコア1階

問 商工観光課 T 86-7833

認知症のひとと家族の「おれん家」カフェ

フラダンスのゆったりとした優しい動きと、ハワイアンソングで癒しのひと時を体感しましょう。

- 日時 7月17日(日)
10:00～12:00
(受け付け9:30～)
- 場所 えんむすび(藤原町本郷836)
- 参加費 300円(カフェ代、傷害保険代)

●申込期限 7月12日(火)

問 申込先 NPO 法人快生教学会

T 37-7062

名フィルのオーケストラ 傑作選 in いなべ vol.12

「いなべ市親善大使」川瀬賢太郎さんプロデュースのコンサート。

- 日時 9月23日(祝・金)
15:00(開場14:15)
- 場所 北勢市民会館 さくらホール
- 販売開始 7月11日(月)～



- 入場料(税込・全席指定)
一般S席:3,000円(当日3,500円)
A席:2,500円(当日3,000円)
B席:2,000円(当日2,500円)
中学生以下:各席1,000円引き
※未就学児の入場はご遠慮ください。

＜チケット取り扱い＞

- 芸術文化協会(北勢市民会館内)
平日9:00～17:00
- ローソンチケット
ローソン、ミニストップ
(Lコード:41871)
- チケットぴあ
セブンイレブン
(Pコード:221-021)

問 (一社) いなべ市芸術文化協会
T 82-1551

募集 親子で認知症キッズサポーター養成講座(無料)

認知症の基礎知識や対応の仕方などについて、ゲーム感覚で楽しく学ぶ講座を開催します。(先着15組)

- 日時 8月6日(土)
10:00～11:30
- 場所 シビックコア2階 研修室2
- 対象者 市内に在住の小学生(4年生以上)と保護者

●申込期限 8月3日(水)

●申込方法 QRコードから

問 申込先 長寿福祉課

T 86-7819

いなべ市・東員町 合同栄養教室

いなべ市と東員町に在住の人を対象に栄養教室を開催します。この教室は食生活改善推進員を養成するためのものであり、修了した人は『いなべ市食生活改善推進協議会』会員として活動することができます。

- 開催回数 8～12月に月1～2回。年7回
- 開催場所 いなべ市役所または

- 参加費用 年間5,000円
- 申込期限 7月29日(金)
- 申込方法 電話またはQRコード

＜食生活改善推進協議会とは＞

食生活を改善することを目的としています。「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに掲げ、料理教室など食を通じた健康づくりのボランティア活動を行っています。いなべ市では一般の人向けの市民栄養教室、男性料理教室を行っています。参加を希望する人は健康推進課まで連絡してください。詳しいスケジュールは市ホームページで確認してください。



問 申込先 健康推進課 T 86-7824

いなべ市民祭 展示発表会

- 日程と展示内容
【10月8日(土)～10日(祝・月)】
絵画・書道・文芸・写真・個人展
【10月15日(土)～17日(月)】
陶芸・伝統工芸・手工芸・個人展
- 時間 9:30～16:30
- 場所 北勢市民会館
- 個人展作品を募集します
- 出展費用 1人5作品まで500円(6点目からは1点につき500円)
- 申込条件 作品サイズに制限があります。詳しくは問い合わせ先へ。

- ※申し込み時に作品の種類、題名、大きさを記入してください。
- 申込期限 8月10日(水)
- 申込方法 申込先窓口で手続き。
- ※出展作品の販売はしません。
- 問 申込先 (一社) いなべ市芸術文化協会 T 82-1551

桑名市 消防職員採用試験

- 【令和5年4月1日採用予定】
- 申込期間 8月1日(月)～14日(日)
- 申込方法 桑名市ホームページまたは桑名市LINE公式アカウントから申し込み。
- ※詳細は桑名市ホームページで確認。
- 試験日時・会場
1次:9月18日(日)9:00～
桑名市消防本部
- 問 桑名市消防本部 総務課 T 24-5273



あやこではなそう

みずのはなし

No.8

問 水道総務課 T 72-2752

水道水とH₂O

水=H₂O。理科の授業で水は水素と酸素が結びついてできていると教わります。その水が蛇口をひねると、いくらでも出ます。

では、出てくる水は純粋なH₂Oでしょうか。答えはノーです。水道水だけでなく、お店で売っているペットボトルの水にはカルシウムやマグネシウムなどのミネラルのほか、自然界にあるいろいろな物質が溶け込んでいます。ポットやかんで湯を沸かすと、白い結晶が残ります。これを消毒薬品とかん違いしている人もいますが、実はミネラル成分が蒸発せずに残ったものなのです。

ペットボトルのラベルをよく見ると「硬度」と表示され、この違いが微妙に味を左右するようです。人によって好みが違うため、日本国内だけでなく海外のものまで、たくさんの種類の水が売られています。ペットボトルの水を買って飲むときは、ラベルに書かれた硬度を見て味の違いが分かるかどうか、飲み比べてみてください。「水道水は飲まない」と言う人がいますが、空いたペットボトルに水道水を入れて同じように冷やして飲んでみてください。けっこうおいしいと思いますよ。

※水道水は、法律で定められた消毒を行うため、薬のにおいを感じることがあります。

これからの季節は、
早めの水分補給を心がけよう！

就学義務猶予免除者などの 中学校卒業程度認定試験

- 日時 10月20日(木)
10:00～15:40
- 場所 三重県吉田山会館 第204
会議室(津市栄町1-891)
- 対象者 病気などのやむを得ない
理由で、義務教育諸学校への就学を
猶予または免除された人など
- 試験科目 国語・社会・数学・理科
英語
- 申込期限 9月2日(金)消印有効
- 問 三重県教育委員会事務局 高校教
育課 キャリア教育班
T 059-224-2913

第25回 いなべ市民ゴルフ大会

- 日程 8月29日(月)
- 場所 リオフジワラカントリーク
ラブ
- 参加資格 市内在住、市内勤務ま
たは市内通学の人、そ
の他関係者
- 定員 46組(1人でも参加可)
- 参加費
○一般 10,930円(税込)

- ジュニア 6,364円(税込)
※プレー費、昼食費、参加費を含む。
- 競技 9ホールストロークプレー
- ①スクラッチの部
一般(男子・女子)
ジュニア(小学生・中学生・高校生)
- ②ダブルペリアの部 一般
- 申込方法 申込書(1人2組まで可)
を持参。(申込書は体育協会事務局
で受け取り、または体育協会ホーム
ページでダウンロード)
- 申込期間 7月15日(金)10:00
～26日(火)17:00
- 問 申込先 いなべ市体育協会事務局
T 74-5028

相談

精神保健福祉相談 (無料、要予約)

- 心の病気にまつわるさまざまな不
安や悩みなどについて、精神科専門
医師による相談を行います。
- 日時 8月25日(木)
13:30～15:30
- 場所 保健センター2階 相談室6
- 申込方法 電話
- 問 申込先 桑名保健所 地域保健課
T 24-3620

手当 制度

介護保険 負担限度額 認定証の更新

現在使用している介護保険負担限
度額認定証は、7月31日で有効期
限が満了します。
7月31日までの介護保険負担限
度額認定証を持っていて、8月1日
以降も利用する場合は、更新の手続
きをしてください。

問 介護保険課 T 86-7820

介護保険負担割合証の 更新

介護サービスを利用したときの負
担割合は、所得に応じて1～3割
となります。

介護保険負担割合証の有効期間は
8月1日から翌年の7月31日まで
で、毎年更新されます。介護認定を
受けている人には、7月中旬に8月
以降の介護保険負担割合証を送付し
ますので、介護保険被保険者証とあ
わせてサービス利用時に介護サービ
ス事業所に提出または提示してくだ
さい。

問 介護保険課 T 86-7820

その他

期限内納付のお願い

- 《7月の納付》
- 固定資産税 第2期
- 上下水道料金 6・7月分
- 国民健康保険税 第1期
- 後期高齢者医療保険料 第1期
- 納期限(口座振替日) 8月1日(月)
- 【口座振替の人へ】
- 前日までに振替口座へ納付額を準
備してください。
- 残高不足などで口座振替日に振替
ができなかった場合は、**8月18日
(木)に口座《再》振替を行います。**
(後期高齢者医療保険料を除く)
- 【現金納付(納付書)の人へ】
- コンビニエンスストア、指定金融
機関、各担当課窓口などで納付で
きます。
- スマートフォン決済アプリを利用
した電子決済が可能です。納入済
通知書のバーコードを読み取って
支払処理をしてください。領収証
書は発行されませんので、納付状

況はスマートフォン決済アプリ
で確認してください。対応可能
なアプリはPayPay、LINE Pay、
PayBです。
※納付には便利な口座振替制度を利用
してください。申し込みは近く
の指定金融機関などで可能です。

問 納税課 T 86-7793

問 いなべ市水道お客様センター

T 72-3516

問 保険年金課 T 86-7811

盛土110番に ご協力ください

三重県では、災害の危険性がある
盛土に対応するため、危険な盛土の
情報を受け付けています。身近に危
険と思われる盛土がありましたら、
パソコン・スマートフォン



などでその情報を連絡して
ください。
問 三重県 県土整備部 防災砂防課
T 059-224-2705

Jアラート全国一斉訓練 防災ラジオ試験放送

【Jアラート全国一斉訓練】

●日時 8月10日(水) 11:00～
【8月の試験放送】

「受信レベル」のランプが点灯して
いるか確認してください。点滅状態
では自動起動による緊急のお知らせ
などを受け取ることができません。
常に電源アダプタをコンセントにつ
ないでいる状態にしてください。

●日時 8月11日(木) 10:00～
問 防災課 T 86-7746

コンビニ交付サービス 利用停止のお知らせ

下記の日程で、コンビニにおける
証明書の交付サービスを停止します。
また、戸籍の本籍地証明の利用申請
も停止します。

●停止日 7月20日(水)
※すべての証明書が交付できません。
問 市民課 T 86-7810

みんなで話そう認知症のこと

オレシジリング

第4回

問 長寿福祉課 T 86-7819

脱水は認知症の大敵？

脱水と認知症って関係あるの？



ことちゃん
いなべ市認知症応援キャラクター

脱水になると、体がだるい、頭がボーッとするなどの症状が現
れるよね。認知症の人は、そのような体調不良をうまく伝えら
れなくて、一時的にイライラしたり、つじつまの合わない言動
になることがあるの。軽度の脱水であれば適切な水分補給で改
善するけれど、認知症の人は、自分で対処することが難しいの
で周囲の支援が必要ね。水分摂取を拒否される場合は、無理強
いせずに、飲みたくなるような声かけや工夫をしてみてね。

お茶ゼリーも
おすすめです



認知症地域支援推進員
三浦浩実さん



BOOK NOW

オススメ情報満載 図書館通信

おすすめ本の紹介 「第68回青少年読書感想文全国コンクール」の課題図書を紹介します。

小学校低学年の部
「つくしちゃんとおねえ
ちゃん」 いたうみく作
丹地陽子絵 福音館書店



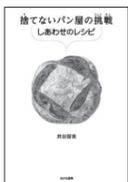
のんびりマイペースな妹・つくしと、
優等生でがんばり屋のおねえちゃん・
かえで。お互いを思う気持ちがあふれ
だす、姉妹の5つのお話。

小学校中学年の部
「みんなのためいき図鑑」
村上しいこ作 中田いく
み絵 童心社



授業参観にむけて「ためいき図鑑」をつ
くることになった、たのちんの班。た
のちんがある提案をしたが、班のほか
のメンバーともめてしまい……。

小学校高学年の部
「捨てないパン屋の挑戦
しあわせのレシピ」
井出留美著 あかね書房



大量のパンの廃棄に悩み、「一個も捨
てない」ために奮闘するパン職人の自
然への深い愛情と、食品ロスなき未来
への希望を描いたノンフィクション。

第68回 青少年読書感想文全国コンクール



員弁運動公園 海洋センタープールオープン!

●日程 7月21日(木)～8月31日(水)
●時間 午前・午後 完全入れ替え制
午前の部 10:00～12:30
午後の部 13:30～16:00

※詳細については市ホームページで確認してください。

※新型コロナウイルス感染症拡大の状況により、内容を変更する場合があります。

問 員弁運動公園体育館 T 74-3855

国民年金保険料免除・納付猶予申請のご案内

国民年金では経済的な理由で保険料の納付が困難な場合には、保険料が免除または納付を猶予される制度

があります。(所得制限あり)

●申請開始 7月1日(金)
※学生には学生の納付特例申請があります。

問 四日市年金事務所
T 059-353-5515

問 保険年金課 T 86-7811

マイナンバーカード 日曜窓口(完全予約制)

平日の受け取りが困難な人のために日曜窓口を開設しています。

●日時 7月24日(日)
9:00～12:00
(30分毎で予約受け付け)

●場所 市民課
●取り扱い業務

・マイナンバーカードの受け取り
・マイナンバーカード用写真の撮影

・申請手続きのサポート
・マイナンバーの予約、申し込み
・いなべ市プレミアムポイントの申請
●予約方法 7月22日(金)までに電話で予約

※マイナンバーカードを作りたい人で、市役所への交通手段がない場合は、相談してください。

問 市民課 T 86-7810

表記の訂正とお詫び

Link6月号4ページの記事に誤りがありましたので、訂正してお詫びします。

【誤】伊藤敏夫さん、敏子さん夫妻(北勢町其原)

【正】伊藤敏正さん、敏子さん夫妻(大安町石樽北)



PARENTING INFORMATION 健康推進課86-7824

子育てインフォメーション

【育児相談】

日・対象者 8月3日(水) 北勢町在住
8月10日(水) 藤原町在住
8月17日(水) 大安町在住
8月24日(水) 員弁町在住

受付時間 9:30～11:00
場所 保健センター(北勢町阿下喜31)
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

※どなたでも参加できます。身体計測のみでも可。仲間づくりの場としてもお気軽にお越しください。※オンライン相談もあります。

【離乳食教室】 各回1回のみ参加(定員10人)

前期:日 時 8月9日(火) 9:30～9:45(受け付け)
対象者 生後4～6カ月の乳児の保護者
後期:日 時 8月23日(火) 9:30～9:45(受け付け)
対象者 生後7～11カ月の乳児の保護者

場所 保健センター(北勢町阿下喜31)
持ち物 母子健康手帳、エプロン、おんぶひも
内容 講義および調理実習

※1週間前までにQRコードまたは電話で予約してください。

前期▶ 後期▶

【ぶれ mama セミナー(妊婦教室)】※QRコードまたは電話で予約してください。また託児が必要な人は相談してください。

日程 8月26日(金) 内容 妊娠期を楽しむために(スタイ作り・交流)
時間 13:00～15:00(受け付け12:50～) 場所 なかよしひろば(員弁町石仏1868-1)
持ち物 母子健康手帳 T 74-5829 予約▶

対象者には個別通知します。

日時(受付時間) 対象者
【1歳6か月児健康診査】8月4日(木)13:15～14:15 R2.12.27～R3.2.1生 および 前回欠席者
【3歳6か月児健康診査】8月25日(木)13:15～14:15 H31.1.1～1.22生 および 前回欠席者

場所 保健センター

緊急相談 みえ子ども医療ダイヤル 問 #8000 〈毎日〉19:30～翌朝8:00

緊急診療 桑名市応急診療所 問 21-9916 〈日祝〉9:30～12:00 / 13:00～16:00 〈土〉19:30～21:30

各種無料相談

相談	日時	場所	問い合わせ
行政相談	7月14日(木) 13:00～16:00	員弁老人福祉センター	国、県、市などの仕事について、行政相談委員が相談に応じます。問 総務課 T 86-7745 問 総務省三重行政監視行政相談センター T 059-227-6661
	7月21日(木) 13:00～16:00	藤原文化センター	
	8月4日(木) 13:00～16:00	大安公民館	
行政苦情110番	平日8:30～17:15		T 0570-090-110 ※土日祝、時間外は留守番電話で対応します。
人権相談	7月13日(水) 13:00～16:00	大安公民館	人権擁護委員が相談に応じます。問 人権福祉課 T 86-7815
	8月3日(水) 13:00～16:00	藤原文化センター	
LGBT相談	7月20日(水) 11:00～16:00 8月1日(月) 11:00～16:00 8月10日(水) 11:00～16:00	市役所1階相談室	こころの性とからだの性が一致せず悩んでいる人や家族に対して産婦人科医(第1月曜のみ)、専門相談員が相談に応じます。問 人権福祉課 T 86-7815
ふくし総合相談	平日8:40～17:15	市役所1階相談室	どこに相談してよいか悩んだら、まずはこちらへ連絡してください。問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818 問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
	平日9:00～17:00	いなべ暮らしの保健室	
認知症に関する相談	平日8:40～17:15	市役所1階相談室	問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818
高齢者とその家族の相談	平日8:40～17:15	市役所1階相談室	介護や在宅生活のさまざまな相談に応じます。問 いなべ市地域包括支援センター T 86-7818 問 医療相談室(地域包括支所) T 72-2000
	平日8:30～17:00	いなべ総合病院内	
生活にお困りの人へ	平日8:40～17:15	市役所1階相談室	生活や仕事に困っている人をサポートします。問 いなべ市暮らしサポートセンター 縁 T 86-7817
【要予約】若者就職支援相談	7月20日(水) 13:30～16:30	市役所2階相談室	無業状態にある人・ご家族・関係者をサポート。問 北勢地域若者サポートステーション T 059-359-7280(火～土9:30～18:00)
ひきこもり相談	平日9:00～16:00	アジサイ	家族からの相談にも応じます。 T 72-2618
		ひきこもり支援センター 瑠璃庵	気軽に相談してください。 T 37-0084
スマートフォン相談	7月15日(金) 11:00～15:00	阿下喜温泉	スマートフォンに関する相談や講座を開催します。問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
	7月22日(金) 10:00～12:00	ふじわら保健室	
	7月22日(金) 13:00～15:00	いなべ暮らしの保健室	

編集後記

た くさんの畜産に関わる人たちに触れ、命や食に真剣に向き合っているのがとても印象的でした。これまでの人生で、食べ残したことがないのだけが取り柄の自分。今回だけはドヤ顔させてもらいます。(日)

な んど撮影しても、結局はホタルの気持ち次第。ホタル撮影は運も必要? 広報担当が協力して、各々撮影に繰り出し、次の日成果を見せ合う…。そんなことを重ねてできた、ホタルのある風景。(清)

ば ったり家の近くでホタルに出会い、記事のための写真を撮りましたが、失敗したものがほとんどでした。後日、課内で写真を見せると、優しい先輩からたくさんの愛のムチをもらいました。(岡)

た んぽによく飛んでいたホタル。子どもの頃、蒸し暑い日が続くと「そろそろホタルが出る頃かな」と毎年家族で夕涼みに。虫取りタモを持って、家族並んで歩く田んぼ道。初夏の小さな楽しみでした。(小)

今月の表紙

愛情をこめて育てられた牛たち。我が子のような姿に、谷崎さんの表情がほころびます。