

楽しく動いて健康づくり  
リフレッシュクラブ

健康課 (☎27-2435、FAX21-0683)

脂質異常症(高脂血症)や糖尿病などの生活習慣病を予防するために、運動は欠かせません。リフレッシュクラブで楽しく体を動かしませんか。

と き 平成22年1月12日(火)・18日(月)・25日(月)・2月1日(月)・8日(月)、午後1時30分～3時(計5回)

と ころ 福祉健康センター・2階倶楽部

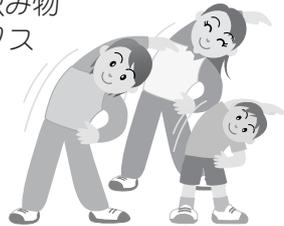
対 象 市内在住で、これまで参加したことのない人

内 容 生活習慣病予防のための運動の理論と方法、ストレッチやウォーキングなどを取り入れた健康づくり体操

定 員 50人(先着順)

持 ち 物 運動のできる服装・靴、バスタオル、フェイスタオル、飲み物

申し込み 電話またはファクスで同課へ



れいんぼう講座 市民交流課 (☎21-5513)

男女共同参画に関する理解を深め、男女が個々の能力を社会のあらゆる場で発揮できる力を身に付けることを目指し、次のとおり講座を開催します。

と き 平成22年1月24日(日)・2月7日(日)・21日(日)、午前10時～正午(計3回)

と ころ 市役所東庁舎・4階4-3会議室

対 象 市内に在住または通勤・通学している人

内 容 個人の能力を引き出すコーチング講座

講 師 長谷川聡子さん(株式会社Will Staff代表)

定 員 20人(先着順)

申し込み 12月22日(火)から同課へ

健康の日における啓発事業

介護予防講演会「音楽療法を楽しもう」

健康課 (☎27-2435、FAX21-0683)

と き 平成22年1月11日(祝)、午後1時30分～3時30分

と ころ 中央保健センター

対 象 おおむね65歳以上の人

内 容 認知症予防のための音楽療法

講 師 伊沢径世さん・尾崎尚美さん(音楽療法士)

定 員 100人程度(先着順)

申し込み 電話またはファクスで同課へ

二見ふれ愛マラソン

二見総合支所地域振興課 (☎42-1111)

と き 平成22年1月24日(日)(荒天の場合は31日(日)に延期)

と ころ 二見グラウンド～海岸沿い

種 目 ①小学1・2年生…1km、②小学3・4年生…1.5km、③小学5・6年生…2km、④中学生…4km、⑤親子ジョギング…1.5km

参加資格 ①～④市内の小・中学生、⑤市内の小学生とその保護者

定 員 ①②③各60人程度、④120人程度、⑤60組程度

申し込み 12月25日(金)までに、申し込み用紙(市内の小・中学校にあります)を同課へ

離乳食教室

健康課 (☎27-2435、FAX21-0683)

と き ①平成22年1月14日(木)・②15日(金)、午前10時30分～正午

と ころ ①中央保健センター、②小俣保健センター

対 象 市内在住の乳児(①は生後6カ月まで、②は生後7カ月～11カ月)の保護者

内 容 離乳食(①は前期～中期、②は後期～完了期)のお話と試食

定 員 各30人(先着順)

申し込み 12月15日(火)から、電話またはファクスで同課へ

## 社会保険庁が廃止され 日本年金機構が設立

伊勢社会保険事務所（☎27-3601）

平成22年1月1日から、社会保険庁が廃止され、新たに「日本年金機構」が設立されます。

これまで社会保険庁や社会保険事務所からお知らせしていた各種案内などは、今後は、厚生労働省または日本年金機構からお知らせすることになります。また、伊勢社会保険事務所は「伊勢年金事務所」に名称が変わります。

伊勢年金事務所でも、これまでと同様に手続き・相談などを行います。

## 職場のトラブル解決を労働局が援助

伊勢労働基準監督署内・伊勢総合労働相談コーナー（☎28-2164）

職場でのいじめや嫌がらせ、解雇、労働条件引き下げなどのトラブルで悩んでいませんか。

総合労働相談コーナーでは、職場でのトラブルを解決するため、電話・面談で無料相談を受け、短期間での処理を図っています。匿名での相談もできますので、気軽に相談してください。

### 相談内容

- 労働に関する相談
- 判例などに基づく助言
- 三重紛争調整委員会による話し合いの機会の設定

## イベント掲示板

このコーナーに掲載しているイベントは、市が主催するものではありません。詳しくは、各主催者へ問い合わせてください。参加費などの記載のないものについて、入場・参加などは無料ですが、一部有料コーナーなどがある場合があります。

### 中野晴生写真展

#### 「伊勢の神宮＝和紙に描く聖なる地＝」

ジュニア・山本さん（☎23-0028）

とき／12月15日（火）～平成22年1月31日（日）〔12月15日以外の毎週火曜日・1月1日を除く〕、正午～午後4時 ところ／シャレオサエキビル・1階特設ギャラリー（本町6-4） 内容／第62回神宮式年遷宮の公式記録を撮り続けている中野晴生さんが撮影した伊勢神宮の写真を和紙に印画して展示します

### 認知症を考える伊勢地区つどい

（社）認知症のひとと家族の会三重支部・

伊勢地区つどい担当 桑原さん（☎24-2171）

とき／12月17日（木）、午後1時30分～4時 ところ／いせ市民活動センター南館（パルティいせ）・2階会議室 対象／本人やその家族、医療関係者、認知症の人の介護に携わっている専門職の人など 内容／認知症に関する悩みなどを参加者同士で見聞交換し、不安解消や相互理解を図ります 定員／20人（先着順） 参加費／500円（会員は300円）

### 新春舞踏会

伊勢市老人クラブ連合会芸寿会社交ダンス部・安田さん（☎25-0600）

とき／平成22年1月9日（土）、午後1時30分～3時30分 ところ／福祉健康センター・2階娯楽室 対象／市内在住の60歳以上の人 内容／世界の名曲が流れる中で社交ダンスを楽しみます 参加費／200円

## お詫びと訂正

学校教育課（☎22-7881）

「広報いせ」12月号・6ページに掲載しました「幼稚園の入園児を二次募集」の記事について、入園資格の要件に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。正しくは次のとおりです。

- 〔正〕
- 5歳児…平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ
  - 4歳児…平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ
  - 3歳児…平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ

## イベントカレンダー

このコーナーに掲載しているイベントは、市が主催・共催するものです。詳しくは、担当部署へ問い合わせください。

12月19日（土）～21日（月）

### 明るい選挙啓発ポスター展示会

ところ：ジャスコ伊勢店（楠部町160-2）

問い合わせ：選挙管理委員会（☎21-5635）

平成22年1月9日（土） 9:30～

### 消防出初め式

ところ：県営サンアリーナ・サブアリーナ

問い合わせ：消防本部総務課（☎25-1206）

平成22年1月10日（日） 10:00～15:00

### いせトピア新春まつり

ところ：生涯学習センターいせトピア

問い合わせ：生涯学習センターいせトピア（☎21-0900）