

健康の日の啓発事業 ウォーキング大会

健康課 (☎27-2435)

- と き 2月11日(祝)、午前9時30分～正午
と ころ 絆の森(集合場所は県営サンアリーナ前)
※雨天の場合は、中央保健センターで
行います。
対 象 市内在住の人
内 容 講習「ウォーキングの効果と歩き方」、
ウォーキング
講 師 小木曾一之さん(皇學館大学准教授)
定 員 50人(先着順)
持 ち 物 運動ができる服装・靴、歩数計(持っ
ている人)、飲み物
申し込み 1月13日(火)から、電話で同課へ

エコクッキング

環境課 (☎21-5542)

- と き ①1月29日(木)・②2月27日(金)、午前
9時30分～午後1時
と ころ ①小俣農村環境改善センター・1階調
理実習室、②福祉健康センター・1階
調理実習室
内 容 食べ物やエネルギーを大切にする・水を
汚さない・ごみを減らすなど、地球や家
計にやさしくおいしい料理を作ります
講 師 伊勢市食生活改善推進協議会会員
定 員 各30人(先着順)
参 加 費 300円(当日持参)
持 ち 物 エプロン・三角巾・マイバッグ
申し込み 1月15日(木)から、電話で同課へ

**老人福祉計画・介護保険事業計画(案)
への意見を募集**

介護保険課 (☎21-5560)

高齢者やその家族が、地域社会で健やかに、安
心して、生きがいを持って暮らせる社会を目指
して策定する「伊勢市老人福祉計画・介護保険事業
計画」の案に対する意見を募集します。

案の閲覧

- と き 1月15日(木)～30日(金)
と ころ 同課、長寿課、総務課、市役所本館・
1階市民ホール、各総合支所福祉健康
課、各支所、中央保健センター、小俣
保健センター、ハートプラザみその、
伊勢図書館、小俣図書館、生涯学習セ
ンターいせトピア、二見生涯学習セン
ター

※市のホームページ (<http://www.city.ise.mie.jp>)
でもご覧いただけます。

意見の提出

1月15日(木)～30日(金)に、住所・氏名・電話
番号・意見を、直接・郵送・ファクス・Eメール
で同課(〒516-8601 岩淵1丁目7-29、FAX21-
5555、アドレスkaigo@city.ise.mie.jp)へ

障害者保健福祉計画(案)への意見を募集

障がい福祉課 (☎21-5558、FAX21-5555)

障がいのある人もない人も共に生き生きと暮ら
せるまちづくりを目指して策定する「伊勢市障害
者保健福祉計画」の案に対する意見を募集します。

案の閲覧

- と き 1月15日(木)～30日(金)
と ころ 同課、市役所本館・1階市民ホール、
各総合支所福祉健康課、各支所、社会
福祉協議会本所・伊勢支所・二見支
所・小俣支所、伊勢図書館、小俣図書
館、生涯学習センターいせトピア

※閲覧場所には、概要版の録音テープもあります。
※市のホームページ (<http://www.city.ise.mie.jp>)
でもご覧いただけます。

意見の提出

1月15日(木)～30日(金)に、住所・氏名・電話
番号・意見を、直接・郵送・ファクス・Eメール
で同課(〒516-8601 岩淵1丁目7-29、アドレス
syogai@city.ise.mie.jp)へ
※視覚障がいのある人は、録音テープまたは点字
で提出することもできます。

世界の料理パーティー（中国編）

市民参画交流課内・伊勢市国際交流協会事務局

（☎21-5549）

と き 2月8日(日)、午前9時50分～午後1時
と ころ 福祉健康センター・1階調理実習室
内 容 料理を作った後、食事をしながら懇談
します
講 師 劉燕燕さん（中国・山東省出身、市内
在住）
定 員 20人（先着順）
参 加 費 1,200円（協会会員は800円）〔当日持参〕
持 ち 物 エプロン、ふきん3枚、筆記用具
申し込み 電話で同課へ

日本語ボランティア養成講座2009

市民参画交流課内・伊勢市国際交流協会事務局

（☎21-5549）

同協会では、在住外国人に日本語を教える「日本語教室」を運営しており、毎年1回、ボランティアのレベルアップと新しいボランティアの養成を目的として講座を開催しています。

と き 2月14日(土)・15日(日)、午前10時～
正午・午後1時～3時（計2回）
と ころ 伊勢商工会議所・中ホール
内 容 初心者対象の講座、ワークショップ
定 員 50人（先着順）
参 加 費 500円（協会会員は400円）〔初日に持参〕
持 ち 物 筆記用具・昼食
申し込み 電話で同課へ
※両日とも参加してください。

中途視覚障がい者生活訓練

三重県視覚障害者支援センター（☎津059-228-3463）

と き 2月10日(火)、午前10時～午後3時
と ころ 福祉健康センター
対 象 視覚障がいの身体障害者手帳を持って
いる人（家族・施設職員・ヘルパーな
どの同伴可）
内 容 白杖を使った歩行訓練、日常生活用具
などの紹介、パソコン指導、ロービジ
ョン（弱視）相談など
定 員 5人程度（先着順）
申し込み 1月29日(木)までに、電話・ファク
ス・Eメールで同センター（FAX津
059-228-8425、アドレスmieten@zc.z
tv.ne.jp）へ



国民健康保険料

長寿医療（後期高齢者医療）制度保険料

納付方法を口座振替に変更できます

国民健康保険料について

…医療保険課国民健康保険料係（☎21-5551）

長寿医療制度保険料について

…医療保険課福祉医療係（☎21-5552）

現在、国民健康保険料や長寿医療（後期高齢者医療）制度保険料を特別徴収（年金天引き）で納めている人は、本人の希望により、口座振替での納付方法に変更することができます。



これは、これまで口座振替に変更する場合は、対象要件を満たす必要があったものを、国の制度改正により、平成21年度の保険料から、本人の希望により変更できるようになったものです。

また、国民健康保険料については、4月から新たに年金天引きされる人も同様に、納付方法を口座振替に変更できます。

納付方法の変更手続き

納付方法の変更を希望する人は、保険証・印鑑・通帳と届け出印を持参し、医療保険課で手続きをしてください。

なお、手続きの時期により、口座振替への変更時期が異なります。4月から特別徴収（年金天引き）の中止を希望する場合は、1月30日(金)までに手続きをしてください。

野口みずき金メダルロードウォーキング

（社）伊勢市観光協会（☎28-3705）

と き 2月21日(土)、午前10時～午後3時
集 合 場 所 近鉄宇治山田駅前
内 容 野口みずきさんの高校時代の練習コース
や、ゆかりの場所を歩きます（約10km）
定 員 50人（先着順）
参 加 費 300円（保険料を含む）
申し込み 電話で同協会へ

多重債務者のための無料法律相談

法テラス三重地方事務所（☎050-3383-5470）

と き 1月21日(水)、午後1時～4時
と ころ ジャスコ伊勢店・2階
定 員 12人（先着順）
申し込み 電話で同所へ
※申し込み時に、収入など資力について確認しますのでご協力ください。

ものづくり大学技術講座

産業支援課 (☎63-5677)

と き 2月5日(木)、午後1時30分～2時30分

と ころ 産業支援センター・研修室

内 容 講演「工程改善について」櫻本昭さん〔元本田技研工業(株)生産企画室E人材開発 アメリカホンダ ホンダ塾開発支援塾教授〕…講師が現役時代に体験した話や、中小零細企業支援活動で体験した話などを面白おかしく話します

申し込み 電話で同課へ



女性消防団員を募集

消防本部総務課 (☎25-1206)

募集人員 若干名

応募資格 市内在住の18歳以上(平成21年4月1日現在)の女性で、消防団活動に意欲のある人(定年は60歳)

活動内容 応急手当の指導、予防広報など(消防職員ではありません)

採 用 平成21年4月1日(予定)

申し込み 1月13日(火)～2月13日(金)に、履歴書を直接または郵送で同課(〒516-0016 神田久志本町1436-1)へ

選考方法 書類審査、面接

イベント掲示板

〔このコーナーに掲載しているイベントは、市が主催するものではありません。詳しくは、各主催者へお問い合わせください。参加費などの記載のないものについて、入場・参加などは無料ですが、一部有料コーナーなどがある場合があります。〕

おひなさまめぐりin二見

おひなさまめぐりin二見実行委員会 (☎42-1111〔二見総合支所〕)

と き / 2月4日(水)～3月8日(日)、午前9時～午後6時

と ころ / 夫婦岩表参道を中心とした地域一帯

内 容 / 地域一帯に、約6,000体のひな人形を展示します(寶日館では年代物の御殿雛や御遷宮用材の残材を使ったおひな様、二見生涯学習センターでは大規模な段飾りや巨大雛を展示)

※オープニングイベント(巨大雛除幕式)を、2月4日(水)・午前11時から二見生涯学習センターで行います。

講演会「南勢の宝篋印塔を訪ねて」

(財)三重県友の会伊勢支部・松家さん (☎25-4436)

と き / 2月1日(日)、午後1時30分～3時

と ころ / 生涯学習センターいせトピア・2階会議室2

内 容 / 南勢地方に残るいくつかの宝篋印塔(石塔)の紹介
講師 / 濱口圭一さん(伊勢市文化財保護審議会会長)
定員 / 20人(先着順) 申し込み / 1月30日(金)までに、電話で同支部へ

母子寡婦家庭を対象とするパソコン教室

伊勢市母子寡婦福祉会・

小森さん (☎24-6216)

と き / 2月15日(日)・22日(日)、午後1時～4時

と ころ / 生涯学習センターいせトピア・3階パソコン室

対 象 / 母子寡婦家庭の母で、両日とも参加できる人

内 容 / ワードの基礎講座

定員 / 20人(先着順) 参加費 / 1,000円(教材費) 申し込み / 1月30日(金)までに、電話で同会へ

JA伊勢ふれあいチビ子マラソン大会

伊勢農業協同組合 (☎62-1125)

と き / 2月21日(土)、午前8時30分～(荒天の場合は22日(日)に延期)

と ころ / 県営サンアリーナ周辺の道路

対 象 / 市内・度会郡・尾鷲市・紀北町の小学校の児童

種 目 / 各学年の部・親子ペアの部

申し込み / 1月23日(金)までに、申込書またははがきに住所・氏名・ふりがな・電話番号・性別・生年月日・学校名・学年・種目・保護者氏名を記入し、同組合チビ子マラソン係(〒516-2102 度会町大野木1858)へ

第35回アマチュア人形劇フェスティバル

人形劇団おたまじゃくし・

西村さん (☎25-9632)

と き / 1月25日(日)、午前10時30分～・午後1時30分～

と ころ / 生涯学習センターいせトピア

内 容 / 地域で活動するアマチュア6団体による人形劇とパネルシアター

参加協力券 / 700円(前売り500円)

里神楽「萬歳楽」

楠部町萬歳楽保存会

(☎24-3311〔楠部町公民館〕)

と き / 1月18日(日)、午前10時30分～

と ころ / 榎樟尾神社(四郷小学校前)

内 容 / 楠部町に古くから伝わる萬歳楽(鬼打・豊年舞)、もちまき

イセ歌声喫茶の集い

高橋さん (☎22-0858)

阿部さん (☎25-7900)

と き / 1月17日(土)・2月21日(土)・3月21日(土)、午後2時～

と ころ / 喫茶ロッジ(御園町新開)

内 容 / 生演奏に合わせてみんなと一緒に歌います

入 場 料 / 500円(飲み物付き)

県立博物館の移動展示

ようこそ！トバリユウの時代へ

三重県立博物館（☎津059-228-2283）

鳥羽で発見された「トバリユウ」が生きていた中生代の時代の恐竜たちや三重の姿を紹介します。

と き 1月17日(土)～2月1日(日)、午前9時～午後5時

と ころ ハートプラザみその

※期間中、化石レプリカ教室などを開催します。イベント内容や開催日などは、同館へ問い合わせるか、同館のホームページ（<http://www.pre.f.mie.jp/haku/hp/>）をご覧ください。

歯科健診を受けましょう

健康課（☎27-2435）

虫歯や歯周病は、「歯」だけの問題にとどまりません。歯や歯茎が健康でないと、食べる楽しみが減り、全身の病気の引き金になることもあります。

口の健康を守るためには、定期的に歯科健診を受けることが大切です。

市では、妊娠中の人に「妊婦歯科健康診査」を、満70歳の人に「高齢者口腔総合健康診査」を、通年実施しています。ぜひ受診してください。

■実施医療機関の追加

宇治山田歯科医院（岩瀬2丁目、☎21-5888）

平成21年度 放課後児童クラブの児童を募集

こども課（☎21-5561）

二見・小俣・明野・御菌の各放課後児童クラブでは、平成21年度にクラブの利用を希望する児童を募集します。利用するためには、登録と利用料が必要です。

対 象 次のすべての要件を満たす児童

- 平成21年4月現在、小学1年生～3年生である
- 保護者が、昼間に仕事で家庭にいないなどの理由で見守ることができない
- 希望する放課後児童クラブへ通所できる

問い合わせ先

二見放課後児童クラブ

…二見総合支所福祉健康課（☎42-1113）

小俣・明野放課後児童クラブ

…小俣総合支所福祉健康課（☎22-7862）

御菌放課後児童クラブ

…御菌総合支所福祉健康課（☎22-0261）



募集期間 2月2日(月)～13日(金)

■民間の放課後児童クラブ

市内には、下表のとおり、市が事業を委託している民間の放課後児童クラブがあります。利用を希望する場合は、各クラブへ問い合わせてください。

クラブ名	所在地	電話番号	募集期間
杉の子学童クラブ	久世戸町5	23-1076	随時
すみれ学童クラブ	中島2丁目10-18	29-0804	随時
明照こどもクラブ	吹上2丁目5-41	28-2678	2月9日(月)～16日(月)
ひまわり学童クラブ	藤里町1-363	27-2883	3月上旬～
はまっこ学童クラブ	神社港20-10	36-3755	2月5日(木)まで
とよはま学童クラブ	西豊浜町1760	37-7071	随時
放課後学童クラブリンドバーグ	佐八町2060	39-6802	2月中旬～
藍ちゃんの家ふぁみりーくらぶ学童部	宮町1丁目8-19	20-3741	随時
学童クラブレインボーキッズ	上野町 2908	090-5034-4609 (山本さん)	随時
藍ちゃんの家ふぁみりーくらぶ城田学童部	上地町1770	080-1622-5021	随時
藍ちゃんの家ふぁみりーくらぶ浜郷学童部	黒瀬町1736-2	080-1622-5575	随時
学童クラブシルバースプーン(4月新規開設)	河崎1丁目14-21	63-5682	随時

イベントカレンダー

〔このコーナーに掲載しているイベントは、市が主催・共催するものです。詳しくは、担当部署へ問い合わせてください。〕

2月1日(日) 19:30～21:00

一日健康ウォーキング (いせトピアコース)

集合場所：市役所前

保険料：10円

問い合わせ：生涯学習・スポーツ課（☎22-7891）

2月14日(土) 13:30～

伊勢市社会福祉大会

開催場所：ハートプラザみその

問い合わせ：生活支援課（☎21-5557）