

スポーツの秋 教室・イベントに参加しませんか？

問スポーツ課（津山総合体育館内）☎24-0202

第2期エンジョイ・ニュースポーツ（ペタンクなど）

とき 10月13日(木)・20日(木)、11月10日(木)・24日(木)午前9時30分～11時30分（全4回）

ところ 津山中央公園グラウンド（山北）ほか

対象 市内に在住または勤務する人

定員 20人程度

参加費 1,200円（全4回分。傷害保険料を含む）

第2期チャレンジクラブ（体づくり運動、体操など）

とき 10月15日～12月10日の土曜日午前10時～11時30分（全8回）

ところ 津山総合体育館、久米総合文化運動公園体育館（中北下）ほか

対象 市内在住の親子（子ども＝①保育園か幼稚園の年長児②小学1年生）

定員 ①②各30組程度

参加費 1組4,000円（全8回分。傷害保険料を含む）

第2期ニュースポーツ教室（ラケット型競技など）

とき 10月15日～11月5日の土曜日午後1時30分～3時（全3回。1回のみ参加可）

ところ 津山総合体育館

対象 市内に在住または勤務する人

定員 各回50人程度

参加費 500円（1回分。傷害保険料を含む）

共通項目

申込方法 津山スポーツ振興財団ホームページ申込専用フォーム、またはスポーツ課（津山総合体育館内）で直接申し込む

申込期間 9月2日(金)～16日(金)

※開催内容を変更する場合あり。詳しくは、津山スポーツ振興財団ホームページをご覧ください



とき 9月23日(金・祝)午後1時キックオフ

ところ 津山陸上競技場（志戸部）

入場料 一般=1,200円、ファンクラブ=1,000円、小学生・中学生・高校生=500円、小学生未満=無料（当日販売のみ）

※チケットの購入方法など、詳しくは岡山湯郷Belleのホームページをご覧ください



岡岡山湯郷Belle事務局（美作市）☎0868-72-2004

久米体育館ファミスポクラブ 参加者募集

内容 ニュースポーツ、遊び体験

対象 小学1～3年生の親子

※詳しくは、各小学校で配布するチラシをご覧ください

岡久米総合文化運動公園（中北下）☎57-2900



つやま元気大賞 応募者募集

問学校教育課（市役所4階）☎32-2114、FAX32-2157、✉gakkyou@city.tsuyama.lg.jp

学校や地域を元気にする「つやま元気大賞」の応募者を募集します。

対象 児童生徒の主体的な活動、学校が一丸になって取り組んだ活動、教職員が創意工夫した実践、PTAや団体などの活動で、児童生徒の成長に関する取り組み

※優れた成果・模範の取り組みは、後日表彰予定

募集する活動の取組期間 令和3年10月～令和4年9月

応募方法 窓口に備え付けの推薦書（市ホームページから印刷可）に必要事項を記入し、ファクス、Eメールまたは窓口で直接提出する（自薦・他薦は問いません）

締め切り 9月30日(金)

公民館などでお手伝い！マイナンバーカード申請

問市民窓口課（市役所1階2番窓口）☎32-2132

無料で写真を撮影し、手続きを手伝います。電話で予約が必要です。

持ってくるもの

- 通知カード
- 「運転免許証と健康保険証」か「健康保険証と診察券（氏名と生年月日が記載されたもの）」



9月・10月の出張日

9月	時間	ところ	10月	時間	ところ
1日(木)	午前11時～午後4時	成名公民館	4日(火)	午前10時～午後3時	河辺公民館
6日(火)	午前10時～午後3時	西苫田公民館	6日(木)	午前11時～午後4時	大崎公民館
8日(木)	午前11時～午後4時	城西公民館	11日(火)		広野公民館
13日(火)	午前10時～午後3時	津山東公民館	13日(木)	午前10時～午後3時	院庄公民館
14日(水)		東苫田公民館	18日(火)		清泉公民館
20日(火)		二宮公民館	20日(木)	佐良山公民館	
22日(木)		中央公民館	25日(火)	午前11時～午後4時	田邑公民館
27日(火)	午前11時～午後4時	一宮公民館	27日(木)	午前10時～午後3時	福南公民館

マイナポイントの申し込みもできます！

手続きに必要なものなど、詳しくはお問い合わせください。（電話予約要）

キャッシュレス決済サービスで使える

最大20,000円分のポイントがもらえる！



マイナポイントの申し込みは、**9月末まで**にマイナンバーカードを申請した人が対象です

後期高齢者医療保険に加入する皆さんへ

問医療保険課高齢者医療係（市役所1階8番窓口）☎32-2073

■保険証の有効期限にご注意ください！

現在の保険証（紫色）の有効期限は、9月30日です。

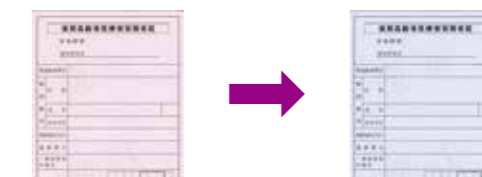
10月から使う保険証（青色）は9月中旬に送付します。10月以降に医療機関で受診するときは、有効期限を確認してください。

■医療費の窓口負担割合が2割負担になる人へ

現在の窓口負担割合が1割で、一定以上の所得がある人は、10月から2割負担になります。

急激に負担が増えないよう、10月から3年間、外来診療の負担増加額の上限を1カ月当たり3,000円までに抑える配慮措置が適用されます（入院の医療費は対象外）。

上限を超えて支払った場合、越えた金額が高額療養費の登録口座に払い戻されます。口座登録がない人には、9月下旬に申請書を送付します。



9月30日まで（紫色） → 10月1日から（青色）

配慮措置が適用される場合の計算方法

例) 1カ月の外来診療の医療費総額（10割）が50,000円の場合

窓口負担額（2割分）①	10,000円
負担割合が1割の場合の額②	5,000円
負担増加額③（①－②）	5,000円
窓口負担増加額の上限④	3,000円
払い戻し額（③－④）	2,000円