



## 募 集

### 子育てママのための 「おかねのはなし」

橋北公民館  
☎227-1738 ☎222-2526

子育て世代が直面するお金の問題を、ファイナンシャルプランナーが分かりやすく解説します。



**と き** 9月1日・8日・15日  
いずれも木曜日10時～11時(全3回)

**ところ** アスト津4階研修室A

**内容** 講話「アプリで電子マネーで家計すっきり！スマホで家計管理」など

**対象** 市内に在住・在勤・在学の子育て中の母親 ※6カ月以上の子どもを対象に託児あり

**定員** 抽選15人

**申し込み** 直接窓口(返信用のはがきを持参)または往復はがきで、住所、氏名(ふりがな)、託児を利用する場合は子どもの氏

名(ふりがな)・年齢・性別、電話番号を、橋北公民館(〒514-0009 羽所町700 アスト津4階)へ

※津市ホームページからも申し込み可

**締め切り** 8月10日(水)必着

☞津市 令和4年度公民館講座

### 女性のための就職応援 エクセルパソコンセミナー

男女共同参画室  
☎229-3103 ☎229-3366

復職や就職・キャリアアップを目指す女性にお薦めの、実践的なスキルが身に付くセミナーです。



**と き** 9月2日～10月7日の  
毎週金曜日10時～12時(全5回) ※9月23日(金・祝)は除く

**ところ** 中央公民館情報研修室

**内容** Excel講座(Excel表計算処理技能認定試験3級レベル) ※初心者向けではありません。

**講師** 浜口依子さん(パソコン

インストラクター)

**対象** 全ての日程に参加でき、文字入力、Excelの基本操作(データや計算式の入力、グラフ作成)ができる市内に在住・在勤・在学の女性

**定員** 先着20人

**費用** 1,000円(テキスト代)

**持ち物** USBメモリー、筆記用具

**申し込み** はがき、またはファクス、Eメールで郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、Eメールアドレス、応募動機を男女共同参画室(〒514-8611 住所不要、☎229-3103@city.tsu.lg.jp)へ

**申込開始日** 7月21日(木)

**無料託児**

**対象** 6カ月～就学前の子ども

**定員** 先着4人

**申し込み** 電話で男女共同参画室へ

**申込期間** 7月21日(木)～8月5日(金)

※詳しくは津市ホームページをご覧ください。



## 国民健康保険に加入している皆さんへ

### 70～74歳の人へ高齢受給者証を送付

国民健康保険に加入中で70～74歳の方の自己負担割合を示す「国民健康保険高齢受給者証」の有効期限は、毎年7月31日です。8月から新たに有効になる高齢受給者証を、7月中旬に送付します。医療機関を受診するときは、オンライン資格確認を利用する場合を除き、国民健康保険被保険者証と併せて窓口で提示してください。

### 限度額適用認定証の申請を

国民健康保険の「限度額適用認定証」の有効期限は、毎年7月31日です。8月以降も継続して交付を希望する場合は、保険医療助成課または各総合支所市民福祉課(市民課)へ申請してください。なお、8月以降有効となる認定証の申請は、7月13日から受け付けています。

申請は郵送でも可能です。窓口の混雑緩和にご協力ください。

### 申請に必要なもの

- 国民健康保険被保険者証
  - マイナンバーが分かるものと本人確認ができるもの
- ※郵送で申請する場合は写しを同封してください。



### 国民健康保険料の納付をお忘れなく

第1期(普通徴収)の納期限は8月1日(月)です。金融機関または郵便局、コンビニ、スマートフォンなどの専用アプリから納めてください。口座振替を利用すると、納める手間や納め忘れがなく便利です。また、納付が困難な場合は、保険医療助成課納付相談窓口(☎229-3161)または各総合支所市民福祉課(市民課)へご相談ください。



問い合わせ 保険医療助成課

☎229-3160 ☎229-5001