



「亀山7座トレイル」 登山と星空をたのしむ！

地域観光課観光交流グループ
(☎96-1215)

日常を忘れ、心と体をリフレッシュするため、登山を楽しみ、キャンプと星空観賞を行うイベントを開催します。

とき 11月27日(土)午前8時30分～28日(日)正午
※天候などにより、中止する場合があります。

登山場所 三子山
※都合により変更する場合があります。

宿泊場所
鈴鹿峠自然の家グラウンド

星空観賞場所
鈴鹿峠自然の家天文台「童夢」

集合場所
鈴鹿峠自然の家駐車場

対象者 18歳～70歳未満の登山経験者で健脚な人、体力に自信がある人

※両日とも参加できる人に限る。
※通院中の人や心疾患がある人はご遠慮ください。

定員 10人(申込者多数の場合は抽選)

参加費 無料
※キャンプ道具レンタル料や食費は自己負担となります。

申込期限 10月28日(木)

申込方法 地域観光課観光交流グループへ電話またはEメール(☐ kanko@city.kameyama.mie.jp)でお申し込みください。
※住所、氏名、生年月日、電話番号が必要
※申し込みは、本人に限ります。家族分を同時に申し込む場合は2名まで可。

持ち物など リュックサック、飲み物、タオル、軽食、キャンプ道具など

服装など 登山に適した服装、雨具、登山靴、帽子、手袋、着替え

など
その他
▷登山コースには、急な上りや下りがあります。
▷コース途中でトイレはありません。
▷鈴鹿峠自然の家の施設案内は、市ホームページからご覧ください。

主催 「亀山7座トレイル」登山道活用ネットワーク

お知らせ

生理用品を無償で配布します

地域福祉課福祉総務グループ
(あいあい ☎84-3311)

新型コロナウイルス感染症の影響等により、経済的な理由で生理用品の購入が難しい人を支援するため、生理用品を無償でお渡しします。

対象者 経済的な理由等で生理用品の購入が困難な人

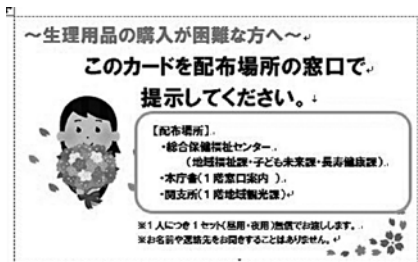
配布開始日 10月18日(月)

配布場所 あいあい1階(地域福祉課、長寿健康課、子ども未来課)、本庁1階(案内窓口)、関支所1階(地域観光課)

配布内容 生理用ナプキン1セット(昼用・夜用各1袋)を紙袋に入れてお渡しします。

配布方法 「引き換えカード」または「引き換えカード」をスマートフォンなどで撮影したものを、配布場所で職員に提示してください。

※「引き換えカード」はあいあい、本庁、関支所の1階女子トイレと各配布場所に設置
※名前や連絡先等をお聞きすることはありません。



11月1日に鈴鹿亀山消費生活センターが移転し、相談時間が変更されます

鈴鹿亀山地区広域連合
(☎059-369-3200)

移転場所 鈴鹿ハンターショッピングセンター2階

相談時間 午前10時～午後5時
※電話相談は午前9時～午後5時
※正午～午後1時、土・日曜日、祝日を除く

献血にご協力ください

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

街頭献血では、血液の安全性や医療機関のニーズに応じた400ml献血をお願いしています。

とき 11月4日(木)
午前9時～11時30分

ところ 本庁

献血できる人 18歳(男性は17歳)～69歳の健康で、体重が50kg以上の人

※65歳以上の人や海外に渡航歴のある人、服薬中の人には献血できない場合があります。

救急医療情報キットの配布

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

救急医療情報キットとは、緊急連絡先や医療情報(持病)などを記入した用紙を入れたペットボトルで、普段から冷蔵庫に入れておくものです。

急な体調不良等で救急車を呼んだときに救急隊員が取り出して、その情報を把握し、迅速な救命活動が行われるように搬送先の医療機関などへ伝えます。

申込方法 配布を希望する人は、長寿健康課健康づくりグループにある申請書に必要事項を記入の上、直接お申し込みください。

麻しん・風しん(MR)の 予防接種を受けましょう

長寿健康課健康づくりグループ
 (あいあい ☎84-3316)

麻しん・風しんは感染力が強く、
 人から人へ感染する病気です。

予防接種対象の人は、忘れずに
 受けてください。

令和3年度の対象者

第1期 (1回目)	1歳～2歳未満
第2期 (2回目)	平成27年4月2日～ 平成28年4月1日生まれの人

接種期限 令和4年3月31日(木)

接種方法 県内の各医療機関へ
 予約してください。

※県外で接種する場合は、長寿健康課健康づくりグループへご連絡ください。

接種料金 無料

持ち物 母子健康手帳、予診票、
 健康保険証、外国人は在留カード
 (または特別永住者証明書)

※予診票をお持ちでない場合は、母子健康手帳を持参の上、健康づくりグループへお越しください。

※詳しくは、個人通知や出生届時にお渡しした「赤ちゃんすくすく」の予防接種の案内をご覧ください。

不妊・不育症治療費の 一部助成を行っています

長寿健康課健康づくりグループ
 (あいあい ☎84-3316)

不妊症や不育症の治療を受けている夫婦の経済的な負担を軽減するため、治療費の一部を助成しています。

※申請方法など詳しくは、長寿健康課健康づくりグループへお問い合わせください。

不妊治療費助成金(こうのとりの支援)

対象となる治療 体外受精、顕微授精または人工授精

助成額 助成対象経費(保険診療適用外)の2分の1で、10万円を上限

※三重県特定不妊治療費助成金を受けている場合は、助成対象経費からその額を控除します。

助成回数 1年度につき1回

対象者 次のすべてに該当する人
 ▷法律上婚姻している夫婦または事実上婚姻関係にある者
 ▷治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満であること
 ▷申請者(不妊治療を受けた人)が、申請日の1年以上前から本市に住民登録していること(申請する年度分の治療費が助成対象)

※所得制限なし

申請期限 令和4年3月31日(木)

特定不妊治療費助成金上乗せ助成金
助成限度額 7万5千円

助成回数

▷妻の年齢が40歳未満…1子ごとに6回まで

▷妻の年齢が40歳以上43歳未満…1子ごとに3回まで

対象者 次のすべてに該当する人
 ▷法律上婚姻している夫婦または事実上婚姻関係にある者
 ▷治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満であること
 ▷治療内容C(以前に凍結した胚による胚移植を実施)またはF(採卵したが卵が得られないため治療を中止)で三重県特定不妊治療費助成金を受ける夫婦

※所得制限なし

申請期限 治療が終了した日から60日

不育症治療費助成金

助成対象経費 不育症と診断されたからの治療や検査の費用(保険診療適用外)

助成限度額 10万円

助成回数 1年度につき1回

対象者

▷法律上婚姻している夫婦または事実上婚姻関係にある者

※所得制限なし

申請期限 治療が終了した日から60日

〇三重県不妊専門相談センター

県では不妊や不育症に関する相談(電話・面接)に応じるほか、情報提供を行っています。

どなたでもご利用いただけます。どんなことでも、お気軽にご相談ください。

専用電話番号	059-211-0041
相談日	毎週火曜日 ※祝日・年末年始(12/29～1/3)を除く
受付時間	午前10時～午後8時
相談員	助産師・看護師・不妊カウンセラー(女性)

ごみ集積所用看板「家庭ごみの分け方・出し方」を配布しています

環境課廃棄物対策グループ
 (☎82-8081)

雑がみ・その他色びんの分別収集の本格実施に伴い、ごみ集積所でご利用いただける看板を新たに作成しました。

ご希望の自治会等は、必要枚数を確認の上、総合環境センターへお越しください。

配布場所 総合環境センター
 (計量棟横事務所)

配布日時 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)





高齢者実態調査

長寿健康課高齢者支援グループ
(あいあい ☎84-3312)

市では、10月中旬から11月末にかけて、高齢者の世帯状況を確認する高齢者実態調査を、各地区の民生委員・児童委員の訪問などにより行います。

調査で得られた情報は、高齢者福祉事業の資料や福祉サービスの提供に活用します(目的以外には使用しません)。

調査にご協力をお願いします。

**甘い誘惑にだまされないで！
危険ドラッグ・大麻に
注意しましょう
～10・11月は麻薬・覚せい
剤乱用防止運動月間です～**

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

国内製品より効き目が強い、安く購入できるなどの理由から、インターネットを通じて海外製医薬品やサプリメントの個人輸入が増えています。

しかし、日本では危険ドラッグに指定されているものが名前や形状を変えて販売されていることがあり、知らないうちに危険ドラッグを購入してしまっているかもしれません。

医薬品は、医師や薬剤師などと相談して、本来の目的で正しく使用しましょう。

薬の海外通販・危険ドラッグに関する情報提供

(一社)偽造医薬品等情報センター
あやしいヤクブツ連絡ネット
(☎03-5542-1865、
[URL https://www.yakubutsu.mhlw.go.jp/](https://www.yakubutsu.mhlw.go.jp/))

薬物乱用防止相談窓口

▷鈴鹿保健所

(☎059-382-8674)

▷三重県こころの健康センター

(☎059-223-5241)

相談時間 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)



各種検診・教室

**パパ・ママ教室
パパになる準備できていますか？**

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

と き 11月8日(月)

午前9時30分～11時

ところ あいあい1階集団指導室
内 容 沐浴実習、妊婦体験(妊婦シミュレーターの着用など)

対象者 市内に住所を有する妊婦とその夫

定 員 6組12人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳、バスタオル2枚、フェイスタオル1枚、ビニール袋(ぬれたタオルを入れるため)、筆記用具

受付開始日 10月27日(水)

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。

※申込時の簡単な質問にご協力ください。

**あいあい運動教室
～ボールエクササイズ～**

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

と き 11月16日(火)、24日(水)

午前10時～10時45分

※いずれか一日のみの参加になります。

ところ あいあい1階集団指導室

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15人(先着順)

参加費 無料

持ち物など タオル、飲み物、動きやすい服装

申込開始日 10月22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。

※教室開始前に簡単な問診を行います。



募 集

亀山市民ネット登録団体の募集

まちづくり協働課市民協働グループ
(☎84-5008)

「亀山市民ネット」は、市民協働センター「みらい」ホームページ([URL http://www.shiminkyodo.sakura.ne.jp/shiminet/](http://www.shiminkyodo.sakura.ne.jp/shiminet/))に市民活動団体の紹介ページを掲載することで、広く市民の皆さんに活動内容を知ってもらい、その活動の幅を広げるために登録していただくものです。

保健医療、福祉、社会教育など14のカテゴリーに分類され、子育て支援団体や陶芸団体など各団体の詳細や写真を掲載しています。

登録できるのは、市内で活動している団体です。

説明会を開催します

登録は随時受け付けていますが、次の日程で説明会を開催します。

この機会に、まだ登録していない団体や登録していても利用方法を再確認したい団体など、ぜひご参加ください。

と き

▽11月9日(火)午前10時～

▽11月12日(金)午後6時～

※いずれも1時間程度

ところ 市民協働センター「みらい」1階多目的ホール

定 員 各回10人(先着順)

参加費 無料

申込方法 まちづくり協働課市民協働グループへ電話でお申し込みください。

「亀山市環境未来創造会議」 市民公募部員の募集

環境課環境創造グループ
(☎96-8095)

第2次亀山市環境基本計画の推進にあたり、市民、事業者および関係団体からの幅広い意見を反映するため、本年度から亀山市環境未来創造会議を設置し、計画の具現化に向け分野別に検討を行う部員(共生部会、快適部会、循環部会および低炭素部会)を募集します。

応募資格 次に掲げるすべての要件を満たす人

- ①市内に在住・在勤をし、または市内で環境に関する活動を行っている、満18歳以上(令和3年9月16日現在)の人
- ②環境保全活動などに関心のある人
- ③応募時において、本市の他の審議会等の公募委員を2以上兼ねていない人
- ④平日(昼夜問わず)に開催する会議に出席できる人

募集人数 若干名(各部会)

※複数部会には所属できません。

内 容

第2次亀山市環境基本計画の推進にあたり、各部会(共生、快適、循環、低炭素)での協議を行っていただきます。

※1回あたり2時間程度、年2回開催予定

任 期 委嘱の日から2年

選考方法 書類審査と面接による選考の上決定し、選考結果は応募者全員に通知します。

募集期間 10月16日(土)～11月12日(金)必着

応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入の上、環境課環境創造グループへ持参、郵送(〒519-0166 亀山市布気町442番地)またはEメール(✉kankyo@city.kameyama.mie.jp)でご応募ください。

※応募用紙は、本庁1階窓口案内、関支所地域サービスグループ、総合環境センターにあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

※提出された応募用紙は返却し

ません。

※詳しくは、市ホームページの募集要領をご覧ください。



試 験

三重中央看護学校 令和4年度一般入試受験生の募集

三重中央医療センター附属三重中央看護学校(☎059-259-1177、FAX059-259-1170)

出願期間

- ①11月1日(月)～26日(金)
 - ②12月3日(金)～28日(火)
- ※いずれも午後5時必着

試験日

- ①令和3年12月2日(木)
- ②令和4年1月6日(木)

その他 募集要項と願書の請求は、三重中央医療センター附属三重中央看護学校へ電話またはファクス、Eメール(✉317-school@mail.hosp.go.jp)で「募集要項請求」と明示の上、住所、氏名、電話番号を記入してお申し込みください。



年金だより

「年金生活者支援給付金制度」について

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)

「年金生活者支援給付金制度」

公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。なお、案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

対象となる人

■老齢基礎年金の受給者の場合

次のすべてに該当する人

- ・65歳以上
- ・世帯全員の市民税が非課税
- ・年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下

■障害基礎年金・遺族基礎年金の受給者の場合

次に該当する人

- ・前年の所得額が約472万円以下

請求手続き

■新たに年金生活者支援給付金を受け取れる人

対象となる人には、日本年金機構から請求手続きの案内を順次送付していますので、同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に氏名などを記入の上、日本年金機構へ提出してください。令和4年1月4日までに請求手続きが完了すると、令和3年10月分までさかのぼって受け取ることができます。

■年金を受給し始める人

年金の請求手続きと併せて、年金事務所、市民課医療年金グループまたは関支所(地域観光課地域サービスグループ)で請求手続きを行ってください。

▶年金生活者支援給付金について詳しくは、専用ダイヤルへお問い合わせいただくか、日本年金機構ホームページ(「年金給付金」で検索)でご確認ください。

「年金給付金専用ダイヤル」(☎0570-05-4092 [ナビダイヤル])

年金給付金

検索