

PICK UP!

ピックアップのコーナー

『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。

所得税および復興特別所得税

市の確定申告会場は予約制

☎ 市民税課 ☎ 86-7794

2月16日(月)～3月16日(月)に市役所シビックコア棟2階で開設する確定申告会場(平日のみ)は、予約制です。インターネットと電話で、予約の受け付けをします。

【いなべ市会場で相談できない内容】

- ・贈与税申告
- ・配当所得・株式等譲渡所得を含む申告
- ・青色申告決算書の作成
- ・更正の請求／修正申告
- ・複数年度の申告

【住宅ローン控除の相談】

2月24日(火)～3月16日(月)に受け付けます。

【2月16日(月)～27日(金)分】

インターネット予約 予約フォーム▶



【受付期間】1月19日(月)9:00～
2月27日(金)

電話予約 【TEL】86-7840(予約専用電話)

【受付期間】1月23日(金)～2月27日(金)
平日9:30～15:20

※いずれの予約も先着順です。

予約時の注意点

- 窓口では予約受け付けを行いません。
- 作成済みの申告書を提出する場合は、予約不要です。
- 1人につき1枠で予約。代理で予約する場合、4人分まで予約することができます。
- 電話予約時に申告する人の氏名、住所、生年月日を教えてください(1月1日時点の住民登録地の確認をします)。
- 市・県民税申告についても相談が必要な場合は、予約してください。
- 申告が必要かどうかなど、税についての質問は、税務署電話相談(22-5121)へ問い合わせてください。
※電話相談ではない、税務署の申告相談は事前予約が必要です。予約方法は電話(22-5121)とLINEアプリがあります。
- 3月2日(月)～16日(月)分の予約については、2月下旬から受け付けを開始します。詳細は、次号でお知らせします。

e-Tax およびスマホ申告を推奨しています

これまで申告会場ではスマホ申告を推奨してきました。今年度から、より一層、パソコンおよびスマホを利用した自己申告を推奨していきます。申告会場では、職員がパソコンおよびスマホ申告のサポートを行います。

申告用紙は本庁舎のみに置いてあります

電子化にともない、昨年度から、さらに税務署から配布される申告用紙の数が減少していますので、申告用紙の設置場所は本庁舎のみにしています。配布できる用紙に限りがあります。

職員の定員・給与の公表

市民の皆さんに、市職員の定員や給与などの状況をお知らせして、適正な人事行政の運営に努めています。なお、市ホームページでは、より詳細な内容を公表しています。

☎ 職員課 ☎ 86-7792

職員数の状況

市ホームページ▶



(1) 採用・退職状況

①採用状況(令和7年4月1日現在) ②退職状況(令和6年度中)

採用職員	定年退職	応募認定退職	普通退職ほか*	再任用退職	合計
11人	7人	2人	9人	9人	27人

※三重県教育委員会からの割愛採用職員の退職者1人を含みます。

(2) 職員数(令和7年4月1日現在)

一般行政部門	教育部門	公営企業等会計部門*	合計
268人	35人	35人	338人

※上下水道事業、国民健康保険事業、後期高齢者医療事業、介護保険事業の担当職員です。

給与の状況

(1) 人件費*の状況(令和6年度普通会計決算)

歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)
252億2,486万円	36億697万円	14.3%

※市長、副市長、教育長の給与および議員報酬が含まれます。

職員の採用は、行政需要の動向や今後の退職予定者などを考慮して行っています。また、能力と意欲のある高齢期の職員を最大限活用しつつ、次世代にその知識、技術、経験などを継承すべく、条例に基づき、定年の段階的引き上げおよび管理監督職務上限年齢による降任の各制度を令和5年度から実施しています。

(2) 職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況(令和7年4月1日現在)

①一般行政職

区分	平均年齢	平均給料月額 ^{※1}	平均給与月額 ^{※2}
いなべ市	44.5歳	333,700円	397,466円
三重県	43.3歳	336,785円	427,270円
国	41.9歳	332,237円	414,480円

※1「平均給料月額」とは、令和7年4月1日現在の職員の基本給の平均です。

※2「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、時間外勤務手当などすべての諸手当の合計額の平均です。

②技能労務職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
いなべ市	54.4歳	259,100円	277,057円
国	51.3歳	294,567円	337,907円

(3) 職員の初任給の状況(令和7年4月1日現在)

区分	一般行政職 初任給	
	大学卒	高校卒
いなべ市	228,300円	202,100円
三重県	228,300円	195,200円
国	220,000円	188,000円

(4) 職員の期末手当・勤勉手当

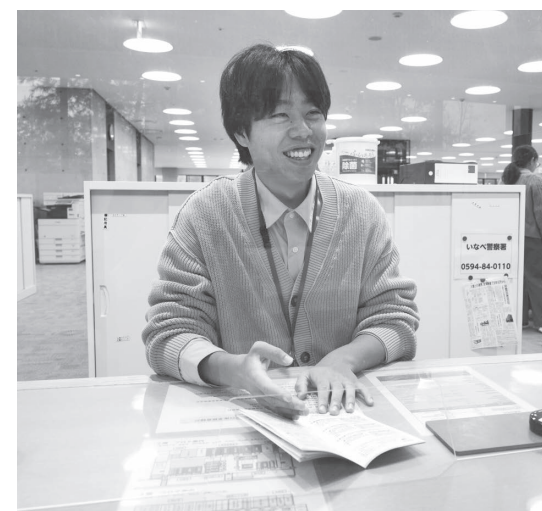
区分	令和7年度の支給割合
期末手当	2.50月分
勤勉手当	2.10月分

※職務の級により5～15%の役職加算措置があります。

(5) 特別職の給料などの状況

区分		給料月額など	
給料	市長	950,000円	
	副市長	750,000円	
	教育長	650,000円	
報酬	議長	495,000円	
	副議長	420,000円	
	議員	390,000円	
期末手当	市長・副市長・教育長	4.60月分	令和7年度の支給割合
	議長・副議長・議員	3.45月分	

※期末手当には、給料月額などの20%の加算措置があります。



今年度から始まりました！

ひとり親家庭への入学・卒業支度金給付

今年度から、ひとり親家庭を対象とした入学卒業支度金の給付制度が始まります！

問 こども政策課 ☎ 86-7821

《対象者》

ひとり親家庭の入学・卒業児童の保護者のうち、下記の①②のいずれかに当てはまる人。

- ①児童が入学または卒業する年の1月1日（以下「対象期日」という）において、いなべ市に住所を有し、かつ、対象期日において児童扶養手当受給者または一人親家庭等医療費助成認定者である人
- ②対象期日から3月末日までの間において、いなべ市に住所を有し、かつ、新たに児童扶養手当受給者または一人親家庭等医療費助成認定者となった人

※①の対象者には、1月中旬頃、郵送でお知らせする予定です。

※児童扶養手当の全部停止の人は、対象外になります。

《支給金額》

- (1)小学校へ入学する子1人につき3万円
- (2)中学校へ入学する子1人につき5万円
- (3)中学校を卒業する子1人につき7万円



《申請期限》

3月31日（火）

※申請期限を過ぎると、対象要件を満たしていても申請を受け付けることはできません。

水道管の凍結に注意しましょう



気温がマイナス4℃以下になると、水道管が凍結しやすくなり、水が凍ると水道が使えません。水は凍ると膨張し、水道管が破裂することもあります。管の破裂による水漏れや修理による余分な費用の発生につながりますので、あらかじめ対策をしましょう。

《凍結しやすいところ》 問 水道工務課 ☎ 72-2724

- 散水栓
- 屋外にある蛇口や露出している水道管
- 外トイレや家の北側で日の当たらないところにある水道管

凍結を防止するには？

露出している水道管や蛇口に保温材や布（タオルなど）を巻き、ビニールテープを巻きつけてください。**夜中に蛇口を少しあけて水をチョロチョロ出しておくのも効果的。**



凍結して水が出なくなったら

自然に溶けるまで待ってください。急いで水を出したい場合は、蛇口をあけて、凍結している場所にタオルをかぶせて、ぬるま湯をゆっくりかけて溶かしてください。



水道管が破裂してしまったら

宅内側で水漏れした場合は、応急措置として水道メーターのそばにある元栓（止水栓）を閉め、市の給水装置指定工事業者に修理を申し込んでください。

市の指定工事事業者一覧



産後間もないママのケア

産後ケア事業を利用してみませんか？

産後12カ月未満の母子を対象に、助産師などが産後間もないママの体と心のケアを行い、少しでも子育ての負担を減らすようにサポートします。

問 母子保健課 ☎ 86-7770

《ケアの内容》

体のサポート …… ママが休んでいる間、赤ちゃんのお世話をします。

心のサポート …… 子育てに関する悩みを聞いて不安を取り除くお手伝いをします。

授乳のサポート … 授乳の方法についてアドバイスします（乳房ケアを含む）。

育児のサポート … 沐浴の仕方やスキンケアの方法などをアドバイスします。

《ケアの種類》

ケアの受け方は、医療施設などへの**宿泊型**、医療施設などに通う**日帰り型**、自宅へ助産師などが来る**訪問型**の3種類あります。日帰り型と訪問型に限り、どちらか1回のみ、初回無料クーポン券で自己負担なしで利用できます。

《利用方法》

事前の申請が必要です。利用希望施設と日程調整をした後、申し込みフォームまたは母子保健課窓口で申請してください。詳しくは、市ホームページを確認してください。

申し込みフォーム▶



市ホームページ▶



消費のトラブルは悩まずに相談を

消費生活相談窓口では、契約トラブルや商品の購入など、消費生活に関する相談を受け付けています。

一度お金を支払ってしまうと、取り返すことがむずかしいこともあるので、一人で抱え込まずに、早めに相談してください。**相談は無料で、秘密は守ります。**



● いなべ市消費生活相談窓口（商工観光課内） ☎ 86-7833

● 消費者ホットライン ☎ 188（局番無し）

受付時間 平日8:40～17:15（土日祝日、年末年始を除く）

対象 市内在住・在勤者

月・水・金の10:00～15:00は、専門の相談員が対応します。相談員が不在の時は、職員が事前の聞き取りをして、翌勤務日に相談員へ引き継ぎします。急ぎの場合は、三重県消費生活センターへ電話してください。

● 三重県消費生活センター窓口 ☎ 059-228-2212

受付時間 平日9:00～12:00 / 13:00～16:00
（土日祝日、年末年始を除く）

問 申込先 商工観光課 ☎ 86-7833

出前講座を行っています

市では、日々の暮らしに役立つ消費生活の出前講座を行っています。最近多いトラブルの例や、被害にあわないためのポイントを、職員が分かりやすく話します。

ふれあいサロンや自治会の集まりなど、人が集まる場所へ職員が出向き、10～60分ほどの講座を行います。

「みんなで学びたい」など、どなたでも気軽に申し込んでください。

申込方法など、詳しくは商工観光課まで問い合わせてください。

講座参加者には、啓発物品の配布も！

くらしの情報

催し

藤原岳自然科学館
1・2月の教室

《藤原岳自然科学館》

【冬の自然観察】

動物の足跡や生き物の冬越しの様子を観察します。

●日時 1月17日(土)
9:30～12:00

●場所 屋根のない学校

●定員 40人

●参加費 1人100円

【冬の星空を見よう】

冬の星座や星雲、星団などをみんなで観察します。

●日時 2月21日(土)
17:30～20:00

●場所 大安公民館 大会議室

●定員 40人

●参加費 1人100円

《藤原岳自然科学館の休館について》

藤原文化センターの改修工事に伴い、2月1日(日)～令和9年1月31日(日)まで休館します(予定)。

《共有事項》

●申込方法 申し込みフォームから

冬の自然観察 冬の星空を見よう

問 自然学習室 T 46-8488

市民カフェ (無料)

毎月1日開催の市民のための交流カフェです。2月は、映画「パレンタイン一揆」を見て、感想を共有しましょう。鑑賞だけの参加もOKです。

●日時 2月1日(日)
10:00～12:00

●場所 員弁庁舎 会議室

●定員 20人

●申込方法 電話または申し込みフォーム

問 申込先 いなべ市市民活動センター
T 74-5806

出張ワンコインコンサート
in いなべ
ヴァイオリン ビルマン聡平

新日本フィル首席ヴァイオリニスト
ランチタイム
の1時間、500円
で楽しむカジュアルなコンサートです。

●予定曲 前奏曲とアレグロ (クライスラー)、リベルタンゴなど

●日時 3月20日(金・祝)
11:30～(開場11:00～)

●場所 北勢市民会館さくらホール

●入場料(税込・自由席) 500円
※前売り券の販売はありません。当日、会場で入場料を支払ってください。

問 (一社)いなべ市芸術文化協会
T 82-1551

北海道歌旅座
ザ・コンサート

●予定曲 お久しぶりね、ラブ・イズ・オーバー、テネシー・ワルツなど

●日時 1月31日(土)
14:00～(開場13:30～)

●場所 北勢市民会館さくらホール

●入場料 2,000円(税込・自由席)
※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

問 (一社)いなべ市芸術文化協会
T 82-1551

いなべ市史編さん事業
報告会(無料)

市史編さんに携わる専門部会から、今年度の成果を1トピックずつ分かりやすくお伝えします。

●日時 2月28日(土)
13:30～15:50

●場所 員弁コミュニティプラザ

●講師 市史編集委員

●申込開始日 1月13日(火) 9:00～

●申込方法 生涯学習課窓口、電話、FAX、申し込みフォームから(先着順)

問 申込先 生涯学習課
T 86-7846 F 86-7871

映画「くちづけ」
上映イベント(無料)

知的障がいのある娘を育ててきた父親が、グループホームでの出会いや葛藤を通じて家族・支援のあり方を問い直していく物語です。

●日時 2月8日(日)
13:30～15:50
(受け付け13:00～)

●場所 大安公民館 2階大会議室

問 員弁郡・いなべ市障がい児(者)を守る会
T 090-4267-3728 (林)

ハローワーク桑名
いなべ市・東員町 障がい者
就職面接会

●日時 2月6日(金)～
13:30～15:30

●場所 東員町保健福祉センター
(東員町大字山田1600)

●対象者 就職を希望する障がいのある人

●参加企業 10社程度を予定
※企業ブースでの個別面談方式(電話での事前予約が必要です)

問 申込先 ハローワーク桑名 求人専門援助部門
T 22-5141 (31#)

スキマ時間を活用しませんか?
介護助手のちょこっとセミナー

市内の介護施設で掃除・配膳などを行う介護助手の働き方や、介護施設の基本的な知識などを紹介します。

●日時 1月22日(木)
10:00～12:00

●場所 シビックコア棟 2階研修室4

●対象者 週に数日、短時間での勤務を希望している人

●参加費 無料

●申込期限 1月19日(月)

●申込方法 電話または申し込みフォーム

問 申込先 三重県社会福祉協議会
三重県福祉人材センター
T 059-227-5160

認知症サポーター
になりませんか?

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。認知

症について、正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」です。

●日時 1月19日(月)
14:00～15:30

●場所 シビックコア棟 2階研修室

●講師 キャラバンメイト

●対象者 市内在住または在勤の人

●参加費 無料

●申込方法 電話または申し込みフォーム

問 申込先 長寿福祉課
T 86-7819

その他
土地・家屋などの
登記名義を変更した人へ

令和7年中に新しく登記名義人になった人に対して令和8年度から固定資産税を課税します。相続などによる納税義務者の変更や、共有者の構成員の変更などにより登記名義を変更した場合は、改めて金融機関へ口座振替依頼書の提出が必要です。口座振替依頼書は、市内の指定金

融機関などの支店窓口や納税課で取得してください。郵送を希望する場合は、納税課まで連絡してください。

また、一部の金融機関は、納税課窓口にある機械で磁気読み取り可能なキャッシュカードを読み取り、暗証番号を入力することで口座振替の登録ができます。

問 納税課 T 86-7793

マイナンバーカードの
日曜窓口(完全予約制)

●日時 1月25日(日)
9:00～12:00(20分毎)

●場所 市民課

●取り扱い業務
マイナンバーカード関連手続き
※住所異動、証明書発行はできません。

●予約方法 1月23日(金)までに
電話で予約

問 申込先 市民課 T 86-7810

【マイナンバーに関する問い合わせ】
問 マイナンバー総合フリーダイヤル
T 0120-95-0178

ゴミトーク

第17回
問 環境衛生課
T 86-7813

正しいごみの分別にご協力ください!

ゴミの分別で分らないことがあれば、気軽に問い合わせてください。

アプリのダウンロードはこちらから

iOS版 Android版

いなべ市ごみ分別アプリ配信中

いなべ市では、令和3年1月からごみの収集日やごみの出し方など、ごみに関するさまざまな情報を身近なスマホで簡単に確認できるアプリを配信しています。ダウンロード数は累計で7,500件を超え、多くの人に活用していただいています。

..... ごみ分別アプリの便利な機能

- ごみの収集日
地区別に設定することができます。
- ごみの分別辞典
キーワードを入力し、分別方法を検索できます。
- ごみの出し方
分別区分ごとに主な品目と出し方について確認できます。

●外国語にも対応
令和5年12月から英語・ポルトガル語・スペイン語・ベトナム語・中国語に対応しました。お使いのスマホの設定言語に合わせて表示されます。

※アプリの利用は無料ですが、通信料は利用者の負担となります。

確定申告をする人へ

社会保険料控除の申告に利用してください

令和7年1月1日から令和7年12月31日までに支払った「国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付済額のお知らせ」（はがき）を送付します。

確定申告の社会保険料控除を申告する際に利用してください（1月下旬送付予定）。

【注意】

市から送付する「後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付済額のお知らせ」には、年金からの天引き（特別徴収）で納付した保険料額は記載していません。

年金から天引き（特別徴収）で納付された保険料は、年金保険者から送付される「公的年金等の源泉徴収票」*で確認してください。

※公的年金等の源泉徴収票の社会保

険料欄は、医療保険料分（国民健康保険税および後期高齢者医療保険料）と介護保険料分を合算しています。

問 保険年金課 **T** 86-7811

問 介護保険課 **T** 86-7820

障害者控除の申告について

確定申告をする本人またはその被扶養者が障がい者に該当する場合、「障害者控除」の所得控除を受けることができます。

この障害者控除の対象者は、一般的には障害者手帳の交付を受けている人ですが、65歳以上で要介護認定を受けた人のうち、一定の要件に該当する場合も対象になります。

対象者には、市から「障害者控除対象者認定書」を送付しますので、確定申告をする際に利用してください（1月下旬送付予定）。

問 介護保険課 **T** 86-7820

農業者年金に加入しませんか？

国民年金＋農業者年金で安心な老後を送りましょう！

＜＜加入できる人＞＞

- ・年間60日以上農業に従事している人
- ・国民年金の第1号被保険者
- ・20歳以上60歳未満の人

＜＜ポイント＞＞

- ・積立方式、確定拠出型の年金として生涯受け取れます。80歳前に亡くなった場合、死亡一時金が遺族に支給されます。
- ・月額2万円（35歳未満の人は1万円）から6万7千円まで、保険料はいつでも変更できます。
- ・節税効果として、支払った保険料は全額社会保険料控除の対象です。
- ・一定の要件を満たす農業従事者には、保険料の国庫補助が受けられる場合があります。

問 農業委員会事務局

T 86-7834

110番の正しい利用を

皆さんの早い110番通報が、事件などの早期解決につながります。

110番通報の際には、警察官が「何がありましたか」「いつ、どこありましたか」などの質問をしますので、落ち着いて教えてください。

●令和6年中の110番通報受理件数
三重県全体 108,798件
いなべ署 2,991件
※約13.6%が「急を要さない相談」や「各種手続き」の問い合わせ。

●110番映像通報

通報したスマホから事件や事故などの動画や写真を送信することができます。

事件、事故などを目撃して警察へ通報した場合に、受理する警察官から現場の撮影や写真の送信を依頼されることがあります。同意すると、警察からあなたのスマホにショートメッセージが送られます。URLが

届くので、そこにアクセスして、撮影した動画や保存されている写真を送信すると、警察官がいち早く対応することができます。

●携帯電話での通報

移動中の通報の場合、その場で停止・停車して通報してください。正確な場所を特定するために、周囲にある目標物を伝えてください。

＜＜地図アプリを事前ダウンロード＞＞

登山に行く際には、現在地の座標がわかる地図アプリの活用を！

●警察安全相談電話「#9110」
1分1秒を争う事件や事故に迅速に対応するため、「急を要さない相談」や「各種手続きなどの問い合わせ」は『#9110』へかけてください。

●聴覚や言語に障がいのある人

＜＜ウェブ110番＞＞

必要事項を入力してください。



＜＜ファックス110番＞＞

何があったのか、場所はどこか、

今の状況、名前、住所、FAX番号を書いて送信してください。

F 059-229-0110

＜＜110番アプリシステム＞＞

専用アプリを利用することで、110番通報ができます。



◀ iOS版



◀ Android版

●電話リレーサービス

専用アプリを利用し、手話や文字チャットを通じて通訳オペレーターに緊急通報を依頼するものです。



◀ iOS版



◀ Android版

問 いなべ警察署 **T** 84-0110

自衛隊に対する募集対象者情報の提供に係る除外申請

自衛隊に対する情報提供を望まれない人は、ホームページを確認の上、期限までに申請手続きを行ってください。

●申請期限 2月18日(水)

問 総務課 **T** 86-7745



人生100年時代

げんき通信

第21回

問 健康推進課 **T** 86-7824



自分や家族の食生活、気になりませんか？

いなべ市では、生活習慣病予防およびメタボリックシンドローム予防などを目的に市民栄養教室を開催しています。

市民栄養教室では、食生活改善推進員が考えた栄養バランスのとれた献立の調理実習を行っています。

作って、食べて、味付けや調理方法を学び、おいしく栄養について学びませんか？ぜひ応募してください！

「令和8年度 市民栄養教室」募集中

- 開催日時 4月～令和9年2月までの偶数月の月曜日 10：00～13：30（月1回、全6回）
- 場 所 保健センター棟
- 参 加 費 年間4,000円（6回分まとめて徴収）
- 対 象 者 いなべ市民
- 申込期間 1月19日(月)9：00～1月30日(金)17：00（先着順）
- 申込方法 健康推進課窓口または電話 **T** 86-7824



栄養バランスって？

たんぱく質、脂質、炭水化物の適正な割合に加え、ビタミン、ミネラル、食物繊維などの栄養素の必要量を摂取することです。「何を」「どれだけ」食べたら良いのかを考える際に参考になる「食事バランスガイド」を、ぜひ活用してください。



BOOK NOW

オススメ情報満載 図書館通信

員弁図書館参加型イベント

えほんくじ 2026

- 期間 1月7日(水)～ ※なくなり次第終了
- 場所 員弁図書館カウンター
- 対象 どなたでも（1人1日1回）
- 定員 先着100人

まだ読んだことのない絵本に出会えるかも。新年の運勢が占える？おみくじ付き。



おすすめ本の紹介

開運えんぎもの図鑑

高野紀子作／あすなる書房

どうして「赤」はおめでたい？武士に人気だった昆虫とは？福だるま、お節料理、飾り熊手、招き猫、おめでたい数など、全250種の縁起ものを、イラストで紹介する。

電子書籍

入浴 それは、世界一簡単な健康習慣

早坂信哉著／アスコム

血流改善、免疫力アップ、美肌…。「入浴」は、手軽で、効果的で、医学的にも信頼性のある健康法。医師が見つけた「究極の入浴法」、「季節別・不調別」効果を最大化する入浴法などを紹介する。

1・2月の休館日 全館…毎週月・火 / 特別休館 北勢…2月4日(水)～13日(金)

問 北勢図書館 **T** 72-2200（開館時間／9：00～17：00）
大安図書館 **T** 87-0021（開館時間／9：30～17：30）

員弁図書館 **T** 74-5077（開館時間／9：00～17：00）
藤原図書館 **T** 46-4150（開館時間／9：00～17：00）

各種無料相談

相談	日時	場所	問い合わせ
行政相談	2月 5日(木) 13：00～15：00	大安公民館	行政に関する事柄について、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
	2月 19日(木) 13：00～15：00	藤原文化センター	
	3月 12日(木) 13：00～15：00	員弁老人福祉センター	
行政苦情 110 番	平日 9：00～16：45		T 0570-090-110 ※土日祝、時間外は留守番電話
人権相談	1月 28日(水) 13：00～16：00	シビックコア	人権擁護委員が相談に応じます。 問 人権福祉課 T 86-7815
	2月 18日(水) 13：00～16：00	員弁コミュニティプラザ	
LGBT 電話相談	1月 21日(水) 11：00～16：00		当事者や家族に対して専門相談員が相談に応じます。 問 人権福祉課 T 86-7815
	2月 18日(水) 11：00～16：00		
ふくし総合相談	平日 8：40～17：15	市役所 1 階 地域包括支援センター	どこに相談してよいか悩んだら、まずはこちらへ。 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 地域包括支援センター	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 地域包括支援センター	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
	平日 8：30～17：00	いなべ総合病院内	問 医療相談室(地域包括支所) T 72-2000
	平日 8：30～17：00 第 1・3 土曜日 8：30～12：00	日下病院内	問 地域連携室(地域包括支所) T 72-6143
生活にお困りの人へ	平日 8：40～17：15	市役所 1 階 くらしサポートセンター 縁	生活や仕事に困っている人をサポートします。 問 いなべ市く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	1月 21日(水) 13：30～16：30	市役所 2 階 相談室	無業状態にある人・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
権利擁護に関する相談	平日 8：40～17：15	市役所 1 階 成年後見支援センター	認知症などで判断能力が不十分な人の財産管理、身上保護をサポートします。 問 いなべ市成年後見支援センター T 86-7817
【要予約】 スマートフォン相談	1月 16日(金) 10：00～12：00	ほくせい保健室	スマートフォンに関することについて、デジタル推進委員が相談に応じます。 問 いなべ暮らしの保健室 T 090-1789-0904
	1月 16日(金) 13：30～15：30	だいあん保健室	
	1月 23日(金) 10：00～12：00	ふじわら保健室	
	1月 23日(金) 14：00～16：00	いなべ保健室	

救急医療情報

■三重県救急医療情報センター **T** 059-229-1199 ■いなべ医師会(在宅当番医) **H** <http://inabe-med.or.jp/>
■医療ネットみえ **H** <https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

イベント情報

イベントカレンダー▶  GCI▶ 

- 新春の企画展「あの時を刻んできた時計～いなべのボンボン時計が鳴ったころ～」
1月 17日(土)～3月 15日(日) ※月・火曜日 休館
9：00～17：00、いなべ市郷土資料館(入館無料)
- バレンタインイベント
2月 14日(土) 10：00～15：00、にぎわいの森

編集後記

か らだを動かす習慣づくりをしないと！取材でデザインデ
ルコルポに参加した際、周りに 60 歳以上の人達がいる中
で、30 代の自分が一番息が上がっていてショックでした…(日)
も う長く、そば打ちから遠のきました。その昔、そば処の
いなべ市の職員たる者、そば打ちくらいできないと！と
思って始めた思い出が…。新年の目標は「そば打ち」再開です(清)

国の教育ローンの ご案内



国の教育ローンは高校・大学などへの入学時や在学中にかかる費用を対象に、日本政策金融公庫が行う公的な融資制度です。

●借入額

子ども 1 人につき 350 万円以内

●金利

固定金利の年 3.15％（令和 7 年 12 月 1 日現在）

●返済期間

20 年以内

詳しくは、日本政策金融公庫国民

生活事業のホームページを確認してください。



問 教育ローンコールセンター

T 0570-008656（ナビダイヤル）

期限内納付のお願い

≪ 1 月の納付 ≫

○市・県民税 第 4 期

○国民健康保険税 第 7 期

○後期高齢者医療保険料 第 7 期

○上下水道料金 12・1 月分

●納期限(口座振替日)

2月2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、2月19日(木)に口座≪再≫振替を行い

ます。※上下水道料金のみ。

【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り、支払い処理をしてください。領収証書は発行されません。納付状況はアプリで確認してください。対応可能なアプリは PayPay、PayB、FamiPay 請求書支払いです。

※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 保険年金課 **T** 86-7811

問 水道お客様センター

T 72-3516



PARENTING INFORMATION

母子保健課 **T** 86-7770

子育てインフォメーション

育児相談(オンライン相談もあります)

申し込み不要で、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、気軽に来てください。

●**日程** 2月 4日(水) 北勢町在住
2月 10日(火) 藤原町在住
2月 18日(水) 大安町在住
2月 25日(水) 員弁町在住

●**時間** 9：30～11：00

●**場所** 保健センター棟

●**持ち物** 母子健康手帳、バスタオル

離乳食教室(定員 15 人)

≪前期≫

●**日時** 2月 3日(火) 9：30～9：45

●**対象** 生後 4～6 カ月の子の保護者

≪後期≫

●**日時** 2月 17日(火) 9：30～9：45

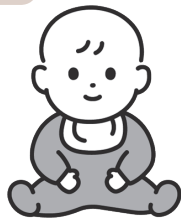
●**対象** 生後 7～11 カ月の子の保護者

●**内容** 講義および調理実習・試食

●**場所** 保健センター棟

●**持ち物** 母子健康手帳、エプロン、おんぶひも、スタイ(試食用)

●**申込方法** 1 週間前までに電話、申し込みフォームで予約



前期▶



後期▶



場所
保健センター棟

対象者には
個別通知
します

【妊 娠 8 か 月 教 室】 2月 6日(金) 9：30～ 9：45 妊娠 8 カ月ごろの妊婦とその家族
2月 27日(金) 9：30～ 9：45 妊娠 8 カ月ごろの妊婦とその家族

緊急
相談

みえ子ども医療ダイヤル 問 #8000

《月～土》19：00～翌朝 8：00

《日祝》8：00～翌朝 8：00（24 時間）

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