

掲載している催し等は、10月21日時点の情報であり、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・延期している場合があります。

## もっとゆたかに～人権保障のとりくみ～ ～本人通知制度～個人情報を守るために

市では、平成25年1月1日から、本人通知制度を実施しています。本人通知制度とは、戸籍や住民票の写しなどを本人以外（本人の代理人や第三者）に交付した事実を、事前に申し込みのあった本人に対して郵送でお知らせするものです。

この制度により、不正請求および不正取得による個人の権利の侵害に対し抑制力を持たせる効果が期待できます。

このように市では、一人ひとりの人権が守られ、安心して暮らすことができるように努めています。

【問合せ】市民課 戸籍住民係  
TEL69-2138 FAX65-6338  
人権推進課 人権教育室  
TEL69-2148 FAX63-4554



## 子育て情報はこちらから 甲賀流！こうか子育て応援サイト ここまあちねっと

子育て世代の皆さんの知りたい情報を発信しています。おでかけ情報やイベント情報は年齢別に検索できます。LINEやメルマガも配信中。

ここまあちねっと  
ホームページ  
http://kokakosodate.jp



ここまあちねっと  
LINE



メルマガ  
「甲賀子育て応援メール」



子育て支援センター  
だより



【問合せ】子育て政策課 子育て政策係  
TEL69-2176 FAX69-2298

11月の延長窓口(毎週火曜19時まで)  
は、2日、9日、16日、30日です。

毎週火曜日は市役所市民課で、戸籍・住民票・税証明などの証明書発行、印鑑登録等を19時まで行っています。※ただし、延長窓口ではお受けできない業務がありますので、対応できる内容については下記までお問い合わせください。

マイナちゃんからの  
お知らせ



マイナンバーカードで各種証明書がコンビニで取得できます。(取得できる証明書は下記までご確認ください。)

【問合せ】市民課  
TEL69-2138 FAX65-6338

## 消費者トラブルにご用心！

### 還付金詐欺にご注意

#### こんな事例があります

「介護保険の還付金があるので銀行のATMに行ってください」という電話が自宅にかかってきた。

#### こんなことに気を付けて

市の職員を装った還付金詐欺の手口です。市役所など公的機関がATMで還付金を返金することは絶対にありません。そもそもATMにはそのような機能はありません。また市職員がATMの操作を指示することはありませんのでご注意ください。

「還付金があるのでATMへ行くように」という電話がかかってきたら還付金詐欺です。相手にしないですぐに電話を切ってください。事実かどうか気になった時は、相手が伝えた電話番号ではなく、市のホームページや広報紙などで連絡先を調べて問い合わせしましょう。

少しでも「怪しいな」と思ったら、警察や消費生活センターに相談してください。

消費生活のご相談は 甲賀市消費生活センター TEL 69-2147  
局番なしの188 FAX 63-4582

## 今月の納税

### 納期限は11月30日(火)です

納付には、便利な「口座振替」をご利用ください。

- 国民健康保険税(6期)
- 利用者負担額(保育料、幼稚園・保育園給食費)
- 介護保険料(6期)
- 後期高齢者医療保険料
- 公共下水道使用料・農業集落排水施設使用料



## 76歳のボディビルダー なかむらやすかず 中村康和さん

今回は、9月に兵庫県で開催された第33回日本マスタートボディビル選手権の男子75歳以上級で、初出場にして準優勝された水口町在住の中村康和さんにお話を伺いました。



## 全国準優勝の筋肉！

ボディビルを始めた  
きっかけは？

友人の勧めで、本格的に始めたのは60歳を過ぎた頃です。最初はこれからの健康のために身体を鍛えたいと思い、始めました。

ボディビルの楽しさは？

スクワットが得意で最大100kgは挙げられます。腹筋、特に腹筋の割れ方については若い人に負けない自信があります。日々のトレーニングがしんどいというのは当然ついて回りますが、重量を挙げた時、持久力がついたと実感した時がやはり嬉しいですね。次は何kgを挙げようという目標を立てて挑戦するという楽しさがあります。

全国大会で準優勝

今年の関西大会で優勝し、全国大会に挑戦することにしました。初挑戦でしたが大会が近づくにつれて「出るからには上位をめざしたい」という気持ちが強くなり、トレーニング、食事管理など万全の準備をして臨み、準優勝という結果を頂きました。

今後の目標は？

今は70代後半に差し掛かりましたが、挑戦する気持ちを忘れずトレーニングを続け、80代になっても優勝をめざして頑張りたいと思います。



情報交流広場

となりまち



## 伊賀市 三重大学伊賀連携フィールド 忍者・忍術学講座 「忍者の多様性」

三重大学伊賀サテライト伊賀連携フィールドでは、忍者・忍術学講座2021年度後期講座を三重大学国際忍者研究センター公式YouTubeチャンネルで配信しています。

また、公式チャンネルでは、「2021年度前期講座」、「三重大学大学院で忍術学を勉強してみたシリーズ」など、さまざまな動画も視聴できます。ぜひご覧ください。

【配信開始日】11月27日(土)

【内容】○演題:甲賀の坊人と薬業 甲賀に薬業を育んだ江戸時代の里修験について  
○講師:生産開発科学研究所室長 眞岡 孝至さん

【問合せ】三重大学  
国際忍者研究センター  
TEL0595-51-7154



## 亀山市 第20回亀山青空お茶まつり フォトコンテスト 受賞作品の展示

茶畑のある風景の魅力を広く発信するため、中の山パイロットの茶畑を題材とする亀山青空お茶まつりフォトコンテストが本年度も開催され、受賞作品を展示します。亀山市ならではの茶畑の壮大な景色や鮮やかな緑などを、ぜひご覧ください。

【とき】11月4日(木)～19日(金)午前9時～午後4時30分(土・日曜日、祝日を除く)

【ところ】三重茶農協直売所 茶気茶気(亀山市御幸町174-6)

【問合せ】亀山青空お茶まつり実行委員会事務局  
(三重茶農業協同組合内)  
TEL090-8549-0307、  
産業振興課農業グループ  
TEL0595-84-5082)



▲亀山市長賞  
西村幸子さん「新緑の中の山」