

元気アップ講座

高齢者の皆さんに元気でいきいきとした生活を続けてもらえるよう、元気アップ講座を開催します。

と き ①5月22日(水)

午後2時～3時30分

②5月27日(月)

午前10時～11時30分

③5月29日(水)

午後2時～3時30分

申し込みいただけるのは①～③のうち1回です。

ところ あんしん長寿センター
(ガレリアかめおかエイジレスセンター内)

対象 65歳以上の人

内容 これから介護予防に取り組もうとする人向けの、運動を中心とした介護予防の入門講座です。

定員 各回20人(応募多数の場合は抽選)

参加料 無料

募集期間 4月25日(木)から①5月15日(水)②20日(月)③22日(水)まで

申し込み 問 あんしん長寿センター
TEL29-2133

(高齢福祉課)

TEL25-5052 FAX23-3100

(教育総務課)

毎週水曜日は「地域子ども出迎えデー」-子どもの出迎え、見守り活動にご協力をお願いします-

対象 亀岡市全域

実施日 毎週水曜日(学校休業日を除く)

活動内容 「地域子ども出迎えデー」とは、毎週水曜日に児童や生徒の下校する時間に合わせ、地域の大人が子どもたちを出迎え、見守っていただくものです。

具体的には、子どもたちの下校時間に合わせて「買い物」「花の水やり」「散歩」などで家の外へ出て、子どもたちの出迎えや見守りなどをお願いします。

地域の目を光らせ、不審者などを寄せ付けない、安全で安心なまちをつくるため、可能な範囲でご協力ください。

問 市役所4階教育総務課

亀岡地区コミュニティバス 運休のお知らせ

亀岡光秀まつりの明智光秀公武者行列のため、亀岡地区コミュニティバスを一部運休します。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

と き 5月3日(金・祝)

※亀岡駅前発・着時間です。

8便	西	発着	午後1時26分 午後1時50分
10便	東	発着	午後3時05分 午後3時36分

※通常運行の便につきましても、当日は交通規制や渋滞により、時刻が遅れる場合があります。

問 京阪京都交通(株)亀岡営業所

TEL23-8000

市役所2階まちづくり交通課

TEL25-5083 FAX23-5000

(まちづくり交通課)

国民年金のお知らせ

■■ こんなときは届け出を ■■

国民年金被保険者期間中(20歳以上60歳未満)に被保険者の種別などが変更になる場合は、届け出が必要です。必ず届け出をしてください。

○自営業・学生など(第1号被保険者)

こんなとき	変更後の種別	届け出先	必要な書類など
会社員・公務員になった	第2号被保険者	勤務先	年金手帳
会社員・公務員と結婚し、扶養されるようになった	第3号被保険者	配偶者の勤務先	年金手帳

○会社員・公務員(第2号被保険者)

こんなとき	変更後の種別	届け出先	必要な書類など
退職(職場の年金を脱退)した	第1号被保険者	市役所	年金手帳、印鑑、離職票など退職日の分かる証明書類
退職し、すぐに再就職した	第2号被保険者	新しい勤務先	年金手帳
会社員・公務員と結婚し、扶養されるようになった	第3号被保険者	配偶者の勤務先	年金手帳

○会社員・公務員に扶養されている配偶者(第3号被保険者)

こんなとき	変更後の種別	届け出先	必要な書類など
配偶者と離婚・死別した	第1号被保険者	市役所	年金手帳、印鑑、離婚・死別した年月日が確認できる証明書類、扶養からはずれた年月日が確認できる証明書類
収入が増えて配偶者に扶養されなくなった			年金手帳、印鑑、扶養からはずれた年月日が確認できる証明書類
配偶者が退職して第1号被保険者になった			年金手帳、印鑑、離職票など配偶者の退職日が分かる証明書類
会社員・公務員になった	第2号被保険者	勤務先	年金手帳
配偶者が退職し、すぐに再就職し、引き続き扶養されるようになった	第3号被保険者	配偶者の新しい勤務先	年金手帳

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)

買い物は、お近くの商店街など亀岡市内でしましょう