

「障害者控除対象者認定書 (年末調整用)」の交付

長寿健康課高齢者支援グループ
(あいあい ☎84-3312)

市内に住所を有する65歳以上(平成30年12月31日時点)の要介護・要支援認定者で、寝たきりや認知症の状態により障害者控除対象者と認められる人に、所得税の年末調整に利用できる認定書を交付していますので、申請してください。

申請窓口

健康福祉部長寿健康課

※申請書は市ホームページからもダウンロードできます。または、郵送することもできます。

持ち物 申請者の印鑑と運転免許証などの身分証明書、対象者の介護保険被保険者証

その他

▷交付には1週間程度かかります。
※確定申告用の認定書は、平成31年1月末に対象者へ郵送します。
▷平成30年中に亡くなった人については申請が必要です。

問合せ先

▷認定について…長寿健康課高齢者支援グループ(☎84-3312)
▷所得税について…鈴鹿税務署(☎059-382-0351)

各種検診・教室

助産師による授乳相談

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

「母乳だけで育てられるか心配」、「卒乳の方法を聞きたい」、「妊娠中のおっぱいのケアの方法を知りたい」など、授乳に関する相談に助産師がお応えします。

とき 12月12日(水)

①午前10時～

②午前10時30分～

③午前11時～

※①②③のいずれかで、相談時間は1組20分程度

ところ あいあい1階集団指導室
内容 授乳に関する相談
対象者 市内に住所を有する妊婦または産婦
定員 3組(先着順)
参加費 無料
持ち物 母子健康手帳
申込開始日 11月20日(火)
申込方法 長寿健康課健康づくりグループへ電話または直接お申し込みください。

あいあいトレーニング室 利用説明会

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

とき

▷12月5日(水) 午後2時～3時

▷12月26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(中学生以下は除く)

定員 各回5人(先着順)

参加費 無料

持ち物など タオル、室内用トレーニングシューズ、動きやすい服装

申込開始日 11月16日(金)

申込方法 長寿健康課健康づくりグループ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。

あいあい運動教室

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

健康づくりのために、毎月2回、運動教室を行っています。

ストレッチやトレーニングを行って、正しい姿勢を目指しましょう!

とき

▷12月12日(水) 午後2時～3時30分

▷12月19日(水) 午後2時～3時30分

ところ あいあい2階大会議室

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(中学生以下は除く)

定員 各回30人

※初めての参加者を優先します。

参加費 無料

持ち物など 飲み物、タオル、運動靴、動きやすい服装

申込開始日 11月16日(金)

申込方法 長寿健康課健康づくりグループへ電話または直接お申し込みください。



あいあいトレーニング室 ミニ運動講座

長寿健康課健康づくりグループ
(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。

簡単な骨量体操を学び、骨粗しょう症予防に努めましょう。

とき

▷12月12日(水) 午前10時30分～

…骨量体操①

▷12月26日(水) 午後2時30分～

…骨量体操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(中学生以下は除く)

定員 各回5人(先着順)

参加費 無料

※事前の申し込みは不要

持ち物など タオル、室内用トレーニングシューズ、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

長寿健康課健康づくりグループ
 (あいあい ☎84-3316)

- と き 12月12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 11月20日(火)
- 申込方法 長寿健康課健康づくりグループ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。

離乳食教室

長寿健康課健康づくりグループ
 (あいあい ☎84-3316)

- と き 12月19日(水)
 午前9時30分～11時30分
- ところ あいあい1階集団指導室
- 内 容 主に生後5カ月～8カ月の離乳食の作り方の説明と試食
- 対象者 市内に住所を有する乳児の保護者、妊婦
- 定 員 20人(先着順)
- 参加費 無料

持ち物 母子健康手帳、試食用小皿、スプーン、エプロン、手ふき用タオル、ふきん、筆記用具

- 申込期間 11月21日(水)～12月7日(金)
- 申込方法 長寿健康課健康づくりグループへ電話または直接お申し込みください

HIV検査やエイズ相談の実施～12月1日は「世界エイズデー」～

県鈴鹿保健所健康増進課
 (☎059-382-8672)

エイズ(AIDS/後天性免疫不全症候群)は、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染することで、免疫力が極端に低下してしまう病気です。

HIVに感染しているかは、検査を受けなくては分かりません。

県鈴鹿保健所では、HIV検査やエイズ相談などを行っています。プライバシーは守られ、検査・相談を匿名で受けることができますので、少しでも不安のある人は検査を受けましょう。

- と き 毎週火曜日
 午後1時～3時
- ところ 県鈴鹿保健所
 (県鈴鹿庁舎1階)

費用 無料
 ※事前の申し込みは不要

認知症・介護予防体操教室～希望をもって元気に生きる～

野村きぼう苑(☎84-7888)

- と き 12月5日(水)
 午前10時～11時30分
- ところ 野村地区コミュニティセンター
- 内 容 健康体操(セラバンド体操)
 ※セラバンド(ゴム製のトレーニング用バンド)は主催者で用意
- 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
- ※事前の申し込みは不要
- 持ち物など 上履き、動きやすい服装

加太いきいき教室～介護予防に関する講話や体操、レクリエーションなど～

華旺寿在宅介護支援センター
 (☎96-3131)

- と き 12月18日(火)
 午後1時30分～3時
- ところ 林業総合センター
- 内 容 前半は介護予防体操、後半は講話やレクリエーションなど
- 対象者 おおむね65歳以上の人
- 参加費 無料
- ※事前の申し込みは不要
- 持ち物など 飲み物、タオル、上履き、動きやすい服装



年金だより

11月30日は「年金の日」です！

市民課医療年金グループ(☎84-5005)、日本年金機構津年金事務所(☎059-228-9112)

厚生労働省では、「国民一人ひとり、『ねんきんネット』等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らす日」として、毎年11月30日を「年金の日」としました。

この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、自身の年金記録を基にさまざまなパターンの試算をすることもできます。

※「ねんきんネット」について詳しくは、日本年金機構ホームページでご確認いただくか、日本年金機構津年金事務所へお問い合わせください。

◎日本年金機構ホームページ URL <http://www.nenkin.go.jp/>



関いきいき教室 ～介護予防に関する講話や 体操、レクリエーションなど～

華旺寿在宅介護支援センター
(☎96-3131)

とき 12月の毎週火曜日
▷12月4日、18日…リラククス体操
▷12月11日、25日…アクティブ体操
※いずれも午前10時～11時30分
※1人につき月2回まで参加可
ところ 健康づくり関センター
内容 前半は介護予防体操、後半は週によって講話やレクリエーションなど

対象者 おおむね65歳以上の人

参加費 無料

※事前の申し込みは不要

持ち物など 飲み物、タオル、動きやすい服装

レッツゴー五つ星 ～五つの健康(身体・頭・心・栄養・ 仲間づくり)で元気はつらつ!～

亀山老人保健施設(☎83-5920)

『五つ』の健康体操を、皆さんで楽しく行います。

とき 12月の毎週火曜日(12月4日、11日、18日、25日)

※いずれも午前10時～11時30分

ところ 亀山老人保健施設1階(羽若町645-14)

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

※材料費などの実費は自己負担

※事前の申し込みは不要

※1回からでも参加できます。

持ち物など 上履き、動きやすい服装

募集

小・中学校 外国語通訳(支援員)の募集

教育委員会学校教育課
教育支援グループ(☎84-5076)

募集人数 外国語通訳(支援員)
13人程度(非常勤職員)

業務内容 児童・生徒の学習支援、保護者の相談・対応、通信等の翻訳など

応募資格 ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、英語、ベトナム語のうち1つ、または複数の言語の通訳と翻訳ができる人

任用期間 平成31年4月1日～平成32(2020)年3月31日

勤務時間 原則として午前8時30分から、3.5～6.5時間程度

勤務日数 月平均5日～17日程度

勤務場所 市内小・中学校(市内幼稚園、教育委員会を含む)

賃金 時間給1,250円(予定)

募集期限 12月28日(金)必着

応募方法 教育委員会学校教育課教育支援グループ(〒519-0195本丸町577)へ履歴書を持参または郵送してください。

※応募者については面接を実施(平成31年1月11日(金)市役所)

理学療法士または作業療法士 (常勤職員)の募集

市立医療センター(☎83-0990)

募集人数 1人

応募資格 すべてに該当する人

①昭和54年4月2日以降に生まれた人で、理学療法士または作業療法士の免許を有する人、または平成31年3月までに免許を取得見込みの人

②通勤可能な人

勤務場所 亀山市立医療センター

給与等 亀山市病院事業企業職員の給与の種類及び基準に関する条例、亀山市病院事業企業職員の給与に関する規程より支給

採用予定日 平成31年4月1日

※平成31年3月31日以前を採用日とすることもあり

※合格者は、「亀山市病院事業企業職員採用候補者名簿」に成績順に登載し、その中から採用者を決定

採用試験日時・場所など

とき 応募後に追って連絡

ところ 市立医療センター会議室

試験科目 口述(個別面接)と作文

受付期間 11月16日(金)～30日(金)

の午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日は除く)

※郵送による申し込みは、書留郵便に限る(11月30日(金)必着)

提出書類

▷職員採用試験申込書(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)

▷最終学校の卒業(見込)証明書(卒業証書の写しでも可)

▷理学療法士または作業療法士の免許証の写し(取得見込みの場合は除く)

※職員採用試験申込書、履歴書・身上書は、市立医療センターで配布(市立医療センターホームページからもダウンロード可)。

応募方法 亀山市立医療センター(〒519-0163 亀田町466-1)へ提出書類を持参または郵送してください。

CATV



11月16日(金)～22日(木)

●ウイークリーかめやま

●かめやま情報BOX

「第31回企画展(明治150年『幕末明治 そのときの亀山』)」

●エンドコーナー「みずほ幼稚園①」

11月23日(金)～29日(木)

●ウイークリーかめやま

●エンドコーナー「みずほ幼稚園②」

※午前6時から深夜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。

「ふれあい農園」の利用者を募集

産業振興課農業グループ
 (☎84-5082)

場 所 川合町731-1
 (ひとみヶ丘南部)

申込資格 市内に住所を有し、誠実に栽培管理ができる人(団体の申し込みも可)

使用できる期間 平成31年4月8日～平成33(2021)年3月31日

使用料 年間6,000円
 (年度ごとに前納)

使用できる区画 1区画30㎡(約9坪)。原則として、1世帯または1団体につき1区画

募集区画数 33区画(予定)

注意事項

▷申込者多数の場合は、抽選で使用予定者を決定します。

▷1世帯または1団体につき1申し込みまでとします。

▷使用を希望する本人が必ずお申し込みください。

申込期限 11月30日(金)必着

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、産業振興課農業グループ(〒519-0195 本丸町577)へ持参または郵送してください。

※申込書は、農業グループ(市役所2階)にあります(市ホームページ[農業グループのページ]からもダウンロード可)。



※当事者間のトラブルについては、市は一切関与しません。

渡辺香里粘土作品教室 作品展

生徒の皆さんが日頃懸命に制作した作品を、ぜひご覧ください。作品販売の収益の一部は、平成30年7月[西日本]豪雨、北海道胆振東部地震の復興支援として寄付します。

と き 11月19日(月)～22日(木)
 午前10時～午後4時

※19日(月)は午後1時～4時

ところ 三重茶農協直売所 茶気茶気
 (御幸町174-6[JR亀山駅前])

問合せ 渡辺(☎090-9926-7159)

亀山九条の会 講演会 「テレビではわからない『北朝鮮』、素顔の『北朝鮮』と日朝・米朝関係」

訪朝取材40回のフォトジャーナリスト伊藤孝司さんに、マスコミではあまり報道されない「北朝鮮」という国やその人々の暮らしの様子、日朝関係・米朝関係、朝鮮半島の緊張緩和の動きなど、最近の取材も含めてお話いただきます。

と き 12月9日(日)
 午後1時30分～4時

ところ あいあい2階大会議室

参加費 無料

※事前の申し込みは不要

問合せ先 亀山九条の会

(川辺 ☎090-8954-1526)

亀山西小学校区 児童クラブおつきさま 学童指導員および補助員の募集

子どもと一緒に遊んだり、様子を見守ったりなどの小学生の保育や、電話対応・行事の企画等の庶務などが主な仕事です。経験がない人の応募も大歓迎です。

応募資格 子どもが好きな60歳までの人(高卒以上)

勤務日 月～土曜日で週2日以上

勤務時間 午後1時～6時30分

(残業あり)の間で応相談

※土曜日、小学校の長期休業期間中は、午前7時30分からの出勤の場合あり

賃 金 時間給850円以上

社会保険など 労災保険、傷害保険

※勤務条件により雇用保険あり

選考方法 面接

※面接時に職場を見学すること可

申込先 児童クラブおつきさま
 (☎82-2015[午後1時～6時30分])

鈴鹿回生病院 健康管理センター 第15回健康セミナー

と き 12月8日(土)
 午後1時30分～4時30分

ところ

鈴鹿回生病院研修棟3階講義室

主な内容

▷健康についての講話

(禁煙・運動・栄養について)

▷血圧・骨密度・体脂肪などの各種計測、健康相談

▷簡単ストレッチ体操

参加費 無料

※事前の申し込みは不要

問合せ先 鈴鹿回生病院健康管理センター(☎059-375-1300)



平成30年 犯罪発生状況



9月末時点・亀山署管内 刑法犯(窃盗、詐欺、傷害など)認知状況

総 数	江ヶ室交番	関交番	昼生駐在所	川崎駐在所	野登駐在所
200件(-57)	112件(-22)	48件(-4)	6件(-13)	27件(±0)	7件(-18)

※()内は前年同期比の増減数

不審者に気をつけて!

日暮れが早くなってきています。暗くて見通しの悪い夜間は、不審者情報が増加傾向にあります。

お子さんと一緒に危険箇所や「子どもSOSの家」を確認しましょう。また、いざという時に「いやです!」とはっきり断り、全力で逃げる練習をさせ、自分を守るための行動力を身に付けさせましょう。



亀山地区防犯協会・亀山警察署(☎82-0110)