



バイクショップでの職場体験

職場体験を通して 子どもたちの健全育成を

「つやまっ子・デビュー14」として、市内の中学2年生全員が地域事業所の協力を得て職場体験をしています。

6月に職場体験を行った鶴山・津山東・中道中学校に続いて、北陵・津山西中学校の生徒が11月にそれぞれの職場でお世話になります。

6月に受け入れていただいた事業所からは、「とてもまじめに仕事に取り組んでくれた」、「生徒たちの一生懸命な姿に、従業員も初心にかえることができてよかった」などの感想をいただきました。また、ほとんどの事業所から「この職場体験は中学生にとってたいへん意義のある活動であり、来年も受け入れる」と好意的に受け止められています。

この取り組みは、地域や職場のみなさんの温かいご協力の中で成果をあげることができ活動です。

学校生活の中では経験することのできない社会のルールや職場内での気配り・思いやりなどを体験することによって、将来明るく住みよい社会をつくる一員となれるようがんばります。

つやまっ子を育てるために、ご協力をよろしく願います。

つやまっ子・デビュー14
についてのお問い合わせは、
市教委学校教育課 回32・21
15へご連絡ください。

見直しましょう

あなたの医療費

年々医療費が増加しています。医療費が増えれば保険料の値上がりや、国保制度の安定した運営が困難になるなど、みなさんにとっても非常に大きな問題となります。

医療費の伸びを抑えるために、一人ひとりができることから実践していきましょう。

医療費に関心を持ちましょう
市では2か月ごとに「医療費通知」を発行しています。自分や家族が病院などでどのくらい医療費を使っているか、内容をしっかりと確認してください。

病院などのかかり方を見直しましょう
1つの症状で何度も病院を変えたり、必要以上に薬をもらったりすることは医療費の増加につながります。かかりつけ医を決め、検査や投薬、処置などが重複することのないよう心がけましょう。

健康づくりに取り組みましょう
市では、健康づくりに取り組む人を増やし、市民のみなさんの健康寿命（痾ほうや寝たきりにならないで元気に生活できる期間）を延ばそうと健康づくり計画「健康つやま21」を作成し、実行しています。

健康づくりは無理のない範囲で、継続することがポイントです。散歩やスポーツなど、好きなことや楽しんでできることをふだんの生活に取り入れましょう。

みなさんの健康のため、また医療費の節約のためにも、まずはできることから始めましょう。

ふるって参加ください！

健康づくりフェア

とき 11月15日（土）午後1時30分
～4時30分

ところ ベルフォーレ津山

内容 講演会、健康つやま21シンポ
ルマーク発表会、ピアノ・ミニコンサート、医師・歯科医による健康相談、口臭や虫歯菌チェック、骨密度測定、
体脂肪測定など

講演会



とき 午後2時30分

講師 露木 茂さん（テレビキャスタ

ー・東京国際大学教授）

演題 テレビの中から見た社会

定員 600人

参加費 無料

国保医療、老人保健、健康づくりフェアについてのお問い合わせは、市保険年金課（市役所1階6番窓口）回32・2071へご連絡ください。

おいでください
税に関する租税作品展

とき：11月8日（土）・9日（日） ところ：ウエストランド（二宮） 作品：小学生＝絵画、中学生＝習字・作文・標語、高校生＝デザイン画・作文・標語
問い合わせ先：津山税務署 回22 3144へ