

**ネイチャーパーク@らくさい
～福西公園～**

と き 7月15日(日)
午前10時～午後3時(天候により22日(日)に延期、ホームページにて発表)

と ころ 福西公園(京都市西京区大枝北福西町3丁目3、阪急桂駅、洛西口駅又はJR桂川駅からバス「北福西町一丁目」で下車、徒歩10分)

対 象 小学校から中学生くらいの児童・生徒とその保護者

内 容 竹を使ったジャングルジムやからくり装置作り、水を使った遊び、ロープ渡り、生物多様性が学べる企画など

参加料 無料(申し込み不要)

問 西京区役所洛西支所地域力推進室総務・防災担当
TEL075-332-9185
(文化・スポーツ課)

**認知症介護家族交流会
「ほっこりさん」**

同じような経験をもつ人と語り合い、認知症介護のコツを見つけましょう。今回は、会場と時間が変更となります(申し込み不要)。

と き 7月19日(木)
午後2時～3時30分

と ころ Café Lier (かめおかゆう薬局敷地内、余部町)

対 象 認知症の人の家族

内 容 茶話会を通じた相談、交流(認知症の人と家族の会京都府支部会員が、コーディネーターとして参加)

参加料 無料(ただし、飲み物などの実費は自己負担)

問 あんしん長寿センター
TEL29-2133
(高齢福祉課)

**食と農をつなぐ会「風土FOOD」
料理くらぶ《夏の部》**

～亀岡の夏野菜トマトソースで

イタリアン～

と き 7月25日(水)
午前10時30分～午後1時

と ころ ガレリアかめおか1階料理実習室

内 容 簡単ピザ、ミートソース、フルーツのデザート

持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル

定 員 20人(要申し込み)

参加料 1,500円(中学生以下1,000円、幼児無料)

申し込み問 7月18日(水)までに、はがきまたはFAXで、住所、氏名、電話番号、参加人数を記入の上、次へ

〒621-0803(河原町200-51)
まつきひろみ 松本宏美 TEL・FAX22-7507
(農林振興課)

認知症市民公開講座

市民の誰もが、認知症を正しく理解し助け合えるまちづくりを進めるため、市民公開講座を開催します。

と き 8月4日(土)午後2時～4時(午後1時40分開場)

と ころ ガレリアかめおか2階大広間

内 容 第一部講演「認知症を知ろう」、第二部体験講座「楽しく動いて、体と頭をリフレッシュ」

国民年金保険料「納付免除・納付猶予申請」受け付けています

平成30年度の国民年金保険料は、月額16,340円です。納付が困難なときは、国民年金保険料「納付免除・納付猶予申請」を行ってください。

平成30年6月まで全額免除または納付猶予の承認を受けた人で、継続申請を希望した人は申請が不要です。ただし、失業等を理由とした特例による免除承認であった場合には、申請が必要です。
※審査は、住民税の申告内容をもとに行いますので、平成29年分(平成29年1月から平成29年12月まで)所得の申告を忘れずに行ってください。

納付免除・納付猶予申請を希望される場合は、市役所1階市民課国民年金係(4番窓口)または年金事務所まで手続きしてください(郵送も可能です)。

手続きに必要なもの

- 窓口に来庁される人の本人確認ができるもの(免許証など)
 - 申請を希望する人の基礎年金番号が分かる書類(年金手帳など)
 - 印鑑
 - 失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票など)
- ※申請者本人、配偶者または世帯主が失業された人のみ
- 委任状(別世帯の人が代理で申請する場合)

その他

○なるべく8月31日(金)までに申請を済ませましょう。

問 市役所1階市民課国民年金係(4番窓口) TEL25-5020、FAX25-5021

(市民課)

講 師 第一部：^{しまだみのる}島田稔さん(亀岡シメズ病院メンタルヘルス科、認知症サポート医)、第二部：^{よこやまけいいち}横山慶一さん(NPO法人元気アップAGEプロジェクト代表)

定 員 120人(要申し込み・先着順)

参加料 無料

申し込み問 8月3日(金)までに、①氏名②連絡先を記入の上、電話、FAXまたは市役所1階高齢福祉課(24番窓口)まで
TEL25-5117、FAX24-3070
(高齢福祉課)

学童期二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種を受けましょう

対 象 11歳以上13歳未満の人

接種方法 実施医療機関での個別接種(要予約)。詳しくは学校からの通知(6月に亀岡市立小学校、京都府立丹波支援学校6年生への配布)をご覧ください。市外の小学校に通学している人は、健康増進課へ相談してください。受け方などをご案内します。

費 用 無料

持ち物 母子健康手帳、DT(2種混合)予防接種予診票

問 健康増進課 TEL25-5004
(健康増進課)