

1月 菟野町おしらせカレンダー	
Information Calendar in Komono Town	
16 火	元気づくり運動教室(杉谷) / 手話講座 みんなの運動サロン(千種地区) お元気サポーター養成講座
17 水	わくわく広場(竹永幼稚園) / 心配ごと相談 介護予防運動教室(田口新田) / 人権相談 元気づくり運動教室(田光) / 行政相談
18 木	介護予防運動教室(宿野) みんなの運動サロン(鶴川原地区)
19 金	わくわく広場(鶴川原幼稚園) / 一般何でも相談 みんなの運動サロン(竹永地区)
20 土	クペリの子育て無料相談 / 普通救命講習 I
21 日	ジュニアスキースクール
22 月	女性のための健康相談 健康づくり運動事業(男性のための筋力アップコース)
23 火	元気づくり運動教室(吉沢) / 在宅介護者のつらい みんなの運動サロン(菟野地区) / 手話講座
24 水	介護予防運動教室(谷) / 心配ごと相談 / 人権相談 健康づくり運動事業(エンジョイフィットネス)
25 木	介護予防運動教室(池底・菟野第二区) みんなの運動サロン(朝上地区)
26 金	わくわく広場(菟野西こども園) 介護予防運動教室(奥郷) / 転倒予防運動教室 元気づくり運動教室(潤田)
27 土	絵本かるた会 / みんなで一緒に!! SSピンポン 小津安二郎生誕120年記念無料上映会
29 月	ベビーマッサージ体験&産後のリフレッシュ体操 健康づくり運動事業(初級コース②)
30 火	みんなの運動サロン(千種地区) / 手話講座 健康づくり運動事業(体脂肪燃焼コース)
31 水	心配ごと相談 / 人権相談

各種相談コーナー Your worries...

相談は無料で秘密を厳守します。気軽にご相談ください。

ふれあい相談センター ▶ところ けやき1階	
一般相談	専門相談
種別・時間 相談日時	種別・時間 相談日時
一般何でも相談 19日 10:00~15:00	行政相談 17日 10:00~15:00
心配ごと相談 17日、24日、31日 10:00~15:00	人権相談 17日、24日、31日 10:00~15:00
電話福祉相談 毎週月~金 8:30~17:00	
※各種相談を利用いただけるのは町内在住の方です。 ※土日、祝日はお休みです。	
TEL 394-5294 (直通) FAX 394-3422	
三重県北勢福祉事務所の相談	
女性相談: 夫婦問題、離婚、職場の人間関係など 月~金 8:30~16:00 (年末年始、祝日除く) TEL 352-0557	
津地方法務局四日市支局による人権相談	
月~金 8:30~17:15 (年末年始、祝日除く) TEL 353-4365 FAX 353-4367	

1月の納付 町県民税4期、国民健康保険税7期

募 町営住宅入居者の募集

- ▶**募集住宅** 福村団地 2DK (56.5㎡) 1戸 (1階)
福村団地 3DK (67.5㎡) 1戸 (2階)
 - ▶**申込資格** 下記①~⑥全てに該当する方
①菟野町内に住所または勤務先を有する方
②現在、住宅に困っていることが明らかなる方
③同居または同居予定の親族がある方
④菟野町営住宅管理条例に規定する収入基準に該当する方
⑤連帯保証人を立てることが可能な方
※連帯保証人の確保が難しい方はご相談ください。
⑥申込者および同居者、連帯保証人が暴力団員でない方
 - ▶**提出物** ・町営住宅入居申込書(都市整備課にて配布)
・63円分の切手(抽選結果通知が必要な方のみ)
《以下は仮当選の後に提出》
・住民票の写し(入居予定者全員分)
・所得課税証明書(令和4年中、収入のある方全員分)
・在職証明書(菟野町外に住所を有する方のみ)
 - ▶**募集期間** 1月15日(月)~1月19日(金)
8:30~17:15
 - ・申込者の数が募集戸数を上回った場合には、抽選により入居者を決定します。
 - ・申し込み手続きには、申込者本人または本人の事情を十分説明できる方がお越しくください。
 - ・申込資格等の詳細は、下記へお問い合わせください。
- ☎ 都市整備課 TEL 391-1138 FAX 391-1192

情 65歳以上の要介護・要支援認定者の方への障害者控除対象者認定書について

65歳以上で要介護・要支援認定のある方は、障害者手帳等の交付を受けていなくても所得税等の(特別)障害者控除が受けられる場合があります。この場合、市町村長から障がい者等に準ずる者等として「障害者控除対象者認定書」(以下「認定書」)の交付を受ける必要があります。

町では、令和5年12月末時点で町内在住の65歳以上で、要介護・要支援に認定されている方の中から、介護認定資料などに基づき、対象者へ「認定書」を送付します。

なお、障害者手帳等で控除が受けられる場合や、本人または扶養者が非課税で、申告の必要がない場合には「認定書」は不要です。

※「認定書」は税申告のみに利用でき、障がい者として福祉サービス等が受けられるものではありません。

※障害者控除対象者となる可能性がある方でも、令和5年12月末時点で要介護認定申請中の一部の方や、12月末日までに亡くなった方などへは送付しません。所得税等の申告に必要と思われる方は、申告前に下記までお問い合わせください。

☎ 健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-2423

健康 申込不要・参加無料 みんなの運動サロン

介護予防運動ボランティアのお元気サポーターと一緒に介護予防運動を行います。

とき	ところ
1月16日(火)	千種地区コミュニティセンター
1月18日(木)	鶴川原地区コミュニティセンター
1月19日(金) 10:00~11:00	竹永地区コミュニティセンター
1月23日(火) (開場9:45)	菟野地区コミュニティセンター
1月25日(木)	朝上地区コミュニティセンター
1月30日(火)	千種地区コミュニティセンター

- ▶**対象** 運動制限がない方
 - ▶**持ち物** セラバンド(ない方は貸し出し可)、飲み物
※お住まいの地区の運動サロンへ参加してください。
- ☎ 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

健康 申込不要・参加無料 元気づくり運動教室

健康運動指導士による軽運動やストレッチ体操などを行います(各回1時間半程度)。

地区	とき	ところ
杉谷	1月16日(火)	杉谷公会堂
田光	1月17日(水) 13:30~	田光公会堂
吉沢	1月23日(火) 15:00	吉沢集落センター
潤田	1月26日(金)	潤田集落センター

☎ 元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018
☎ 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

健康 申込不要・参加無料 介護予防運動教室

健康運動指導士が椅子に座ってできる筋力アップ体操や認知症予防体操などを行います(各回1時間半程度)。

地区	とき	ところ
田口新田	1月17日(水) 9:30~	田口新田公会所
宿野	1月18日(木) 13:30~	宿野公会所
谷	1月24日(水) 9:30~	谷公会所
池底	1月25日(木) 9:30~	池底集落センター
菟野第二区	1月25日(木) 13:30~	菟野第二区公民館
奥郷	1月26日(金) 9:30~	奥郷構造改善センター

☎ 元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018
☎ 健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

健康 申込不要・参加無料 女性のための健康相談

助産師、管理栄養士による女性のための健康相談です。健康に関することなら、お気軽にご相談ください。

▶**とき** 1月22日(月) 9:30~11:30
▶**ところ** 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー

健康 高齢者インフルエンザ予防接種

町では、高齢者の方に対してインフルエンザ予防接種の費用を一部助成しています。

▶**接種期限** 1月31日(水)まで
※医療機関によって受付時期が異なる可能性があります。事前に確認の上受診してください。

▶**対象** ①接種当日65歳以上の方
②接種当日60歳以上65歳未満かつ、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方で、身体障害者手帳1級に該当する方、または同程度と医師が判断した方

▶**自己負担** 1,200円
・接種を希望する方は、三重郡および四日市市の指定医療機関へ直接お申し込みください。

・三重郡、四日市市以外の医療機関で接種を希望する方は、必ず事前に健康福祉課へご連絡ください。

・県外の医療機関で接種を希望する方への一部助成はありませんが、健康被害救済の手続きを行うので、接種前に健康福祉課へご連絡ください。

・予診票は医療機関窓口にあります。

☎ 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

健康 みんなで一緒に! SSピンポン

音の出るボールを卓球台のネット越しに打ち合います。

▶**とき** 1月27日(土) 13:00~16:30
▶**ところ** 保健福祉センターけやき2階 運動指導室
▶**参加費** 100円 ▶**持ち物** 体育館シューズ、飲み物、タオル

☎ 元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018
☎ 健康福祉課社会福祉係 TEL 391-1123 FAX 394-3423

相談 相談無料・要予約 精神科医師による精神保健福祉相談

▶**とき** 1月24日(水) 13:30~15:30
▶**ところ** 三重県桑名庁舎(桑名保健所)
▶**申込期限** 1月17日(水) 15:00
・必ず予約をしてください。

・保健師によるこころの健康相談は随時承ります。

☎ 桑名保健所 地域保健課
TEL 0594-24-3620 FAX 0594-24-3692
☎ 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423