

かめやま

2016 AUG

8 / 16

No.267

お知らせ版

主な内容

還付金詐欺にご注意ください！	1
臨時福祉給付金および低所得の障害・遺族基礎年金受給者向け給付金の支給	2
暮らしの情報	3
一次救急当番医(9月)	12



亀山市携帯サイト

かん ぷ きん さ ぎ

還付金詐欺にご注意ください！

三重県内で
被害が多発
しています！

— お金が戻ってくると誘い、お金を振り込ませる詐欺の手口に注意！ —



電話で ATM に行くよう指示される

- 役所の職員を名乗って、電話をかけてきます。
- だましの方法は、「医療費や年金などの払い過ぎ分を返還します」などと言ってきます。
- 「携帯電話」を持って、ATMに行くよう指示されます。



医療費などの還付金がATMで支払われることは絶対にありません！



ATM に着いて電話をすると…

- 「私の指示通りに」と言葉巧みにATM操作をさせられます。
- 次々と指示され、冷静に考える時間を与られません。



役所がATMの操作をお願いすることは絶対にありません！



指示どおりに ATM を操作すると…

- 犯人の口座に「振り込み」をさせられます。

「還付金がある、携帯電話を持ってATMへ」と言われたら、それは還付金詐欺です。

このような電話があれば、すぐに警察へ通報しましょう。(亀山警察署 ☎82-0110)

臨時福祉給付金および

低所得の障害・遺族基礎年金受給者向け給付金が支給されます



厚生労働省
給付金キャラクター
「カクニンジャ」

●支給対象者

基準日(平成28年1月1日時点)に亀山市に住民登録があり、
平成28年度分の市県民税が課税されていない人

※「課税されている人に扶養されている人」、「生活保護の受給者」などは対象外です。

※亀山市以外に住民登録をしている人は、各市区町村の臨時福祉給付金担当へお問い合わせください。

●支給額 1人につき 3,000 円

上記対象者のうち、平成28年5月分の障害・遺族基礎年金等を受給されている人は、
1人30,000円(高齢者向け給付金受給者を除く)も併せて支給されます。

申請から振込みまでの流れ

1 申請書の送付

- ・対象と思われる人には、9月中旬に申請書を郵送します。
- ・申請書が届かない人で、対象になるとと思われる人は、下記の問合せ先までお問い合わせください。

2 申請書を提出

申請期間 9月16日(金)～12月16日(金)

※土・日曜日、祝日を除く

※午前8時30分～午後5時15分

申請場所

総合保健福祉センター「あいあい」、関支所、加太出張所

※上記の申請場所へ持参、または申請書に同封の返信用封筒で
郵送してください。

(郵送の場合は、12月16日(金)[申請期限]の当日消印有効)

提出書類

- ・必要事項を記入の上、押印した申請書
- ・本人確認書類のコピー(運転免許証、旅券[パスポート]、健康保険証などのいずれかで、有効期限内のものに限る。外国人は有効期限まで1カ月以上ある在留カードが必要)
- ※個人番号カード(マイナンバーカード)の裏面、および通知カードのコピーは不可
- ・振込先の金融機関口座の通帳、またはキャッシュカードのコピー

3 支給の決定

審査の上、対象になると認められた人には、支給決定通知を
郵送します。

※対象と認められない人には、不支給決定通知を郵送します。

4 給付金の振込み

支給決定通知の送付後、申請書に記入された指定口座
に給付金を振り込みます。

※申請書をご提出いただいてから、1カ月～1カ月半程度
かかる見込みです。

! ご注意

- ・原則として、申請期間外の申請や、平成28年1月1日時点で亀山市に住民登録がない人の申請は受付できませんのでご注意ください。
- ・申請期間などは、各市区町村により異なります。亀山市以外が申請先となる人は、事前にその市区町村にお問い合わせいただくか、各自治体のホームページなどでご確認ください。
- ・電話での課税の状況に関するお問い合わせは、本人確認ができないため受け付けできません。
- ・税務申告された時期などにより、支給対象者でも申請書が発送されていない場合があります。対象になるとと思われる人は、臨時福祉給付金支給プロジェクト・チームへご連絡ください。

問合せ先

【申請方法に関すること】
臨時福祉給付金支給プロジェクト・
チーム(あいあい ☎96-9029)

【制度に関すること】
厚生労働省
臨時福祉給付金に関する専用ダイヤル
(☎0570-037-192)

もよおし

救急医療市民講座

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)
市消防本部消防救急室
(☎82-9496)

「救急医療週間」にちなみ、亀山医師会との共催で、救急医療や救急に関する市民講座を開催します。

と き 9月8日(木)
午後2時～4時30分
ところ 亀山消防署北東分署
(長明寺町842-1)

内 容

▶講演①

「皮膚科の救急 イザというとき慌てないために」(皮ふ科 野内クリニック 院長 野内伸浩さん)

▶講演②

「当院の救急の検討」
(市立医療センター院長)

▶救急救室

「救急隊活動展示と救急未来予想図」
(市消防職員)

申込期限 9月2日(金)

申込方法 健康福祉部長寿健康づくり室へ電話または直接お申し込みください。

お知らせ

平成28年度コミュニティ助成事業

企画総務部危機管理局
危機管理室(☎84-5035)



(一財)自治総合センターは、宝くじの収益金をもとに社会貢献広報事業を実施しています。

平尾地区自主防災組織では、平成28年度地域防災組織育成助成事業により、バルーン投光器が整備されました。

●(一財)自治総合センターホームページ

URL <http://www.jichi-sogo.jp/>



家具転倒防止器具の
取り付けを行いました

企画総務部危機管理局
危機管理室(☎84-5035)

三重県建設労働組合亀山支部の協力のもと、6月12日、26日に市内の高齢者宅など32軒を訪れ、たんすや食器棚などに家具転倒防止器具の取り付けを無料で行いました。



〈家具転倒防止器具の取付状況〉

大地震により家具の下敷きとなり命を落とす事例も多く、その対策として家具転倒防止器具の取り付けは安価で効果的です。

なお、高齢者世帯や障がい者世帯で器具(金具)の提供を希望する場合は、引き続き無料でお渡ししますので、企画総務部危機管理局危機管理室へご連絡ください。
※配布対象世帯など詳しくは、お問い合わせください。

年金だより

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある人へ
国民年金保険料の追納をお勧めします！

市民文化部保険年金室(☎84-5005)、日本年金機構津年金事務所(☎059-228-9112)

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除・法定免除)、若年者納付猶予、学生納付特例の承認された期間がある場合、保険料を全額納めた場合と比べ、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であればさかのぼって古い月分から納める(追納する)ことができます。

※詳しくは、市民文化部保険年金室または日本年金機構津年金事務所へお問い合わせください。

<手続きなど>

- ▶追納を行う場合は、市民文化部保険年金室または日本年金機構津年金事務所でお申し込みください。厚生労働大臣の承認を受けた後、納付書が郵送されます。
- ▶承認を受けた期間のうち、原則として古い期間から納付していただきます。
- ▶保険料の免除または納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。
- ▶口座振替およびクレジット納付はできません。

水道メーターの取り替え

建設部上下水道局上水道室
(☎97-0621)

市では、市指定水道工事事業者
に委託して、検定有効期間の満了
が近い水道メーターの取り替え
を行っています。取替代金は無料
で、対象家庭の「使用水量のお知
らせ」にメーター取替対象と印字
しますのでご確認ください。

取替期間

8月23日(火)～30日(火)

※メーターの使用期限は蓋の内
側で確認でき、約1年前から取
替対象になります。

※不在時でも取り替える場合が
あります。メーターの周りに物
を置かないなど、ご協力をお願
いします。

認知症簡易チェック、 ロコモチェックサービスを 開始します！

亀山地域包括支援センター「きずな」
(あいあい ☎83-3575)

パソコン、スマートフォンや携
帯電話などで、簡単に認知症・ロ
コモ(運動器症候群)をチェック
してみませんか？

メニュー内容

▷これって認知症？

(家族・介護者向け)

▷私も認知症？(本人向け)

▷運動機能は？(ロコモチェック)

費用 利用料は無料

※通信料は自己負担となります。

利用方法 パソコン、スマートフォ
ンや携帯電話などで、ウェブサイト
(URL <http://fishbowlindex.net/kameyaman/>)を開いて、

画面の指示に従い操作してくだ
さい。

※携帯電話やスマートフォンか
らは、下記のQRコードからも
アクセスできます。

その他

▷個人情報の入力は一切不要です。
▷このチェックは医学的診断を
するものではありません。結果
にかかわらず心配のある人は、
早めにかかりつけ医や亀山地
域包括支援センター「きずな」
へご相談ください。



<QRコード>



第2回 亀山まちゼミ

亀山市内にあるお店の店主やスタッフが
講師となり、すぐにでも実践できるような
プロならではのちょっとしたコツや知識
などを受講者であるお客さんにお伝えする、
少人数制のユニークなゼミナール「まちゼミ」
を開催します。



と き

9月1日(木)～30日(金)

募集人数

1講座につき数人
(講座により異なります)

参加費

無料(材料費がかかる場合があります)

申込方法

8月26日(金)以降、受講を希望する
店舗に電話でお申し込みください。

ところ

亀山市内の参加店舗

※詳細については、亀山商工会議所ホームページをご覧
ください。なお、チラシは現在作成中につき出来上が
り次第、亀山商工会議所ホームページに掲載します。

URL <http://kameyama-cci.or.jp/>

問合先 亀山商工会議所(☎82-1331)



<QRコード>

現場と農政を結ぶ 「地方参事官ホットライン」が 開設されています

環境産業部農政室(☎84-5048)

生産者・消費者などの皆さんから、農政に関する相談、事業や制度への質問などを受け付けています。

問合先

東海農政局地方参事官室(三重)
(☎059-228-3151 土・日曜日、
祝日を除く午前8時30分～午後
5時15分)

URL <http://www.maff.go.jp/tokai/area/mie/index.html>



各種検診・教室

あいあいトレーニング室 利用説明会

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

と き

▷9月21日(水) 午後2時～3時

▷9月28日(水) 午前11時～正午

ところ あいあい1階トレーニング室

スタッフ 健康運動指導士など

対象者 市内に住所を有する人

(中学生以下を除く)

定 員 各回5人(先着順)

参加費 無料

持ち物など 室内用トレーニング

シューズ、タオル、動きやすい服装

申込開始日 8月17日(水)

申込方法 健康福祉部長寿健康づくり室へ電話または直接お申し込みください。

その他 中学生以下の子ども同伴での利用はできません。

あいあいトレーニング室 ミニ運動講座

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

トレーニング室で、簡単にできる運動のミニ講座を行います。

と き・内容

▷9月7日(水) 午後2時30分～

…簡単レクリエーション体操①

▷9月14日(水) 午前10時30分～

…簡単レクリエーション体操②

※各回20分程度

ところ あいあい1階トレーニング室

スタッフ 健康運動指導士など

対象者 市内に住所を有する人

(中学生以下を除く)

定 員 各回5人(先着順)

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物など 室内用トレーニング

シューズ、タオル、動きやすい服装

その他 中学生以下の子ども同伴での利用はできません。

妊婦教室

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

と き 9月28日(水)

午後1時30分～3時

ところ あいあい1階集団指導室

内 容 母乳・お母さんの歯の健康・産後の生活についての話、参加者同士の交流

対象者 市内に住所を有する妊婦とその夫

定 員 12人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳

申込開始日 8月17日(水)

申込方法 健康福祉部長寿健康づくり室へ電話または直接お申し込みください。

※申込時に簡単な問診をします。

シリーズ 認知症

Vol.5

保とう！脳の健康



「いつまでも脳の健康を保ちたい」との願いは誰もが持っているでしょう。しかしながら、加齢とともに日常生活で段取りが悪くなったり、人の名前が思い出せなかったりしませんか。

認知症まではいかなくても、以前と違うと感じ取れるようなことがあれば、認知機能が低下してきているのかもしれません。原因を知り、できるかぎり早くから予防に取り組むことが大切です。

日々の心掛けにより生活習慣を見直し、自分の能力を鍛えることで、認知機能低下の予防につなげることができます。

日々の暮らしで実践！認知症予防

- ① バランスのとれた食習慣を心掛ける。魚や野菜、ポリフェノールを多く含む食品を摂取する。
- ② 週3日以上の有酸素運動(早足のウォーキングなど)を行う。
- ③ 筋力トレーニングを行う。
- ④ 家に閉じこもらず、外へ出て人との関わりを持つ。
- ⑤ 文章を書きながら読む。会話をしながら歩く、料理をするなど、一度に2つの課題に取り組む。



小さな心掛けを“コツコツ”と
続けていくことが大切です。

問合先

亀山地域包括支援センター「きずな」
(あいあい ☎83-3575)

あいあいっこ ベビーのつどい

亀山子育て支援センター
(あいあい ☎84-3314)

1歳未満のお子さんとその保護者に亀山子育て支援センター(あいあいっこ)を開放します。

お子さんと一緒にゆったりと過ごしてみませんか？

と き 9月14日(水)
午後1時～4時

ところ 亀山子育て支援センター

対象者 1歳未満の乳児とその保護者

参加費 無料

※申し込みは不要です。

その他 対象でない人の施設利用は午前9時～正午になります。

水中ウォーキングセミナー

関B & G海洋センター
(☎96-1010)

泳げない人や体力のない人でも水の特性を利用し、気軽に有酸素運動、筋力運動、ストレッチができます。水の中で楽しく運動してみませんか？

と き 9月5日～11月21日の毎週月曜日 午前10時～11時(9月19日、10月10日を除く全10回)

ところ 関B & G海洋センター

対象者 18歳以上の人

定員 35人(先着順)

参加費 3,900円
(スポーツ保険料含む)

持ち物 水着、キャップ、タオル

申込開始日 8月16日(火)

申込方法 参加費を持参の上、関B & G海洋センターへ直接お申し込みください。

大人の水慣れ教室

関B & G海洋センター
(☎96-1010)

水が苦手な人でも参加できる大人の水泳教室です。水慣れから始めクロールの習得まで、ゆっくり楽しくステップアップします。

と き 9月13日～11月22日の毎週火曜日 午前10時～11時(10月18日を除く全10回)

ところ 関B & G海洋センター

対象者 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 3,900円
(スポーツ保険料含む)

持ち物 水着、キャップ、タオル、ゴーグル

申込開始日 8月16日(火)

申込方法 参加費を持参の上、関B & G海洋センターへ直越お申し込みください。

リフレッシュ体操教室

関B & G海洋センター
(☎96-1010)

ヨガの動きを用いた初心者向けの体操教室です。気持ちよく体を動かして、ストレス解消しませんか？

と き 9月17日～10月8日の毎週土曜日 午後1時～2時(全4回)

ところ 関B & G海洋センター

講師 Laxmi YOGAインストラクター 堤 綾子さん

対象者 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 2,000円
(スポーツ保険料含む)

持ち物など 飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの人)、動きやすい服装

申込開始日 8月16日(火)

申込方法 参加費を持参の上、関B & G海洋センターへ直接お申し込みください。

天神・和賀ニコニコ教室 ～歩行・ステップ～

きじゅえん
亀寿苑在宅介護支援センター
(☎84-1212)

と き 9月6日(火)
午後1時30分～3時

ところ 天神・和賀地区コミュニティセンター

対象者 おおむね65歳以上の人や介護予防に関心のある人

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物 上履き

萩原いきいき教室 転倒予防体操 ～転ばない身体づくり～

かおす
華旺寿在宅介護支援センター
(☎96-3131)

と き 9月8日(木)
午前9時～10時

ところ 萩原公民館

内容 椅子に座ったまま安全に行える体操やレクリエーション

対象者 おおむね65歳以上の人

参加費 無料

持ち物など タオル、動きやすい服装

申込期限 9月7日(水)

申込方法 華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。

関いきいき教室 ～介護予防のレクリエーション～

華旺寿在宅介護支援センター
(☎96-3131)

と き 9月16日(金)
午前10時～11時30分

ところ 健康づくり関センター

内容 レクリエーション・インストラクターを講師に招き、懐かしい歌や手遊びを交えた介護予防のレクリエーション

対象者 介護予防に関心のある人

参加費 無料

持ち物など タオル、動きやすい服装

申込期限 9月15日(木)

申込方法 華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。



亀山学校 ～血圧について～

亀山在宅介護支援センター
 (☎83-5920)

と き 9月15日(木)
 午後1時30分～3時
 ところ あいあい2階大会議室
 講 師 市立医療センター医師
 対象者 医療・介護・福祉や介護予
 防などに関心のある人
 参加費 無料
 ※申し込みは不要です。
 持ち物 筆記用具
 共 催 亀山医師会

認知症を一緒に考える集い ～認知症に関心を持とう～

亀山在宅介護支援センター
 (☎83-5920)

と き 9月17日(土)
 午前10時～正午
 ところ 亀山老人保健施設1階
 対象者 認知症について学びたい
 人や予防に関心のある人
 参加費 無料
 ※申し込みは不要です。
 持ち物 筆記用具

はつらつ教室 レクリエーション ～楽しくできる全身運動～

亀山在宅介護支援センター
 (☎83-5920)

と き 9月29日(木)
 午後1時～2時30分
 ところ 井田川地区北コミュニティ
 センター
 講 師 日本レクリエーション協会
 高本真貴子さん
 対象者 おおむね65歳以上の人や
 介護予防に関心のある人
 参加費 無料
 ※申し込みは不要です。
 持ち物 筆記用具

介護予防教室 ～認知症予防について～

(福)安全福祉会(☎83-1294)

と き 8月23日(火)
 午後1時30分～3時
 ところ 下白木公民館
 対象者 介護予防に関心のある人
 参加費 無料
 ※申し込みは不要です。
 持ち物など 動きやすい服装



募 集

教育委員会 臨時職員の募集

教育委員会教育総務室
 (☎84-5072)

職 種 給食調理員(調理師)
 募集人数 1人
 職務内容 学校給食の調理
 応募資格 調理師免許取得者
 任用期間 10月3日～平成29年3
 月31日
 勤務時間 午前8時15分～午後5
 時(7時間45分)
 勤務日数 年間120日以内
 勤務場所 市内小学校または関学
 校給食センター
 賃 金 時間給1,150円
 通勤手当 通勤距離区分に応じて支給
 社会保険など 健康保険、厚生年
 金保険、雇用保険、労災保険
 休 日 原則として土・日曜日、
 祝日は休み
 募集期限 9月2日(金)必着
 選考方法 書類選考、面接
 応募方法 教育委員会教育総務室
 (〒519-0195 本丸町577)へ履歴
 書を持参または郵送してください。

考えてみよう!

共生



人権

男女共同参画

国際化

市民文化部文化振興局
 共生社会推進室 (☎84-5066)

「かめやまニュース」(英語版・ポルトガル語版)

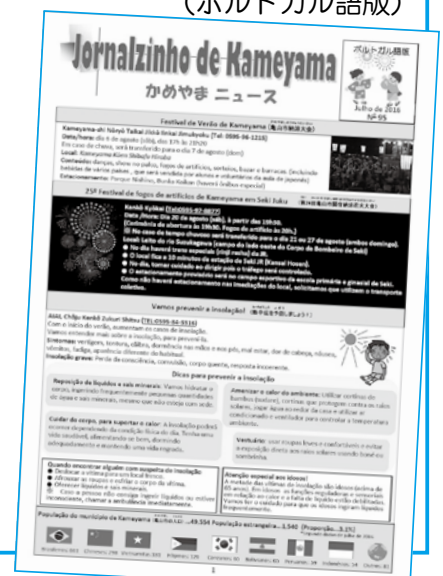
市内には、28カ国1,602人の外国人が住んでいます(8月1日時点)。
 外国人の皆さんに、生活情報や市の制度、イベント情報などをお知
 らせする「広報かめやま」の多言語版として、ポルトガル語版、英語版
 の広報「かめやまニュース」を月に1回発行しています。

「かめやまニュース」は、市ホームページで閲覧できるほか、外国人
 住民がお住まいの自治会や働いている会社、子どもが通っている
 学校などを通して配布しています。

また、必要な情報を迅速かつ確実に伝えるために、ポルトガル語、
 英語、やさしい日本語による「かめやまポケット・インフォメーシ
 ョンメール(かめポケメール)」の配信も行っています。

もし、お近くに「かめやまニュース」や「かめポケメール」のことを
 知らない外国人の方がいましたら、内容を教えてあげていただくと
 ともに、毎月情報が行われるようにサポートをお願いします。

かめやまニュース
 (ポルトガル語版)



県立看護大学

鈴鹿医療科学大学

推薦入学の希望者募集

市立医療センター事務局

(☎83-0990)

市立医療センターでは、平成29年度「県立看護大学(地域推薦入試B)」と「鈴鹿医療科学大学(推薦入試 医療機関推薦)」の推薦希望者を募集します。

県立看護大学

推薦学部・学科

看護学部看護学科

応募資格

次のすべてに該当する人

- ▷市立医療センターに4年以上就業する強い意思を有する人
- ▷卒業後に貢献する地域の保健・医療・福祉について亀山市と十分な話し合いを持てる人
- ▷平成29年3月に高等学校(三重県内の高等学校に限らない)を卒業見込みの人
- ▷調査書の「国語」「数学」「外国語」

「理科」「地歴・公民」の評定平均値が4.3以上である人

- ▷高等学校で「化学基礎」と「生物基礎」の両方を履修していることに加え、「化学」または「生物」を履修している人
- ▷合格した場合、必ず入学することを確約できる人

鈴鹿医療科学大学

推薦学部・学科

看護学部看護学科

応募資格

次のすべてに該当する人

- ▷市立医療センターに4年以上就業する強い意思を有する人
- ▷平成29年3月に高等学校(三重県内の高等学校)を卒業見込みの人
- ▷調査書全体の評定平均値が3.7以上である人
- ▷高等学校で「生物基礎」か「生物」のいずれかを履修している人
- ▷合格した場合、必ず入学することを確約できる人

共通事項

募集定員

若干名

受付期間

8月15日(月)～9月2日(金)
※郵送の場合は書留郵便に限る(9月2日(金)必着)

試験日

9月18日(日)

午後1時30分～

試験場所

市立医療センター会議室

試験科目

口述(面接)、作文、調査書で総合判定

提出書類

申込書(市立医療センターの指定するもの)、履歴書・身上書(市立医療センターの指定するもの)、調査書

申込書の請求・提出先

市立医療センター事務局
(〒519-0163 亀田町466-1)

※市立医療センターホームページから、申込書、履歴書・身上書をダウンロードできます。

※両方の大学の推薦申し込みは不可



●西野公園体育館 (☎82-1144)

曜日	午前	午後	夜間
月	卓球、 バドミントン、 バスケットボール、 ソフトバレー		テニス
火			バドミントン
水			バスケットボール ハンドボール
木			バドミントン
金			卓球、バドミントン
土			卓球、バドミントン
日			バスケットボール

個人使用デー 9月5日(月)～9日(金)

●東野公園体育館 (☎83-1888)

曜日	午前	午後	夜間
月	卓球、 バドミントン、 バスケットボール、 ソフトバレー、 ニュースポーツ、 バレーボール		卓球、ニュースポーツ、バドミントン
火			バドミントン ソフトバレー
水			バスケットボール
木			バスケットボール バレーボール
金			卓球、バドミントン
土			バスケットボール
日			卓球、バドミントン

個人使用デー 9月12日(月)～16日(金)

<施設利用時間>

午前	9:00～12:30 (12:00)
午後	13:00～17:30 (17:00)
夜間	18:00～21:30

※()は関B&G海洋センターのプール

<施設利用料金>

一般	100円(200円)
中学生以下	50円(無料)

※()は関B&G海洋センターのプール

●関B&G海洋センター (☎96-1010)

体育館 曜日ごとの競技種目の限定はありません。

個人使用デー 毎週水曜日

プール スイミングキャップの着用をお願いします(貸し出しは行っていません)。小学3年生以下の児童が泳ぐ時は保護者の付き添いが必要です。

個人使用デーは、団体の専用予約が入りません。それ以外の日は、専用予約が入ると個人使用ができませんので、事前に各施設へお問い合わせください。

心とカラダのヨーガ

(公財) 亀山市地域社会振興会
(スポーツ研修センター ☎82-9092)

初めての人から少し経験がある人までを対象にヨガ教室を開催します。一緒に気持ち良い汗をかきましょう。

と き 9月23日～11月25日の毎週金曜日 午前10時～11時(10月21日、11月4日を除く全8回)

ところ スポーツ研修センター柔道場

定 員 40人(先着順)

受講料 4,000円(会場使用料・スポーツ保険料を含む)

持ち物など 飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオル、ひざかけ、動きやすい服装

申込開始日 8月22日(月)

申込方法 参加費を持参の上、スポーツ研修センター(西野公園内)へお申し込みください。

リフレッシュ体操 Gボール

亀山市レクリエーション協会
(亀山スポーツ連合会 ☎97-3686、FAX97-3695)

バランスボールやエクササイズボールとも呼ばれる「Gボール」。フワフワ弾みながら楽しくリフレッシュしませんか?

と き 9月11日(日)
午後1時30分～4時30分

ところ 亀山西小学校体育館

対象者 17歳以上の人

参加費 一般500円
市レク会員400円

※いずれもスポーツ保険料含む
※当日会場でお支払いください。

持ち物など 体育館シューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込期限 9月5日(月)

申込方法 参加者全員の住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記の上、ファクスまたは郵送で亀山スポーツ連合会(〒519-0165 野村二丁目5-1)へお申し込みください(直接持参も可)。



試 験

危険物取扱者試験

市消防本部予防室(☎82-9492)

(一財)消防試験研究センター三重県支部では、危険物取扱者試験(後期)を実施します。

※下記の試験会場は近隣地区のみ記載しています。このほか県内各所にも試験会場があります。

申込方法 市消防本部予防室、関分署、北東分署にある願書に必要事項を記入の上、(一財)消防試験研究センター三重県支部へお申し込みください。

出願期間

9月1日(木)～12日(月)

※電子申請の場合は、8月29日(月)午前9時～9月9日(金)午後5時

試験日 試験会場	11月3日(祝)		11月6日(日)		11月12日(土)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
(一社)北勢自動車協会 (四日市市)	乙種第4類	乙種第4類	乙種第4類	乙種第4類	乙種第4類 丙種	乙種第4類
鈴鹿地域職業訓練 センター(鈴鹿市)	乙種第4類 丙種	乙種第4類	乙種第4類	乙種第4類		
高田短期大学 (津市)	乙種全類 丙種	甲種 乙種第4類				
サン・ワーク津 (津市)					乙種第4類	乙種第4類

予備講習会(亀山市防火協会主催)

と き 10月8日(土)

午前9時～午後4時45分

ところ 市消防庁舎1階防災センター(野村四丁目1-23)

対象者 乙種第4類受験者

定 員 50人(先着順)

受講料 1,000円(亀山市防火協会員は無料)

※テキストが必要な人は、別途テキスト代が必要となります。

申込期間 9月1日(木)午前9時～16日(金)午後5時(土・日曜日を除く)

申込方法 市消防本部予防室、関分署、北東分署にある申込書(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入の上、受講料を添えてお申し込みください。



平成28年 犯罪発生状況



6月末現在・亀山署管内 刑法犯(窃盗、詐欺、傷害など)認知状況

亀山署総数	江ヶ室交番	関交番	川崎駐在所	昼生駐在所	野登駐在所
155件(-13)	81件(-14)	43件(+3)	16件(+2)	9件(+5)	6件(-9)

※()内は昨年比の増減数

「医療費の還付金があります」は振り込め詐欺!

市役所の職員などを騙った還付金詐欺の被害が県内で相次いでいます。「医療費の還付金があります。期限は今日までです」などと電話がかかってきて、スーパーなどのATM(現金自動預払機)コーナーへ行くよう指示され、犯人の言うままにATMを操作すると、現金を騙しとられます。不審な電話があれば、すぐに警察へ通報してください。

亀山地区防犯協会・亀山警察署(☎82-0110)



※当事者間のトラブルについては、市は一切関与しません。

夏の風物詩 三本松地蔵祭り

と き 8月23日(火)、24日(水)
午後6時～9時30分
(小雨決行)

ところ 浄源寺境内とその周辺
(本町四丁目地内)

内 容 地蔵祭りの踊りや催し物、亀山みそ焼きうどん・焼きそば・みたらし・野菜などの販売、作り物の展示など

問合先 三本松地蔵祭り実行委員会(渡辺 ☎83-0645)

亀山こども劇場 第92回例会 「まいごのまめのつる」

三重県にあるプロ人形劇団「人形劇団どむならん」による人形劇をお楽しみください。

と き 8月27日(土)
午後2時～(開演)

ところ 青少年研修センター集会場
月会費 1,000円(入会金500円)

※会員対象ですが、当日に入会してご覧になれます(3歳以下無料)。

問合先 亀山こども劇場(☎83-3534、開局日は月・火・金曜日の午後0時30分～4時)

IATSSフォーラム ホストファミリーの募集

IATSS(イアッツ)フォーラムは、東南アジアの将来を担う若者の人材育成を行う研修機関です。研修期間中、研修生(会話は英語)を受け入れ、日本の生活を体験させていただける家庭を募集します。

と き 10月15日(土)～16日(日)
(1泊2日)

募集家族数 18家族
※応募者多数の場合は抽選

申込期限 8月31日(水)

※申込方法など詳しくは、ホームページなどでご確認ください。

URL <http://www.iatssforum.jp/>

申込・問合先 (公財)国際交通安全学会IATSSフォーラム
(池田 ☎059-370-0511)

潜在看護職員等 復職研修の受講者募集

看護職の免許を持ちながら、結婚・出産・子育てなどで看護の現場から離れている人が、円滑に職場復帰できるための研修を行います。

とき・ところ

▷津会場

9月6日～11月29日で11日間
三重県看護協会研修室、三重大学附属病院、津市内の病院など

▷四日市会場

10月4日～10月12日で5日間
三重県立総合医療センター

内 容 講義、演習、施設実習、就業相談

受講料 無料

申込・問合先 三重県ナースセンター
(☎059-222-0466)

「国の教育ローン」 (日本政策金融公庫)の案内

「国の教育ローン」は、高校、大学などへの入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

融資額

子ども1人につき350万円以内

金 利 年1.90%

(母子家庭の人などは年1.50%)

※平成28年7月13日時点

返済期間 15年以内

(母子家庭の人などは18年以内)

※申込方法など詳しくは、ホームページ(「国の教育ローン」で検索)などでご確認ください。

問合先 (株)日本政策金融公庫

教育ローンコールセンター

(☎0570-008656[ナビダイヤル]
または☎03-5321-8656)

いい人、見つけて結婚しよう ～結婚を希望する男女の 楽しい出会いの場～

と き 9月19日(祝)
午後0時30分～4時

※受付は午前11時30分～

ところ 三重県生涯学習センター
4階大研修室(県総合文化センター内)

対象者 20歳～40歳代で配偶者のいない人

参加費 1,000円

※当日会場でお支払いください。

※申し込みは不要です。

問合先 NPO日本シルバークラブ
三重県支部 津シルバークラブ
(本田 ☎090-7310-3753)

CATV



My Town KAMEYAMA

8月19日(金)～25日(木)

●ウイークリーかめやま

●かめやま情報BOX

●かめやま健康体操

●エンドコーナー「第一愛護園②」

8月26日(金)～9月1日(木)

●ウイークリーかめやま

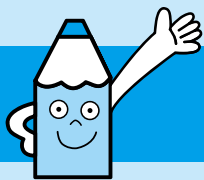
●特集

「亀山から世界へ～こだわりぬいたスマートフォンケース～」

●かめやま健康体操

●エンドコーナー「昼生保育園」

※午前6時から午前0時まで、30分番組(文字情報を含む)を繰り返し放送しています。なお、放送内容を変更する場合がありますので、ご了承ください。



広報ガイド

9月

子育て支援センターの催し

亀山子育て支援センター ☎84-3314

ひよこくらぶ

7日・21日(水) 10:30~11:00

マミーズおはなしボックス

16日(金) 10:30~11:00

おりがみだいすき

26日(月) 11:00~11:30

関子育て支援センター ☎96-0203

ぼっぼくらぶ

7日・28日(水) 10:30~11:00

ひまわりママと遊ぼう

8日(木) 10:30~11:00

野登ルンビニ園支援センター「のんの」 ☎85-8030

遊ぼうデー「敬老の日のプレゼントを作ろう」

14日(水) 10:00~10:45

和菓子作り茶道体験講座 ※要予約(電話不可)

20日(火) 10:00~12:30

遊ぼうデー「読み聞かせ」

21日(水) 10:00~10:30

亀山愛児園「コスモス倶楽部」 ☎090-1566-1523

自己整体ヨガ教室 ※電話予約不可・人数制限有り

9日(金) 10:30~11:30

おじいちゃん・おばあちゃんへのお手紙づくり

13日(火) 10:30~11:30 ※予約締切9月7日(水)

読み聞かせの会

27日(火) 11:30~11:45

川崎愛児園「なぎの木」 ☎85-8018

にこにこ劇場(子育て講座)「だるまさん🐼🐼🐼」など

7日(水) 10:00~11:00

お話を聞こう(読み聞かせ)

14日(水) 10:00~11:00

絵をかいてあそぼう

28日(水) 10:00~11:00

保健だより

健康福祉部長寿健康づくり室 ☎84-3316

育児相談 ※母子健康手帳を持参

7日(水) 13:30~14:30 あいあい

1歳6カ月児健診 ※平成27年2月の出生児対象。受付時間は個人通知します。

29日(木) あいあい

3歳児健診 ※平成25年3月の出生児対象。受付時間は個人通知します。

15日(木) あいあい

各種相談

人権相談	7日(水)	13:00~15:00	市役所 1階市民対話室 ☎84-5066
	26日(月)	13:00~15:00	関支所 1階応接室 1 ☎84-5066
行政相談 行政に関わる意見、要望、 困っていることなどの相談	9日(金)	13:00~15:00	市役所 1階市民対話室 ☎84-5007
	21日(水)	13:00~15:00	関支所 1階応接室 1 ☎84-5007
法律相談 弁護士による相談。 予約制(1カ月前から受付)	20日(火)	13:30~15:50	市役所 1階市民対話室 ☎84-5007
	30日(金)	13:00~16:30	市役所 1階市民対話室 ☎84-5007
交通事故相談 専門相談員による相談。予約制 (1カ月前から9/27午前中まで受付) ※予約者がいない場合は、交通事 故相談は開設しません。	28日(水)	13:30~15:30	市役所 1階市民対話室 ☎84-5007
市民活動なんでも相談 市民活動専門コーディネーターに よる相談。予約制(当日申込可)	20日(火)	13:00~17:00	市民協働センター「みらい」 ☎84-5066
よろず人権相談	15日(木)	13:00~15:00	あいあい 1階個別相談室 ☎84-5066
元公証人(弁護士)による法律相談 相続、遺言、離婚、賃貸借等の法律 相談。予約制	9・23日(金)	13:00~15:00	あいあい 1階個別相談室 ☎82-7985
心配ごと相談 生活上のあらゆる心配ごと、困り ごと相談。予約制(当日申込可)	9・23日(金)	13:00~15:00	あいあい 1階相談室 2 ☎82-7985
ボランティア相談 ボランティアによる相談	9日(金)	13:30~16:00	あいあい 2階 ボランティアルーム ☎82-7985
子ども医療相談	8日(木)	13:50~17:00	あいあい ☎83-2425 児童精神科医
療育手帳の相談・判定	5日(月)	9:10~15:50	あいあい ☎83-2425 児童相談所職員
家庭児童相談 (子ども虐待およびDVなどを含む)	月~金曜日	9:00~17:00	あいあい ☎83-2425
青少年相談	月~金曜日	9:00~17:00	青少年総合支援センター ☎82-6000
消費生活問題の相談 消費生活専門相談員による相談	月~金曜日	9:00~16:00	鈴鹿亀山消費生活センター ☎059-375-7611



一次救急 当番医 9月

夜間・休日などの当番医療機関は、急病に対するもので、再来など継続的な利用はご遠慮ください。

※担当医師や診療場所が変更となる場合がありますので、事前に電話で確認してから受診してください。

問合先 ☎82-1111（市役所代表）

※救急に関することは、救急医療情報センター（☎82-1199）へお問い合わせください。

●夜間時間外応急診療（日曜日・祝日を除く）

市内内科系医師と市立医療センターの当番制で、夜間時間外の一次応急診療を実施しています。

【診療時間】 午後7時30分～10時

（受付時間 午後7時～9時30分）

日	医療機関名・所在地	電話番号	担当医師
1 木	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
2 金	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
3 土	医療センター 亀田町	83-0990	勝木医師
5 月	医療センター 亀田町	83-0990	曾我医師
6 火	みえ呼吸嚔下リハビリクリニック アイリス町	84-3536	井上医師
7 水	医療センター 亀田町	83-0990	谷口医師
8 木	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
9 金	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
10 土	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
12 月	医療センター 亀田町	83-0990	曾我医師
13 火	医療センター 亀田町	83-0990	入山医師
14 水	医療センター 亀田町	83-0990	高橋医師
15 木	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
16 金	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
17 土	あのだクリニック 阿野田町	83-1181	内田医師
20 火	みえ呼吸嚔下リハビリクリニック アイリス町	84-3536	井上医師
21 水	医療センター 亀田町	83-0990	谷口医師
23 金	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
24 土	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
26 月	医療センター 亀田町	83-0990	田中医師
27 火	医療センター 亀田町	83-0990	入山医師
28 水	医療センター 亀田町	83-0990	高橋医師
29 木	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
30 金	医療センター 亀田町	83-0990	当直医師

お願い

○できるかぎり昼間の診療時間内に受診しましょう。

○健康保険証、医療費受給者証（乳幼児医療など）、診療費、おくすり手帳（または服用している薬）を必ずお持ちください。

夜間時間外応急診療 参加医療機関の連絡先



- ・あのだクリニック（内田医師） 83-1181
- ・かつき内科（勝木医師） 84-5858
- ・せきクリニック（曾我医師） 96-2220
- ・高橋内科クリニック（高橋医師） 84-3377
- ・田中内科医院（田中医師） 82-0755
- ・谷口内科（谷口医師） 82-8710
- ・豊田クリニック（入山医師） 82-1431
- ・みえ呼吸嚔下リハビリクリニック（井上医師） 84-3536
- ・市立医療センター 83-0990

急な子どもの病気の 電話相談



<みえ子ども医療ダイヤル>

☎#8000 または ☎059（232）9955

（午後7時30分～翌朝8時）

※みえ子ども医療ダイヤルは、電話相談であり、診察や指示などの医療行為は行いません。

●日曜日・祝日の当番医

【診療時間】 午後1時～7時30分（受付：午後7時まで）

日	医療機関名・所在地	電話番号
4 日	後藤眼科クリニック 北町	84-1800
11 日	せきクリニック 関町新所	96-2220
18 日	さかえ整形外科 栄町	97-3335
19 祝	かめやま心身クリニック 栄町	82-2500
22 祝	田中内科医院 天神二丁目	82-0755
25 日	田中病院 西丸町	82-1335

医療機関の照会



<救急医療情報センター>

☎82-1199（終日）

※救急医療情報センターの案内業務は、津市の「三重県救急医療情報センターコールセンター」で実施しています。



8月分 日曜日の当番医の変更

8月28日（日）高橋内科クリニック