

# Kameyama News

ごせん  
(やさしい日本語版)

かめやまニュース  
れいわ ねん がつごう  
(令和4年3月号)

2022年 3月 1日  
No. 56

しんかた かんせん ひろ べつ ひ  
新型コロナウイルスの 感染が 広がって います。 イベントが なくなったり 別の 日になる  
ことがあります。 詳しい ことは それぞれの 問合せ先 に 聞いてください。  
にほんご とき きょうどうか  
日本語が わからない 時は まちづくり協働課 (TEL : 0595-84-5008) に 聞いて ください。

じゅうみんぜいひかぜいせたい じゅうみんぜい はら かぞく りんじとくべつきゅうふきん まんえん  
住民税非課税世帯(住民税を 払わなくてよい 家族)などへの 臨時特別給付金(10万円)が もらえます

といあわせさき りんじとくべつきゅうふきん せんよう  
問合せ : 臨時特別給付金専用ダイヤル(TEL:0800-200-1857)

①②の 人は 10万円が もらえます。

もう こ ひ ねん がつ にち もくよう  
申し込む日 : 2022年4月28日(木曜)まで

わからない ことは 電話で 聞いて ください。

【①住民税非課税世帯(住民税を 払わなくてよい 家族)】

2021年12月10日に 亀山市に 住んでいて 家族全員が 住民税を  
払わなくてよい 人は 封筒が 届いています。 すぐに 手続きを してください。

【②家計急変世帯(2021年1月から 給料が 減った人)】

2021年1月より 後に 給料が 減った人は 封筒が 届きません。 10万円の 給付金を もらうために  
手続きが 必要です。 わからない ことは 問合せ先 に 電話で 聞いてください。



このような 封筒が 届いています。

ねん がつ にち ねん がつ にち う こ ひと りんじ とくべつきゅうふきん まんえん  
2003年4月2日から2006年4月1日に 生まれた 子どもが いる人は 臨時特別給付金 (10万円) が  
もらえます。 申し込みが 必要です。

といあわせさき しみんか  
問合せ先 : 市民課(TEL:0595-84-5005)

- ・ 亀山市から 児童手当を もらっている 子どもの 兄弟(姉妹)の 親には  
臨時特別給付金(10万円)を 振り込みました。
- ・ 亀山市から 児童手当を もらっていない親で 高校生等(2003年4月2日から2006年4月1日生まれ)の  
子どもが いる親は 臨時特別給付金(10万円)を もらうために 手続きが 必要です。
- ・ 結婚している 2003年4月2日から2006年4月1日生まれの 子どもの 親は もらえません。
- ・ 申込書の 書き方は 亀山市ホームページを 見てください。
- ・ わからない ことは 電話で 市民課に 聞いて ください。
- ・ 申し込む日 : 2022年3月31日(木曜)まで



かめやまし じんこう がいこくじん じんこう がいこくじん わりあい ねん がつ にち  
亀山市の人口 49,453 外国人の人口 1,981 (外国人の割合 4.0%) 2022年2月1日現在



ねんど けんこうきょうしつ あんない たいいくかん き  
 2022年度スポーツ・健康教室の案内 (1) ※わからないことがあればそれぞれの体育館に聞いてください

がつ けんこうきょうしつ し  
 4月から はじまる スポーツ 健康教室の お知らせです。

にしのこうえんたいいくかん  
 西野公園体育館 (TEL:0595-82-1144)

きょうしつ 教室	ようび 曜日	かいすう 回数	じかん 時間	ばしょ 場所	もうしこみ 申込みができる人	にんずう 人数	りょうきん 料金
テニス 教室 (一般)	かよう 火曜	かい 10回	ごぜん 午前	ていきゅうじょう 庭球場	さいいじょう 18歳以上の人	にん 25人	¥5,500
テニス 教室 (ステップアップ)	もくよう 木曜	かい 10回	ごぜん 午前	ていきゅうじょう 庭球場	さいいじょう 18歳以上の人	にん 8人	¥6,000
夜間 テニス 教室 (一般)	もくよう 木曜	かい 10回	やかん 夜間	ていきゅうじょう 庭球場	さいいじょう 18歳以上の人	にん 8人	¥10,000
キッズ テニス 教室	もくよう 木曜	かい 10回	ごご 午後	ていきゅうじょう 庭球場	ねんちよう 年長から小学2年生	にん 10人	¥6,000
ジュニア テニス 教室	もくよう 木曜	かい 10回	ごご 午後	ていきゅうじょう 庭球場	しょうがく 小学3年生から小学6年生	にん 10人	¥6,000
わいわい! ニュースポーツ	すいよう 水曜	かい 15回	ごぜん 午前	たいいくかん 体育館	さいいじょう 18歳以上の人	にん 20人	¥6,000
太極拳	もくよう 木曜	かい 20回	ごご 午後	たいいくかん 体育館	さいいじょう 18歳以上の人	にん 25人	¥8,000

ひがしのこうえんたいいくかん  
 東野公園体育館 (TEL:0595-83-1888)

きょうしつ 教室	ようび 曜日	かいすう 回数	じかん 時間	ばしょ 場所	もうしこみ 申込みができる人	にんずう 人数	りょうきん 料金
エンジョイ! エアロ	かよう 火曜	かい 20回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 15人	¥8,000
姿勢 改善 エクササイズ	かよう 火曜	かい 20回	ごご 午後	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 20人	¥8,000
からだの ゆがみ 整え 体操	かよう 火曜	かい 20回	ごご 午後	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 20人	¥8,000
体幹 エクササイズ	すいよう 水曜	かい 20回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 15人	¥8,000
ポールで のびのび ストレッチ	もくよう 木曜	かい 20回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 15人	¥8,000
エアロ&動き ケア	もくよう 木曜	かい 12回	やかん 夜間	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 15人	¥5,400
健康 いきいき ヨガ	きんよう 金曜	かい 18回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 20人	¥8,100
体幹 バランスボール & ストレッチ	きんよう 金曜	かい 18回	やかん 夜間	かいぎしつ 会議室	さいいじょう 18歳以上の人	にん 15人	¥8,100
ヒップ ホップ リトル (基礎)	どよう 土曜	かい 18回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	ねんちよう 年長から小学2年生	にん 15人	¥8,100
ヒップ ホップ ジュニア (基礎)	どよう 土曜	かい 18回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	しょうがく 小学3年生から6年生	にん 15人	¥8,100
ヒップ ホップ Step Up	どよう 土曜	かい 18回	ごぜん 午前	かいぎしつ 会議室	しょうがく 小学3年生から6年生の ヒップホップを 受けたことのある人	にん 15人	¥8,100

せき かいよう  
 関B&G海洋センター (TEL:0595-96-1010)

きょうしつ 教室	ようび 曜日	かいすう 回数	じかん 時間	ばしょ 場所	もうしこみ 申込みができる人	にんずう 人数	りょうきん 料金
幼児 短期 水泳 教室	げつよう 月曜	かい 12回	ごご 午後	プール	さい 3歳から小学校に入る前の子ども	にん 15人	¥13,500
幼児 短期 水泳 教室	きんよう 金曜	かい 12回	ごご 午後	プール	さい 3歳から小学校に入る前の子ども	にん 15人	¥13,500
キッズ 短期 水泳 教室	げつよう 月曜	かい 12回	ごご 午後	プール	さい 5歳から 小学校 2年生まで	にん 15人	¥13,500
キッズ 短期 水泳 教室	きんよう 金曜	かい 12回	ごご 午後	プール	さい 5歳から 小学校 2年生まで	にん 15人	¥13,500
ジュニア 短期 水泳 教室	げつよう 月曜	かい 12回	ごご 午後	プール	しょうがく 小学校 1年生から 6年生まで	にん 15人	¥13,500
ジュニア 短期 水泳 教室	きんよう 金曜	かい 12回	ごご 午後	プール	しょうがく 小学校 1年生から 6年生まで	にん 15人	¥13,500
水中 ウォーキング	もくよう 木曜	かい 15回	ごぜん 午前	プール	さいいじょう 18歳以上の人	にん 35人	¥7,500
アクアビクス 肩こり・腰痛 改善 エクササイズ	げつよう 月曜	かい 15回	ごぜん 午前	プール	さいいじょう 18歳以上の人	にん 30人	¥7,500
大人の 水慣れ 教室	もくよう 木曜	かい 10回	ごぜん 午前	プール	さいいじょう 18歳以上の人	にん 10人	¥5,000
コンディショニング ヨガ	もくよう 木曜	かい 17回	ごご 午後	トレーニング ルーム	さいいじょう 18歳以上の人	にん 30人	¥6,800
自分で できる 骨盤 矯正 教室	かよう 火曜	かい 12回	ごご 午後	トレーニング ルーム	さいいじょう 18歳以上の人	にん 30人	¥4,800

## けんこうきょうしつ あんない スポーツ・健康教室の案内 (2)

■教室に 参加する 人は スポーツ保険に 入ってください。

スポーツ保険は 2023年3月まで 使えます。

保険に 入ると 2023年 3月まで どの教室でも 保険が 使えます。

■スポーツ保険金額:(1)18歳から 64歳まで: ¥1,850 (2)65歳 以上: ¥1,200 (3)子ども(中学生まで): ¥800

■申し込む 方法:教室の 参加費と スポーツ保険の お金を 持って 教室のある 体育館で 申し込んでください。

■申し込みが 始まる日:3月4日(金曜)

■詳しい スケジュールは 申し込みの 時に 渡します。



## ま ふう よぼうせつしゅ う 麻しん・風しん(MR)の予防接種を受けましょう

問合先:長寿健康課(あいあい TEL:0595-84-3316)

麻しんや 風しんは 人から 人へ うつる 病気です。 予防接種を 受ける 必要が ある人は 必ず 受けて ください。

(予防接種とは 病気に ならないための 注射 です。)

■受ける人(2021年度)

1回目:1歳から 2歳未満(2歳にならない) 人

2回目:2015年4月2日から 2016年4月1日までに 生まれた 人

※予防接種の期限:2022年3月31日まで

■受ける 方法:三重県内の 病院を 予約して ください。

※違う 県で 受ける 場合は 長寿健康課(あいあい)に 連絡して ください。

■お金: 要りません。

■持って いく もの:母子健康手帳 予診票 健康保険証 在留カード

※予診票を 持って いない 人は 母子健康手帳を 持って 長寿健康課(あいあい)に 行ってください。

※詳しい ことは 個人通知や 出生届の 手続きを した 時に 渡した「赤ちゃんすくすく」の 予防接種の ページを 見て ください。



## としよかん し 図書館からの お知らせ

問合先:亀山市立図書館 (TEL: 0595-82-0542)

【英語の おすすめ本】『Little woman (若草物語)』

マーチ家の お父さんは 従軍牧師として 戦争に 行きました。

美しいメグ 活発なジョー 穏やかなベス おませなエイミーの 四姉妹は 愛情深い 母親に 導かれて つつましく 明るく 楽しい 日々を送ります。

この本は アメリカ児童文学の 名作で 小学5年生 以上の 人向きです。

【ポルトガル語の おすすめ本】『A Bússola de Ouro (黄金の羅針盤)』

11歳の 少女 ライラの 世界では みんなが 動物の 姿をした 守護精霊と 生活しています。

ある時 ライラの 周りで 子どもの 連続誘拐事件が あり 友達の ロジャーも いなく なって しまいました。いなくなった 人を 探すため ライラは 「真理計」を 持って 北へ 行きます。

ライラの 冒険が 始まります。

本は 図書館に あるので いつでも 来て ください。



新型コロナウイルスワクチンを 打った 後も 新型コロナウイルスの 感染予防を してください

問い合わせ先：三重県 医療保険部 感染症対策課 (TEL:059-224-2352)

ワクチンを 打った 人は 新型コロナウイルス 感染症を 予防できると 言われています。

しかし 他人への 感染を どのくらい 予防できるか まだ わかっていません。

これからも マスクを して 「密」を 避け 手指 消毒 などの 感染予防を お願いします。



新型コロナウイルス 感染症 相談窓口

問い合わせ先：MieCo (みえ 外国人 相談 サポートセンター TEL:080-3300-8077)

新型コロナウイルス 感染症に ついて 困りごとがある 人は MieCo (みえ 外国人 相談 サポートセンター) に 相談 してください。

・受付時間：月曜日 から 金曜日まで (祝日は 休み) 9:00から 17:00まで

・対応言語：日本語 英語 ポルトガル語 スペイン語 フィリピン語 中国語

韓国語 ベトナム語 ネパール語 インドネシア語 タイ語 です。



3月の 納税



納める 期限 (口座振替日)：3月31日 (木曜) まで

・国民健康保険税：第9期

・後期高齢者医療保険料：第9期

税金などは 口座振替で 払うことを おすすめ します。

3月の 夜や急ぎの 診察

問い合わせ先：三重県救急医療情報センター (TEL: 059-229-1199) / 亀山市役所 (TEL:0595-82-1111)

※このシステムは 急な 病気の ための ものです。

※病院が 開いているか 電話で 聞いてから 病院に 行ってください。

※病院に 行くときは 健康保険証・医療費受給資格書・お金・おくすり手帳 (または 飲んでる 薬) を 持ってきてください。

※子どもの 急な 病気の 時は 「みえ子ども医療ダイヤル (TEL:#8000 または 059-232-9955) に 電話して ください。

受付時間 19:30から 次の 日の 8:00 まで

●夜間・時間外 (日曜と祝日は していません) / 診察時間：19:30 から22:00 まで / 受付時間：19:00 から 21:30 まで

病院の名前 / 住所 / 電話番号 / 診察日

・市立医療センター / 亀田町 / 0595-83-0990 / 3月 2日 3日 4日 5日 7日 9日 10日 11日 12日  
14日 16日 17日 18日 19日 23日 24日 25日 26日  
28日 30日 31日

・みえ呼吸嚙下 リハビリ クリニック / アイリス町 / 0595-84-3536 / 3月 1日 8日 15日 22日 29日



●日曜と祝日 / 診察時間：13:00 から19:30 まで / 受付時間：19:00 まで

診察日 / 病院の名前 / 住所 / 電話番号

3月6日 / 皮ふ科野内クリニック / 南崎町 / 0595-98-4112

3月13日 / のぼのクリニック / 能褒野町 / 0595-85-3636

3月20日 / 松葉耳鼻咽喉科 / 東台町 / 0595-83-0087

3月21日 / 市立医療センター / 亀田町 / 0595-83-0990

3月27日 / 三井耳鼻咽喉科 / 栄町 / 0595-82-4133

発行：亀山市 生活文化部 まちづくり協働課  
市民協働グループ (TEL: 0595-84-5008)  
問い合わせ：わからない ことがある 人は  
0595-84-5008に 電話してください。  
ポルトガル語と 英語の 通訳が います。  
ベトナム語 中国語 インドネシア語 タガログ語 スペイン語  
韓国語 タイ語 ネパール語  
ヒンディー語 ロシア語でも 相談が できます。

市の 新着情報 などは  
QRコードから 見れます。