



とまります

亀山公園 亀山市

～秋のおでかけ紅葉スポット～

市街地に接する亀山公園は、亀山城跡や菖蒲園、ますみ児童公園、北公園などがあり、緑に包まれた総面積13.2haの総合公園です。

夏には菖蒲園で花しょうぶが咲き乱れ、秋には紅葉が周囲の景色を鮮やかな赤に染め上げます。さまざまな木が混ざり合い、錦を織り成す様もまた絶景です。

秋を美しく彩る紅葉を見に、出掛けてみませんか。

見ごろ 11月上旬～下旬
ところ 亀山公園（亀山市若山町4-7）
アクセス 東名阪自動車道「亀山IC」より亀山方面へ約10分
問合せ先 亀山市市民文化情報センター観光振興室
☎0595-96-1215



岩倉峡公園 川辺の散歩道 伊賀市

～紅葉のトンネル～

岩倉峡公園から島ヶ原温泉やぶっちゃまで、木津川沿いに続く約2kmの散歩道があります。この木津川沿いには明治37年に開業した旧岩倉水力発電所の跡地があり、散歩道の一部はその当時の水路だったものです。川辺の散歩道は、川のせせらぎと鳥や虫の鳴き声を聞きながら歩く自然豊かなコースとして親しまれています。とくに秋は色づいた木のトンネルと紅葉のじゅうたんが散歩道を彩ります。



11月23日（月・祝）にはJR島ヶ原駅（集合）から岩倉峡公園などを通るルートで「しまがはら歴史街道ウォーク」が開催されます。ぜひ山燃ゆる秋の散歩道を散策してみたいかがでしょうか。

ところ 岩倉峡公園 川辺の散歩道（岩倉峡公園～旧岩倉水力発電所跡～島ヶ原温泉やぶっちゃ）
アクセス 名阪国道大内ICから車で約15分
問合せ先 ○岩倉峡公園川辺の散歩道に関すること 都市計画課 ☎0595-43-2315
 ○しまがはら歴史街道ウォークに関すること 総合政策課 ☎0595-22-9663

国民健康保険制度の適正なご利用を 11月は国民健康保険制度適用適正月間です

国民健康保険の届出をお忘れなく
 国民健康保険は、74歳までの方で社会保険（健康保険、共済・船員保険も含む）の被保険者およびその被扶養者、生活保護被保護世帯を除く、すべての人が加入する制度です。

社会保険の被扶養者になれる場合があります
 同じ世帯に社会保険の加入者がいる場合や、生活費の大部分を仕送りに頼っている方で、左記の年収以下の場合、被扶養者として認定されることがあります。詳しくは、勤務先に確認してください。

被扶養者の年収の目安
 ① 年収130万円未満で、扶養する人の年収の半分未満であること。
 ② 60歳以上または一定の障害がある場合で、年収180万円未満であること。

資格・給付に関すること
 保険年金課 国保年金係
 ☎65-06688 / ☎63-4618
税・所得の申告に関すること
 税務課 市民税係
 ☎65-0679 / ☎63-4574

医療費削減にご協力を
 加入者一人あたりの医療費は約34万6千円で、県内で第四位と、年々増加の一途です。

- 医療費節約のポイント**
- ① かかりつけ医をもちましよう。
 - ② 重複受診はやめましよう。
 - ③ 救急の時以外は、診療時間内に受診ましよう。
 - ④ ジェネリック医薬品を活用ましよう。
 - ⑤ 定期的な健康診断を受けましよう。
 - ⑥ 毎日の健康管理に努めましよう。

**高額療養費の申請忘れは
ありませんか？**
 院外処方や世帯合算など、申請により更に払い戻しを受けられる場合があります。詳しくは、市ホームページをご確認いただくか、保険年金課または旧支所の地域市民センターまでお問い合わせください。

所得の申告もお忘れなく
 所得の申告がないと、国保税の軽減が受けられない場合があります。未申告の場合は、税務課までご相談ください。

平成27年 秋の火災予防運動を実施します

この運動は、空気が乾燥し火災が発生しやすい時期に、住民の方に対して、防火・防災について改めて考え、行動してもらうことを目的として実施するものです。皆さんも、いま一度、身近な防火・防災について考えてみましょう。

防ぎましょう、住宅火災
 毎年、住宅火災で命を落とす方が多く発生しています。住宅火災を防ぐためにも次のことを守りましょう。

- ・こんろやストーブの周りに燃えやすい物を置かない。
- ・寝たばこは絶対にしない。
- ・放火されないよう、家の周りには不要な物を置かない。
- ・タコ足配線は避けるとともに、コンセント周りはきれいにしておく。

確かめましょう、住宅用火災警報器
 住宅用火災警報器は、正しい場所に設置して、定期的に点検、清掃し、確実に作動する状態にしておきましょう。また、住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感知しなくなることがあるため、10年を目安に交換しましょう。

- ～設置が必要な場所～**
- ・寝室（子供部屋を含む）
 - ・寝室がある階の階段（避難階は除く）

11月9日（月）～15日（日）まで

汚れが付着した場合は、家庭用中性洗剤を浸して十分に絞った布で軽く拭き取ってください。

ビビ、ピーピーピー
 ビービーピー
 火事です
 ※警報音はメーカーや製品により異なります。

参加しましょう、地域の訓練
 いざという時、落ち着いて的確に行動することが、身を守る上での重要なポイントとなります。避難訓練や初期消火訓練等地域で行われる防災訓練に積極的に参加し、対応力を身につけましよう。

問い合わせ
甲賀広域行政組合消防本部
 予防課 ☎63-7932 / ☎63-7940
 水口消防署 ☎63-1119 / ☎63-7941
 水口消防署土山分署 ☎67-1199 / ☎67-1700
 甲南消防署 ☎86-3119 / ☎86-0719
 甲南消防署甲賀分署 ☎88-7701 / ☎88-7702
 信楽消防署 ☎82-0119 / ☎82-3977

学習情報番組 とびだせ!わくわく学習室
 小学生を対象にした学習情報番組を、あいコムこうか11チャンネルで放送しています。ぜひご覧ください。
【時間】 17時30分～18時（30分間）
 （再放送 19時30分～20時）
問い合わせ 学校教育課 ☎86-8020 / ☎86-8380

放送日	10月26日～11月1日	11月2日～11月8日	11月9日～11月15日
①10分	4年生・国語② 漢字辞典を使おう!	5年生・国語② 漢字の成り立ち	6年生・国語② 熟語の構成を考えよう!
②10分	6年生・算数② 速さの表し方	1年生・算数② ながさくらべと ひろさくらべ	2年生・算数② かけ算
③10分	3年生・社会② 工場のように はたらく人々	6年生・理科① ものの燃え方	4年生・社会② ゴミの処理と利用

行政情報番組 きらめきこうか
 市政情報や地域の催しなどを放映しています。ぜひご覧ください。
 （※あいコムこうか光テレビ11チャンネルの有料契約が必要となります）
【平日/1日8回放送】 10時・13時・15時30分・17時・18時30分・20時30分・22時・23時30分
【休日/1日7回放送】 10時・13時・15時30分・17時・20時・22時・23時30分
問い合わせ 広報課 ☎65-0675 / ☎63-4619

放映日	10月31日～11月7日	11月7日～11月14日
コーナー名	子ども虐待と支援 （前編）	子ども虐待と支援 （後編）
きらめき情報局	子ども虐待と支援 （前編）	子ども虐待と支援 （後編）
くらしナビ	雑誌スポンサー制度	秋の火災予防運動
エンディング	甲賀北保育園 ぱんだぐみ	甲賀北保育園 こあらぐみ

※番組は、毎週土・水曜日18時30分に更新しています。都合により番組内容が変更する場合があります。