



## 一般会計

# 692億1,000万円

令和5年度当初予算が可決成立しましたので、お知らせします。

財政課 ☎382-9041 📠382-9040

### 当初予算の概要

令和5年度の予算は、4月に統一地方選挙が実施されることから、現状の市民サービスを停滞・低下させないように配慮しながら、義務的・経常的な行政経費と継続事業に係る投資的経費を中心とする骨格的な予算として編成しました。

令和5年度は、「鈴鹿市総合計画2023」の後期基本計画における最終年度です。そのため、骨格的予算とする中でも、国や県の施策に協調して迅速な対応が求められる事業費を加えながら、めざす将来都市像である「みんなで創り 育み 成長し みんなに愛され 選ばれるまち すずか」の目標達成につながる予算となっています。

一般会計予算額は692億1,000万円、また、一般会計、特別会計および企業会計を含めた予算総額は1,115億292万8,000円としています。

### 歳入歳出の状況

#### 【歳入】

個人市民税、法人市民税および固定資産税において、企業収益と個人所得の増加によ

る増収を見込んでおり、市税全体としては、前年度に比べて約11億3,500万円の増収を見込んでいます。

また、国の令和5年度地方財政計画により、普通交付税および地方消費税交付金などが増加する見込みであり、財政調整基金繰入金を除いた一般財源全体の額としては、前年度より約2億7,000万円の増収を見込んでいます。

#### 【歳出】

骨格的予算としたことで、新たなインフラ整備に係る普通建設事業費が減額となるものの、老朽化した公共施設の計画的な整備を滞らせることのないよう継続事業を中心に改修や建替えに係る経費を計上したほか、社会保障関係経費が引き続き高い水準で推移するものと見込んでいること、また、原油価格・物価高騰の影響により公共施設の電気料金をはじめとした経常経費が増大するものと見込んでいることから、前年度と比べて9億6,500万円の増額で、1.4%増となっています。

## 主な歳入

### ■市税

令和4年度より11億3,573万3,000円増の296億6,616万8,000円を計上

### ■地方交付税

普通交付税は令和4年度より12億円増の42億円、特別交付税は令和4年度と同額の4億2,000万円を計上

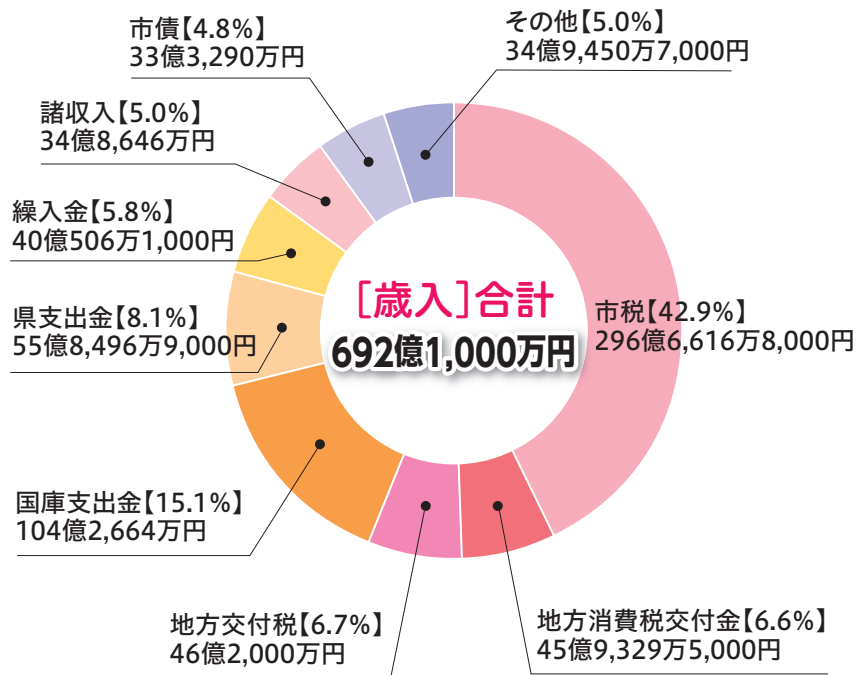
### ■市債

令和4年度より29億6,620万円減の33億3,290万円を計上し、そのうち臨時財政対策債は令和4年度より27億1,000万円減の4億9,000万円を計上

### ■繰入金

財政調整基金から令和4年度より6,400万円減の24億3,600万円を、地方債減債基金から令和4年度と同額の4億円を計上

## 一般会計の歳入



※構成比については、歳入・歳出とも表示単位未満四捨五入のため、積み上げが100%にならない場合があります。

## ○「その他」に含まれる歳入

地方譲与税、利子割交付金、配当割交付金、株式等譲渡所得割交付金、法人事業税交付金、ゴルフ場利用税交付金、自動車取得税交付金、環境性能割交付金、地方特例交付金、交通安全対策特別交付金、分担金及び負担金、使用料及び手数料、財産収入、寄附金、繰越金

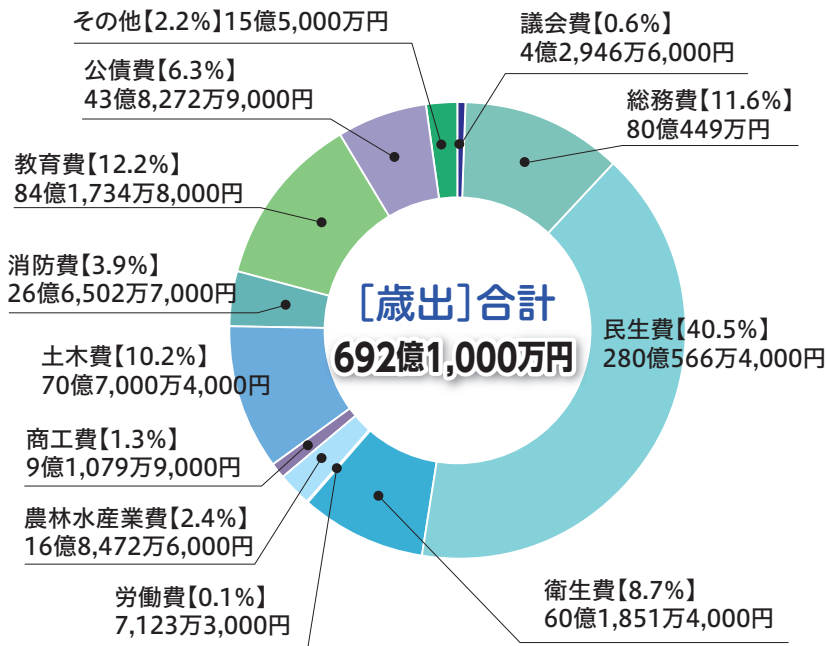
## ■会計別予算額

【単位：千円・%】

会計区分	令和5年度	令和4年度	増減額	増減率	
一般会計	69,210,000	68,245,000	965,000	1.4	
特別会計	国民健康保険事業	17,625,604	17,232,057	393,547	2.3
	土地取得事業	154,000	154,000	0	0.0
	介護保険事業	51,734	51,923	▲189	▲0.4
	後期高齢者医療	4,996,941	4,555,904	441,037	9.7
	小計	22,828,279	21,993,884	834,395	3.8
水道事業会計	7,064,014	7,048,901	15,113	0.2	
下水道事業会計	12,400,635	12,118,633	282,002	2.3	
合計	111,502,928	109,406,418	2,096,510	1.9	

▲は「減」を表します。

## 一般会計の歳出



## 主な歳出

### ■ 総務費

文化会館施設整備費や選挙執行事務費など、令和4年度より2億9,348万2,000円増の80億449万円を計上

### ■ 民生費

子どものための教育・保育給付費や障がい児通所支援事業費など、令和4年度より1億6,428万5,000円増の280億566万4,000円を計上

### ■ 教育費

小学校の屋内運動場施設整備に係る事業費や中学校の校舎長寿命化改修に係る事業費など、令和4年度より6億731万9,000円増の84億1,734万8,000円を計上

○「その他」に含まれる歳出 災害復旧費、諸支出金、予備費

## 令和5年度予算は、主にこのように使います

- ① **防犯事業費 285万1,000円** 高齢者の方が特殊詐欺被害防止機器を購入・設置する費用を補助します。
- ② **通信指令費／消防通信指令事務協議会負担金 1,085万円** 津市、鈴鹿市及び亀山市消防通信指令事務協議会に対して、通信指令センターの整備に係る負担金を支払います。
- ③ **大規模地震対策事業費 1,922万8,000円** 津波浸水予測区域等のハザードマップを更新し市民に配布するとともに、Web用ハザードマップを作製し公開します。
- ④ **文化会館／施設整備費 12億8,913万2,000円** 老朽化した文化会館の長寿命化改修工事を行います。
- ⑤ **不妊治療助成費 2,859万9,000円** 保険適用治療終了後の助成の対象を第1子まで拡大します。
- ⑥ **河曲小学校施設整備費／屋内運動場 4億7,585万3,000円** 老朽化した河曲小学校屋内運動場の建て替えを行います。
- ⑦ **部活動地域移行推進費 254万3,000円** 部活動の地域連携や地域スポーツ・文化活動への移行に向けた調査や研究を行います。
- ⑧ **子ども医療費 7億6,834万2,000円** 子ども医療費助成について所得制限を撤廃します。
- ⑨ **食品ロス削減推進事業費 168万3,000円** 食品ロスの削減および環境配慮行動を促進するため、鈴鹿市フードドライブ推進事業などの啓発事業を行います。
- ⑩ **農業競争力強化農地整備事業費 3,700万円** 下大久保町の寺井池から取水する地区におけるパイプライン事業および農道整備事業の実施計画を策定します。
- ⑪ **観光振興費 3,621万6,000円** 持続可能な観光振興のため、地域資源を有機的に組み合わせた誘客多角化を行います。また、市民祭を活性化するための補助をします。
- ⑫ **ホームページ運営費 3,658万9,000円** 分かりやすく正確な情報を迅速かつ安定的に発信するために市ホームページのリニューアルを行います。

※予算額は、記載のある取り組みを含めた全体の事業費です。



## お知らせ

### 道路にはみ出た樹木などは適切に管理を

土木総務課 ☎ 382-9021 📠 382-7612

道路保全課 ☎ 382-8421 📠 382-7612

道路にはみ出た樹木や草は、通行の妨げとなります。道路に隣接する土地を所有している方は、歩行者や車両などとトラブルに発展する前に、枝の剪定や除草など、適切な管理をお願いします。

### ほ場から出るときは農機の泥を落としてください

農林水産課 ☎ 382-9017 📠 382-7610

農作業後、農機に付着した泥の塊が歩道や道路に落ちる場合があります。これらの

泥の塊は、他の自動車だけでなく、歩行者、バイク、自転車などの通行の妨げになり、事故につながる可能性があります。環境美化と交通安全のため、農機の泥を落としてから道路を走行するようにしてください。

もし道路が汚れてしまった場合は、速やかに清掃をお願いします。

### 訪問理美容サービス出張経費の一部支援

長寿社会課 ☎ 382-7935 📠 382-7607

対象 市内在住の40歳以上の方のうち、次のいずれかに該当する方  
・要介護3から5と認定されている方

・身体障害者手帳1・2級を持ち、障がい名が下肢または体幹機能障害である方

内容 家庭を訪問する理美容サービスの出張経費(1回につき上限2,000円、最大4回まで)を支援

※回数は申請月により異なります。

※利用するには、毎年度申請が必要です。

申込み 介護保険被保険者証または障害者手帳を持って、長寿社会課または地区市民センターへ

### 道路では遊ばないで

交通防犯課 ☎ 382-9022 📠 382-7603

「子どもが道路で遊んでいて危ない」という相談などが市に寄せられています。道路は車両

## 令和5年度の国民健康保険料の納期と保険料率などのお知らせ

保険年金課 ☎ 382-9290 📠 382-9455

令和5年7月に賦課される国民健康保険料の納期と保険料率などは次のとおりです。保険料の額は、7月に送付される納付通知書でご確認ください。

国民健康保険料(普通徴収)		保険料率など	
4月		所得割	7.60%
5月		均等割	加入者1人につき2万7,500円(未就学児は1万3,750円)
6月		平等割	1世帯につき21,300円
7月	1期(7/31(月))	賦課限度額	65万円
8月	2期(8/31(木))	所得割	2.70%
9月	3期(10/2(月))	均等割	加入者1人につき9,700円(未就学児は4,850円)
10月	4期(10/31(火))	平等割	1世帯につき6,900円
11月	5期(11/30(木))	賦課限度額	22万円
12月	6期(12/25(月))	40歳以上65歳未満の方は介護保険分も含まれます。	
1月	7期(1/31(水))	所得割	2.70%
2月	8期(2/29(木))	均等割	加入者1人につき1万2,400円
3月	9期(4/1(月))	平等割	1世帯につき5,800円
		賦課限度額	17万円

※賦課される保険料は、医療保険分、高齢支援分、介護保険分の合計です。

※所得割は、表の率に加入者全員の基礎控除後の総所得金額などの合算額をかけて算出します。

※所得割の元となる金額は、土地の譲渡所得の特別控除後で算定します。また、雑損失の繰越控除は適用されません。

申告不要の特定株式等譲渡所得や特定配当などの所得を確定申告などで申告した場合は、その所得も含まれます。

ただし、それらの所得の申告不要制度を選択した場合は含まれません。

※医療保険は、被保険者の医療費などに使われるものです。

※高齢支援は、後期高齢者(75歳以上)の医療費を支援するものです。

※介護保険は、介護保険第2号被保険者になる40歳以上65歳未満の方に賦課されるものです。



や歩行者が通行する場所であり、いつどのような危険があるか分かりません。道路で遊んだり遊具を使用したりすることは、交通事故の危険があるだけでなく、騒音などで周囲の迷惑となりますのでやめましょう。

保護者の皆さんは、子どもと一緒にいるときは、子どもから目を離さないようにしてください。また、交通ルールや道路で遊ぶことの危険性について、子どもに繰り返し教えてください。交通事故防止のためにも、ご協力をお願いします。



## ジェフリーふえすた2023 実行委員募集

男女共同参画課 ☎381-3113 📠381-3119  
danjokyodosankaku@city.suzuka.lg.jp

ジェフリーふえすたは、男女共同参画について考え、活動のネットワークを広げるイベントです。12月2日(土)(予定)の開催に向けて、企画運営に参画していただける実行委員を募集します。

**内容** 企画会議、チラシ作成、記録集作成など

**申込み** 5月31日(水)までに、住所・氏名・年齢・連絡先・応募動機を直接、ファクスまたは電子メールで男女共同参画課へ

## スポーツの全国大会 出場者への激励金交付

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

本市のスポーツ振興に寄与するため、各種競技スポーツ

の国際大会や全国大会に出場された市内在住の方へ激励金を交付しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

※激励金を受けるには、大会終了後1年以内に必要書類を添えて申請する必要があります。

全国大会等出場激励金



## 国民健康保険傷病手当金 支給の適用期間延長

保険年金課 ☎382-7605 📠382-9455

国民健康保険傷病手当金支給の適用期間を令和5年5月7日(日)まで延長します。支給要件は次のとおりです。

**対象** 鈴鹿市の国民健康保険に加入している被用者(給与の支払いを受けている方)のうち、新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱などの症状があり感染が疑われ、療養のために労務に服することができない期間がある方

**適用期間** 令和2年1月1日から令和5年5月7日の間で、療養のために労務に服することができない期間

※入院が継続する場合などは、最長1年6カ月まで延長されます。

**支給額** (直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額÷就労日数)×3分の2×支給対象日数

※支給対象日数とは、労務に服することができなくなった日から起算して、2日を経過した日から労務に服することができない期間のうち、就労を予定していた日数です。

※給与収入の全部または一部を受けられることができる方へは、

その期間中は傷病手当金を支給しません。ただし、その受けることができる給与収入の額が、算定される支給額より少ない場合は、差額を支給します。

**申込み** 指定の様式による事業主などによる証明が必要です。詳しくは保険年金課へお問い合わせください。

※労務不能となった翌日から起算して2年を過ぎると、時効により申請できません。

## 不正けしの除去活動に ご協力ください

健康福祉政策課

☎382-9012 📠382-7607

三重県では、4月から6月にかけて、法律で栽培や所持が禁止されている不正けしなどを除去する「県民参加による不正大麻・けしクリーンアップ運動」を行っています。不正けしを見かけたり、判断に迷ったときは、鈴鹿保健所へご連絡ください。

**不正けしの特徴**

- ・葉の色はろう質を帯びている白っぽい緑色
- ・葉のつけ根が茎を抱き込んでいる
- ・茎や葉の毛が少ない

**問合せ** 鈴鹿保健所衛生指導課(☎382-8674)





# お知らせ

## 令和5年度版 子育て応援ブック すずっこナビ

子ども政策課 ☎382-7661 📠382-9054

鈴鹿市子育て応援ブック「すずっこナビ」は、本市の子育てに関するさまざまな情報を掲載した冊子です。妊娠・出産後の手続きや教室、子育て支援に関する事業、お出かけ情報や各種相談窓口などを分かりやすくまとめてあります。これから子育てをする方や子育て中の方は、ぜひご活用ください。

**配布場所** 市役所本館1階 市民ロビー、子ども政策課、保健センター、地区市民センター、公民館、図書館、子育て支援センターなど  
※市ホームページ、子育て応援サイトきら鈴でも閲覧できます。



子育て応援ブック  
すずっこナビ



子育て応援  
サイトきら鈴

## 児童扶養手当

子ども政策課 ☎382-7661 📠382-9054

児童扶養手当は、離婚や死亡などにより、父または母と生計を同じくしていない児童が育成される家庭の、生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図るために、父または母もしくは養育者に手当を支給するものです。所得制限・支給要件がありますので、詳しくは子ども政策課へお問い合わせください。

**対象** 18歳までの児童（18歳に到達してから初めて迎える3月31日まで）を養育しているひとり親家庭世帯など

※一定の障がいがある児童は、手続きにより20歳未満まで支給延長されます。

**支給日** 奇数月の各11日

※土・日曜日、祝日の場合は、直前の金融機関営業日に支給します。

**支給額**

○第1子

全部支給：4万4,140円、

一部支給：4万4,130円～1万410円

○第2子の加算額

全部支給：1万420円、一部支給：1万410円～5,210円

○第3子以降の一人あたりの加算額

全部支給：6,250円、一部支給：6,240円～3,130円

※金額は月額で、所得に応じて決定します。

※全国消費者物価指数変動のため、令和5年4月分から改定します。今回改定後の手当額は、令和5年5月期払い(3～4月分)に反映されます。

## 障害児福祉手当・ 特別障害者手当・ 特別児童扶養手当

障がい福祉課 ☎382-7626 📠382-7607

障がいがある方に対する手当を紹介します。該当する方は、障がい福祉課へご相談ください。※既に受給認定されている方は申請不要です。

※令和5年度の手当月額です。

※所得制限があります。

### ◆障害児福祉手当

**対象** 20歳未満であって、重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時の介護を必要とする在宅の方  
**障がいの程度** 身体障害者手帳1級、療育手帳A1

有料  
広告

## シロアリ駆除キャンペーン

1階床面積18坪を特別価格にて防蟻工事を実施いたします!!

通常価格 128,700円(税込)のところ **83,600円** (税込)

※18坪以上は、1坪/7,150円(税込)ずつ追加となります。※キャンペーン価格は、レギュラー施工に限りです。

まずは、お気軽にお電話ください。 **0120-187647**

株式会社 N・U・Cグループ 中部白蟻研究所

〒510-0208 鈴鹿市鈴鹿ハイツ1-25 営業時間 8:30～18:00

## 下肢静脈瘤 グルー・レーザー 日帰り治療

## すずきメディカルクリニック

血管外科 内科

症状 ▶血管の膨らみ ▶足のだるさ・むくみ・こむら返り ▶皮膚の色素沈着・硬化・かゆみ

下肢静脈瘤は、進行性の血管疾患です。 当院 血管外科にてご相談ください。

**0120-061-006 ☎059-367-0100**

〒513-0835 三重県鈴鹿市平野町7743-1 <https://smc-mie.com>

※「広報すずか」の発行経費の一部に充てるため、有料広告を掲載しています。内容に関する責任は広告主に帰属します。



(最重度)、精神障害者保健福祉手帳1級

※手帳の等級はあくまでも目安であり、原則、手当用診断書(障がい別)で判定します。

※特定の施設に入所中の方や、障がいを支給事由とする公的年金などを受給している方は対象外です。

手当月額 1万5,220円

### ◆特別障害者手当

**対象** 20歳以上であって、著しく重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の方

**障がいの程度** 身体障害者手帳1級程度、療育手帳A1(最重度)程度、精神障害者保健福祉手帳1級程度の障がい重複している方、または重複障がいと同等の障がいがある方

※手帳の等級はあくまでも目安であり、原則、手当用診断書(障がい別)で判定します。

※特定の施設に入所中の方や、病院などに3カ月を超えて継続入院している方は対象外です。

手当月額 2万7,980円

### ◆特別児童扶養手当

**対象** 障がいを支給事由とする公的年金を受け取ることができない20歳未満の児童を養育している方

**障がいの程度** 身体障害者手帳1~3級・4級の一部、療育手帳A1(最重度)・A2(重度)・B1(中度)・B2(軽度)の一部、精神障害者保健福祉手帳1・2級の一部

※手帳の等級はあくまでも目安であり、原則、手当用診断書(障がい別)で判定します。

※特定の施設に入所中の児童は対象外です。

※児童もしくは養育者が国外に居住している場合は対象外です。

手当月額 1級:5万3,700円、2級:3万5,760円(児童1人当たり)

## 農地の権利取得に必要な 下限面積要件撤廃

農業委員会事務局

☎382-9018 📠382-7610

4月1日から、農地法の改正により、農地権利取得の際の「取得後の面積が50アール以上にならない」という下限面積要件が撤廃されました。

※売買や貸借などで農地の権利を取得するには、農業委員会の許可が必要です。その他の要件については、引き続き満たす必要がありますので、詳しくは農業委員会事務局へお問い合わせください。

## 長崎取材する 親子記者募集

人権政策課 ☎382-9011 📠382-2214  
**対象** 市内に在住する小学4年生以上(1人)とその保護者(1人)

**とき** 8月8日(火)14時30分~11日(金・祝)12時

**ところ** 長崎市(長崎原爆資料館など)

※旅費などは支給されます。

※感染症の影響で、リモート取材になる場合があります。

**内容** 長崎市で取材・記事作成など(事前課題あり)

**定員** 全国で9組(申し込み多数の場合は抽選)

**申込み** 申込書に必要事項を記入し、5月17日(水)まで(必着)に郵送または電子メールで、日本非核宣言自治体協議会事務局(〒852-8117 長崎市平野町7-8 長崎原爆資料館内 ☎095-844-9923 📠095-846-5170 📧info@nucfreejapan.com)へ

※詳しくは、同協議会ホームページ(<http://www.nucfreejapan.com/>)の実施要領をご覧ください。



有料広告

ともに、時をつなぐ。

**第一不動産販売**

不動産に関するお問合せはカスタマーサービスセンター(CSC)まで

☎0120-171-172

本社 鈴鹿市桜島町七丁目16-3(伊勢鉄道「玉垣駅」徒歩約1分)

四日市店 四日市市諏訪町3-16 東歯科ビル203(四日市市役所 徒歩約1分)

(公社)三重県宅地建物取引業協会会員 三重県知事(4)2840号 株式会社第一不動産販売

売れない空き家でお悩みではありませんか?

**解体費が高額で  
一歩踏み出せない**

空き家を早く  
**手放したい**

**相続で迷惑を  
かけたくない**

アキソルが無償譲渡によって空き家の処分をサポートします。まずは無料相談のお電話を。

☎0120-772-135

運営:(株)ジチタイアド akisolカスタマーサポート  
受付:平日9時~18時  
所在地:福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F

akisol

※有料広告掲載に関するお問い合わせは、情報政策課(☎382-9036)へ



## お知らせ

### 令和6年度特別支援学校・特別支援学級への就学

学校教育課 ☎382-7618 📠382-9054

鈴鹿市就学支援委員会では、障がいのある幼児・児童・生徒が適切な環境で学べるよう就学先の判定を行っています。令和6年度に特別支援学校や特別支援学級への就学を希望される方は、就学先の判定を受けてください。

#### 申込み

- 保育所や幼稚園などに在籍されていない方:5月11日(木)までに学校教育課へ
- 保育所や幼稚園などに在籍されている方:在籍の保育所や幼稚園へ

### 防災研修会申込方法の変更

防災危機管理課 ☎382-9968 📠382-7603

市民の皆さん一人一人が災害に対しての正しい知識を持ち、日頃からの備えを行えるよう「防災危機管理課職員」や「市内の防災ボランティア」による防災研修会を実施しています。

7月以降実施の防災研修会の申込方法を変更しますので、ご注意ください。

**申込み** 防災研修会実施予定月の、1年前から2カ月前の月の10日までに、防災研修会申込書を防災危機管理課または地区市民センターへ

※詳しくは、市ホームページ(<https://www.city.suzuka.lg.jp/bousai/kensyu/index.html>)をご覧ください。

### 指定文化財を大切に

文化財課 ☎382-9031 📠382-9071

文化財は長い歴史の中で

培われ、伝えられてきた市民全員の貴重な財産です。市内には100件を超える指定文化財がありますので、後世に残していくためにも、皆さんは大切に扱ってください。

○マナーを守り、文化財の所有者、管理者などの迷惑にならないようにしてください。

○指定文化財を無断で現状変更しないでください。どうしても必要な場合は許可申請が必要です(例:指定地内に木を植える、天然記念物の木の枝を切る、建造物にくぎを打つなど)。

※指定文化財の中には、一般には公開していないもの、常時公開していないものがあります。

※指定文化財については、鈴鹿市文化財ガイド(<https://www.suzuka-bunka.jp>)で確認できます。

### 市営住宅入居者募集(5月募集分)の中止

住宅政策課 ☎382-7616 📠382-8188

市営住宅の5月募集は都合により中止します。入居を希望される方は、次回の募集(8月の予定)までお待ちください。

### 令和5年度河川愛護モニター募集

河川雨水対策課

☎382-7614 📠382-7612

日常生活の範囲内で把握できる、河川の利用状況・ごみなどの不法投棄・水質異常・沿川地域要望を河川管理者へ報告していただく河川愛護モニターを募集します。

**対象** 満20歳以上の健康な方で、河川に接する機会が多く関心のある方

**期間** 7月1日(土)から1年間  
**モニター区間** 鈴鹿川左岸(四日市市河原田町国道23号塩浜大橋付近～高岡町 鈴鹿橋付近)

**定員** 1人

※都合により、採用人数を調整する場合があります。

**申込み・問合せ** 5月26日(金)まで(必着)に、応募用紙を、直接、郵送、ファクスまたは電子メールで国土交通省三重河川国道事務所河川占用調整課(〒514-8502津市広明町297 ☎059-229-2218 📠059-229-2231 [cbr-ir-mika5@mlit.go.jp](mailto:cbr-ir-mika5@mlit.go.jp))へ

※応募用紙は、三重河川国道事務所または同事務所ホームページ(<https://www.cbr.mlit.go.jp/mie/river/region/aigo/index.html>)で入手できます。

### 大型連休中のマイナンバーカード手続きの一部停止

戸籍住民課 ☎327-5056 📠382-7608

法律の改正により、全国的なシステム更改作業を下記の日程で実施します。それに伴い、システム更改作業期間中はマイナンバーカードの一部の手続きを停止します。

※マイナンバーカードの申請・交付・継続利用手続きはできます。

**とき** 4月29日(土・祝)～5月7日(日)

#### 手続き停止の内容

○住所・氏名変更などに伴うマイナンバーカード券面事項更新

○暗証番号ロックによるマイナンバーカード暗証番号の再設定(初期化)

※マイナンバーカード暗証番号



変更手続きはできます。

○マイナンバーカード交付後の代替文字不服による署名用電子証明書の破棄、再発行

○マイナンバーカード継続利用手続き後の署名用電子証明書の失効、再発行

○マイナンバーカード有効期間変更および特例期間延長後の電子証明書の発行  
※有効期間変更および特例期間延長手続きはできません。

○マイナンバーカード一時停止解除後の署名用電子証明書の失効、再発行

※マイナンバーカードの一時停止解除はできません。

## 国民健康保険料と納税の夜間窓口

納税課 ☎ 382-9008 📠 382-7660

保険年金課 ☎ 382-9290 📠 382-9455

と き 4月28日(金)17時15分～20時

ところ 納税課

内 容 市税・国民健康保険料の納付、納付相談、口座振替の手続きなど

※北通用口は利用できません。南玄関からお越しください。

※国民健康保険の加入などの手続きはできません。



## 催し物

新型コロナウイルス感染症の影響により、中止や延期する場合があります。中止などは、市ホームページでお知らせします。

## みえ夜間学級体験教室「まなみえ」

教育支援課 ☎ 382-9055 📠 382-9053

さまざまな事情で中学校の学習を十分にすることができず、

「学びたい」、「もう一度学び直したい」と思っている方は一緒に学びましょう。

※詳しくは、県教育委員会ホームページ(📌[https://www.pref.mie.lg.jp/GAKOKYO/HP/m0205100034\\_00006.htm](https://www.pref.mie.lg.jp/GAKOKYO/HP/m0205100034_00006.htm))で

対 象 県内在住・在勤で平成20年4月1日以前に生まれた方(既に高校を卒業している方を除く)

と き 5月12日(金)～令和6年2月 毎週金曜日、隔週水曜日、土曜日18時～20時30分ごろ(40分間の授業×3コマ、全50回)

ところ

・津会場：県総合教育センター(津市大谷町12)

・四日市会場：県立北星高等学校(四日市市大字茂福668-1)

内 容 中学校の国語・社会・数学・理科・英語・実技教科

参加料 無料

申込み 名前・生年月日・住所・電話番号・電子メールアドレス・希望会場を、直接、電話または電子メールで県教育委員会事務局小中学校教育課(津市広明町13 ☎059-224-2963 📠gakokyo@pref.mie.lg.jp)へ

## 転入ママのつどい

子ども政策課 ☎ 382-7661 📠 382-9054

転入ママならではの悩みを共有したり、お子さんを遊ばせたりして、気軽に話せる子育て仲間をつくりましょう。

対 象 市内に転入してきた就学前のお子さんをもつ保護者

※初めて参加される方を優先します。

と き

①5月9日(火)10時～11時30分(交流会)

②5月17日(水)9時～12時  
※②は①に参加した方を対象とした自由参加です。

※今年度は、4回開催予定です。

ところ 子育て応援館(白子駅前6-33 ☎387-6125)

定 員 6人程度(先着順)

参加料 無料

※託児はありませんので、お子さんと一緒にご参加ください。

申込み 4月26日(水)から5月2日(火)(土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時15分)までに、直接または電話で子ども政策課へ

## 保育のお仕事相談会

子ども育成課 ☎ 382-7606 📠 382-9054

市内の公私立保育所(園)、認定こども園、公私立幼稚園が参加し、各園のPRや保育の仕事に関する相談会を行います。

対 象 保育士資格および幼稚園教諭免許を取得している方・取得予定の方、学生

と き 5月14日(日)13時～16時

ところ 市役所本館12階

申込み 不要

※三重県保育士・保育所支援センターによる潜在保育士ミニ相談会も同時開催します。

※参加施設などの詳細情報は、鈴鹿市求人情報サイト「鈴鹿deはたらこっ!」でお知らせします。

鈴鹿de  
はたらこっ!



## 介護予防出前教室

長寿社会課 ☎382-9886 📠382-7607

講師が地域の活動場所に出向いて開催する講座です。

**受講時間** 60分程度 **料金** 無料 ※材料費など一部有料のものもあります。

**対象** 65歳以上の方が5人以上参加する「ふれあいいきいきサロン」、「自治会」、「地域づくり協議会」など地域の住民団体

**申込み** 電話で申込み先へ

※利用回数の制限はありません。 ※「★」は講話中心の講座です。 ※実施地域は、地域づくり協議会の活動範囲です。

講座名	内容	実施地域	実施可能曜日・時間	申込み
運動機能の向上 (高齢者いきいき体操)	椅子に座った状態でできる健康体操	市全域	月～土曜日 9時～16時 ※日曜日は応相談	介護予防センター 鈴鹿清寿苑 ☎373-4567
音楽によるリハビリ	懐かしい歌を歌って、口腔ケアや体操			
運動リハ・ヨガ体操	作業療法士による筋肉トレーニングと ヨガインストラクターによる体操			
★ フレイル予防と 介護の仕組み	長寿を目指す生活習慣と介護保険についての 講話			
誰でもどこでも 楽しく音楽療法	音楽療法士による誰でも楽しめる音楽療法	市全域	月～金曜日 9時～17時 ※土・日曜日は応相談	在宅介護 支援センター ルーエハイム ☎372-3811
健康太極拳	楊名時八段錦・太極拳の体験による内臓や 脳への刺激と心身のリフレッシュ			
元気な体作り	体力、筋力維持のための体操			
フレイル・ 認知症予防講座	口腔トレーニングや脳トレ			在宅介護 支援センター ルーエハイム橋 ☎371-3211
★ 栄養講座	管理栄養士による健康維持のための栄養講座	市全域	月～金曜日 9時～16時30分 ※土・日曜日は応相談	介護老人保健施設 パークヒルズ高塚 ☎375-5525
フレイル予防	懐かしい歌を歌って、口腔ケアや体操			
★ 栄養指導	管理栄養士による指導	市全域	月～金曜日 ※時間は応相談	鈴鹿農業協同組合 ☎384-1123
スクエアステップ教室	指導員によるスクエアステップ			
音楽療法	唱歌・童謡に合わせた脳トレ・トーンチャイム演奏、懐かしい音楽(昭和歌謡など)に合わせたダンス・軽運動、スクエアステップ、歌唱・楽器生演奏鑑賞など	市全域	曜日不問 ※時間は応相談	NPO法人みんなDe うきうき歌謡団(かさい) ☎090-7048-8120
バンダイいきいき介護 予防(音楽体操)	音楽体操、脳トレ体操、うつ予防のための グループ体操	市全域	月～金曜日 11時～16時 ※土・日曜日は応相談	カラオケバンダイ 鈴鹿ハンター店 ☎367-7162
バンダイいきいき介護 予防(脳トレ体操)				
バンダイいきいき介護 予防(グループ体操)				
心いきいき回想法	昭和の遊びや懐かしい思い出などを楽しく 語り合う認知症予防	市全域	月～土曜日 8時30分～17時	長太の寄合所 「くじら」 ☎395-1212
心いきいきリハビリ 体操・認知症予防	リハビリ体操や認知症予防を紹介			
フレイル予防の概論	フレイル予防などの講話やトレーニング方法	市全域	月～金曜日 10時～11時30分 ※土・日曜日は応相談	介護老人保健施設 アルテハイム鈴鹿 ☎370-0300
認知症予防、 コグニサイズ	運動と組み合わせた脳トレ			
体力測定・ フレイル予防体操	体組成計、握力、立ち上がりリテストで筋力や 身体機能を計測			
転倒予防体操	転倒予防のための体操など			
★ 口腔機能向上・ 栄養改善	口腔機能や低栄養の説明と誤嚥性肺炎 <sup>えん</sup> 予防			

講座名	内容	実施地域	実施可能曜日・時間	申込み
フレイル予防体操	ストレッチと筋肉トレーニング	市全域	月～金曜日 9時～17時 ※土・日曜日は応相談	アクトスWill_G鈴鹿 ☎0574-60-5010
認知症予防体操	脳活トレーニングと有酸素運動			
カラダらくらく体操	膝痛・腰痛・肩痛予防改善体操			
★フレイル予防講話	口腔と栄養バランスについての講話			
★こころの講話	自己チェックと高齢者のうつについての講話			
セルフケア体操 (全身ストレッチ)	全身ストレッチや筋力ワーク	市全域	曜日不問 ※時間は応相談	コナミ スポーツクラブ鈴鹿 ☎382-8118
セルフケア体操 (腸&リンパ健康運動)	専用ボールでのセルフマッサージや全身ストレッチ			
セルフケア体操 (チェアバレエ) (エクササイズ)	椅子を使ったバレエのストレッチ			
介護予防講座	体操、音楽・運動レクリエーション、認知症予防、栄養改善	長太、箕田、若松、 玉垣・桜島、稲生、 飯野、白子、鼓ヶ浦、 愛宕、旭が丘、栄、 郡山、天名、合川	月～金曜日 9時～17時 ※土・日曜日は応相談	伊勢マリンホーム デイサービス センター ☎387-6868
認知症予防講座	認知症予防、認知症のメカニズム、認知症対応方法			
転倒・認知症 予防プログラム	転倒予防に必要な筋力・バランス訓練	長太、箕田、若松	月・水・金曜日 13～14時 ※上記以外は応相談	通所介護事業所 フレンドクラブ ☎383-3838
楽しく運動しよう	全身ストレッチやセラバンド・棒・タオル・ボールなどを使った体操、回想法	稲生、飯野	月～金曜日 9時～15時 ※土・日曜日は応相談	鈴鹿特別養護 老人ホーム かなしやうず園 ☎383-0955
★元気な源は食事から	管理栄養士による栄養の話			
★歯磨きから病気予防 を考える	歯磨きなどの口腔ケアの話			
運動機能 向上プログラム	ボール、棒、椅子などを使用する体操	玉垣・桜島、稲生、 飯野、白子、鼓ヶ浦、 愛宕、旭が丘、 栄、郡山、天名、 合川	月～金曜日 9時～16時 ※土曜日は応相談	メディカルホーム あおぞら ☎389-6662
運動機能向上 レクリエーション	レクリエーションを通じた参加者同士のコミュニケーション			
★栄養相談	栄養についての講義や簡単な調理などの実演			
楽しくフレイル予防	体操や脳トレーニング	加佐登、石薬師、 久間田、椿、深伊 沢、鈴峰、庄内	月～土曜日 10時～15時	デイサービスセンター うの花 ☎373-1000
★なるほど健康豆知識	健康や介護などの身近な話題の提供			
アクティブシニア介護 予防エクササイズ	椅子を使ったトレーニング、エクササイズ、ストレッチなど	国府、庄野、牧田、 井田川、河曲、一 ノ宮、神戸、長太、 箕田、若松、玉垣・ 桜島、稲生、飯野、 白子、鼓ヶ浦、愛 宕、旭が丘、栄、 郡山、天名、合川	月～金曜日 9時～16時 ※土・日曜日は応相談	アクティすずか 文化センター ☎388-1500
★姿勢を良くして自分で 自分の身体を守ろう！ 正しい姿勢の話	介護予防の正しい知識、姿勢の話、姿勢改善エクササイズ	河曲、一ノ宮、神 戸、長太、箕田、 若松、玉垣・桜島、 稲生、飯野、白子、 鼓ヶ浦、愛宕、 旭が丘	月～金曜日 10時～12時	姿勢専科 KCSセンター鈴鹿 ☎388-6155
正しい姿勢の話と姿勢改善ウォーキング	正しい姿勢の話、姿勢改善ウォーキング			
高齢者ドライバー 向上委員会(運動)	体の可動域を広げる運動	白子、鼓ヶ浦、 愛宕、旭が丘	月～金曜日 11時～16時 ※土・日曜日は応相談	中勢自動車学校 ☎386-1452
高齢者ドライバー 向上委員会(脳トレ)	脳トレと連動した筋力アップ運動			
上肢・下肢筋力 低下防止運動	上肢・下肢筋力の低下を防止する運動、認知症予防運動	長太、箕田、若松、 玉垣・桜島	月～金曜日 10時～15時 ※土・日曜日は応相談	特別養護 老人ホーム くすのき園 ☎385-3100





## 催し物

### ゴールデンウィークは 考古博物館へGO!

考古博物館 ☎374-1994 ☎374-0986  
とき 4月29日(土・祝)・30日(日)、5月3日(水・祝)~7日(日)  
ところ 考古博物館

#### ◆当日申し込みの体験

○勾玉作り体験(白・ピンク)  
とき 9時(10時まで受け付け)、13時(14時まで受け付け)  
定員 各回12席(1席4人)  
体験料 300円  
※事前予約もできます。  
○火起こし体験  
とき 9時(11時30分まで

受け付け)、13時(16時まで受け付け)  
定員 各回3人(入替制)  
体験料 150円  
○ぐにゃぐにゃたこを作って揚げてみよう!  
とき 5月4日(木・祝)9時30分(11時まで受け付け)、13時30分(15時まで受け付け)(約60分)  
定員 16人(入替制)  
体験料 100円  
○うおーたーぶにぶにを作ろう!  
とき 5月7日(日)9時30分(11時30分まで受け付け)、13時30分(16時まで受け付け)(約15分)

定員 16人(入替制)  
体験料 500円  
◆事前申し込み制の体験  
申込み 4月22日(土)9時(先着順)から、体験名・希望時間・代表者氏名・体験者数・住所・電話番号を、直接または電話で考古博物館(国分町224開館時間9時~17時)へ  
※空席があれば、当日先着順で参加できます。  
※いずれの体験も小学校低学年以下の子どもは、保護者の方と一緒にご参加ください。  
○草木染  
とき 4月29日(土・祝)9時30分、13時30分(約120分)

### 介護予防Web教室

長寿社会課 ☎382-9886 ☎382-7607

Zoomを用いて自宅から参加する介護予防教室です。Zoomなどの使い方講座も実施しますので、初心者の方も安心して受講できます。

対象 65歳以上の方

※パソコンまたはスマートフォンなどの使用端末とインターネット環境を事前にご準備ください。

参加料 無料

#### ◆Zoom経験者コース

申込み 4月20日(木)から5月19日(金)17時までに、住所・氏名・年齢・連絡先を電話で希望する事業所へ

#### ◆Zoom初心者コース

Zoomなどの使い方講座受講後に介護予防Web教室に参加します。

○Zoomなどの使い方講座

とき 6月28日、7月5日・12日・19日各水曜日  
14時~15時30分

※全日程とも同じ内容です。

ところ 男女共同参画センター ホール

定員 各15人(先着順)

申込み 4月20日(木)から5月19日(金)17時までに、住所・氏名・年齢・連絡先・Zoomなどの使い方講座希望日・介護予防Web教室の希望事業所を電話で長寿社会課へ

テーマ	定員	対象地域	実施予定日時 (6月~令和6年3月)	事業所
運動・口腔ケア・栄養・認知症予防・うつ予防	5人	加佐登、石薬師、久間田、椿、深伊沢、鈴峰、庄内の方	毎月第2金曜日、第3火曜日 13時30分~14時30分	デイサービスセンター 鈴鹿グリーンホーム ☎374-4600
運動・認知症予防	12人	市全域	毎月第2・4火曜日 14時~15時	特別養護老人ホーム くすのき園 ☎385-3100
運動・口腔ケア・栄養・認知症予防・うつ予防	10人	市全域	毎月第2・4火曜日 16時~17時	介護老人保健施設 アルテハイム鈴鹿 ☎370-0300
運動・口腔ケア・栄養・認知症予防・うつ予防	10人	市全域	毎月第2・4水曜日 10時~11時	株式会社アクトス ☎0574-60-5010
運動・認知症予防・うつ予防	15人	市全域	毎月第1・3水曜日 10時15分~11時15分	コナミスポーツクラブ鈴鹿 ☎382-8118

- 定員 各10人  
体験料 500円  
○アート体験  
とき 4月30日(日)9時30分、11時、13時30分、15時(約60分)  
定員 各16人  
体験料 400円  
○型染でうちわを作ろう!  
とき 5月3日(水・祝)9時30分、13時30分(約120分)  
定員 各10人  
体験料 500円  
○クラフトバンドでかごを作ってみよう!  
とき 5月5日(金・祝)9時30分、11時、13時30分、15時(約60分)  
定員 各10人  
体験料 500円  
○ネイチャーゲーム・ネイチャークラフト～自然とふれあい 自然を楽しもう～  
とき 5月6日(土)9時30分、11時、13時30分、15時(約60分)  
定員 各16人  
体験料 300円  
※詳しくは、チラシや考古博物館ホームページをご覧ください。

## 遺跡の歩きかた 第1回「史跡伊勢国分寺跡」

考古博物館 ☎ 374-1994 ☎ 374-0986  
✉ kokohakubutsukan@city.suzuka.lg.jp

史跡伊勢国分寺跡を、学芸員の解説を聞きながら歩きます。

とき 5月28日(日)13時30分から

ところ 考古博物館講堂、史跡伊勢国分寺跡歴史公園

講師 考古博物館学芸員

定員 50人(応募者多数の場合は抽選)

## 参加料 無料

※参加者は、常設展・速報展を無料で観覧できます。

申込み 4月20日(木)から5月12日(金)まで(必着)に、講座名、希望者の住所・氏名・電話番号を記入の上、ファクス、はがきまたは電子メールで考古博物館(〒513-0013 国分町224)へ

※1通で2人まで申し込みできます。

## 健美薬膳 オンラインセミナー2023

健康づくり課 ☎ 382-2252 ☎ 382-4187

自宅で学べる本格的な「薬膳」を、鈴鹿医療科学大学の専門教授がオンラインで解説します。

※オンデマンド配信も行います。

対象 Zoom・電子メールが可能なインターネット環境の整った方

とき 5月～令和6年2月の金曜日(月2回、計16回)19時～19時30分(予定)

内容 薬膳の基礎、季節に合わせた薬膳、体質に合わせた薬膳、症状に合わせた薬膳、栄養学

※受講後に日本薬膳学会が「健美薬膳師」資格を授与します。

定員 100人(先着順)

受講料 4万円(税込)

申込み・問合せ 4月20日(木)から5月9日(火)(必着)までに、申込みフォーム(☎<https://www.jsmd2013.jp/course/seminar07>)で

主催・問合せ 日本薬膳学会(☎ 384-9211)

※詳しくは、同学会ホームページ(☎<https://www.jsmd2013.jp>)をご覧ください。

## 医師による市民健康講座 「COPD(慢性閉塞性肺疾患)について」

健康づくり課 ☎ 327-5030 ☎ 382-4187

対象 本市に住民登録のある方

とき 5月18日(木)13時15分～14時30分

ところ ふれあいセンター(南玉垣町6600)

講師 <sup>ばんなおあき</sup>伴直昭さん(内科医)

定員 200人(先着順)

申込み 4月20日(木)から、電話で健康づくり課へ

※駐車場に限りがありますので、なるべく乗り合わせでお越しください。

## 認知症サポーター養成講座

長寿社会課 ☎ 382-9886 ☎ 382-7607

認知症を正しく理解するための講座です。認知症サポーターとして活躍をお考えの方は、ぜひ受講してください。

※受講者には、認知症サポーターの証として、認知症サポーターカードとオレンジリングを配布します。

対象 市内在住・在勤の方

とき 5月1日(月)13時30分～15時

ところ 社会福祉センター 大会議室(神戸地子町383-1)

内容 認知症についての概要、認知症の人と接するときの心構えなど

定員 20人(先着順)

参加料 無料

申込み 電話で鈴鹿中部認知症地域支援推進員(☎ 367-7770)へ



## 催し物

### インボイス制度等説明会

市民税課 ☎382-9446 📠382-7604

10月1日から導入される消費税のインボイス制度への準備に向けた説明会です。

とき 5月19日(金)①10時～11時②14時～15時30分

※②は、消費税の仕組みから説明します

ところ 鈴鹿税務署会議室(神戸9-24-45)

定員 各18人(要予約)

申込み・問合せ 4月20日(木)から5月18日(木)までに、電話で鈴鹿税務署法人課税部門(☎382-0618)または個人課税部門(☎382-0353)へ

### 伊勢型紙技術保存会 彫刻実演の実施

文化財課 ☎382-9031 📠382-9071

伊勢型紙の彫刻四技法(突彫、錐彫、道具彫、縞彫)を、職人が実演します。

とき 毎月第4日曜日13時～16時

※特定の技法を見学したい場合は、文化財課にお問い合わせください。

ところ 伊勢型紙資料館(白子本町21-30)

入館料 無料

主催 伊勢型紙技術保存会

### 鈴鹿国際交流フェスタ2023 「わいわい春まつり」

(公財)鈴鹿国際交流協会

☎383-0724 📠383-0639

世界各国の文化に触れて国際交流を楽しみましょう。

とき 5月4日(木・祝)10時～15時30分

ところ イスのサンケイホール 鈴鹿、市役所別館第3 駐車場

内容

#### ◆イスのサンケイホール鈴鹿

○ステージ:中国合唱、中国舞踊、獅子舞、飯野高生多国籍チームによるバンド演奏、フォルクローレ、ブラジルのフォホ、カポエイラ、コリアン舞踊、フィリピン音楽、アフリカン音楽など

○手作り民芸品ブース:ウクライナ、ブラジル、ペルー  
○体験コーナー:英語で遊ぼう!、スパッタリング、くるみボタン作り、ブラジリアン柔術など

○国際交流団体ブース: Unicef、鈴とも、MIFILCO、JUF、Fun Fun Salon、日本赤十字社三重支部、三重県警、鈴鹿市、愛伝舎など

#### ◆市役所別館第3駐車場

○国際屋台村:ブラジル、ペルー、トルコ、中国など

※当日ボランティアを募集中です。協力いただける方は(公財)鈴鹿国際交流協会事務局へお申し込みください。

### 県営公園合同イベント 「キーワードを探せ」

ダイセーフォレストパーク(鈴鹿青少年の森)  
☎378-2946 📠370-4706

ダイセーフォレストパーク(鈴鹿青少年の森)で、県営都市公園(北勢中央公園、亀山サンシャインパーク)との合同による「キーワードを探せ」を開催します。

## 鈴鹿地域職業訓練センター講座案内(5月募集開始分)

鈴鹿地域職業訓練センター ☎387-1900 📠387-1905

申込み 受付開始日の9時から、電話で鈴鹿地域職業訓練センターへ

講座	とき	受講料(教材費・税込)	受付開始日
ガス溶接技能講習	学科:6月13日(火)・14日(水)8時40分～17時 実技:6月14日(水)8時40分～17時	9,680円	5月12日(金)
小型移動式クレーン運転技能講習 (小型移動式:5t未満)	学科:7月15日(土)・16日(日)8時20分～17時 実技:7月22日(土)・23日(日)8時～17時10分のいずれか1日を選択	2万4,000円	5月15日(月)
玉掛け技能講習 (つり上げ荷重1t以上)	学科:6月19日(月)・20日(火)8時40分～17時 実技:6月21日(水)・22日(木)・23日(金)8時40分～17時のいずれか1日を選択	1万2,650円	5月17日(水)
パソコン講座 (JW_CAD講座)	7月10日(月)・12日(水)・14日(金)9時～16時	1万6,420円	5月24日(水)
低圧電気取扱特別教育	学科:6月27日(火)8時30分～17時 実技:6月28日(水)・29日(木)8時30分～17時のいずれか1日を選択	1万1,770円	5月26日(金)



とき 4月29日(土・祝)~6月30日(金)10時から17時に受け付け

ところ ダイセーフオレストパーク公園内

内容 公園内の隠れたキーワードを探し完成させる

定員 100人(先着順)

参加料 無料

申込み・問合せ ダイセーフオレストパーク受付事務所

※キーワードを完成させた方に粗品を進呈します。

※他の公園のキーワードを記入し応募した方の中から抽選で、賞品が当たります。

### 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿 体育館トレーニング室 をご利用ください

三重交通Gスポーツの杜鈴鹿

☎372-8850 ☎372-3722

とき 9時~22時(最終受付21時)

※休業日は、ホームページなどでご確認ください。

※大会開催などで、一般開放を中止する場合があります。

料金 一般:1時間140円、中・高校生:1時間70円

※1回最大2時間まで利用可

※中学生は、保護者または指導者の付き添いが必要です。

※5月1日(月)から31日(木)までに回数券を購入した方は、特典

があります(窓口で購入可)。

### スポーツの杜鈴鹿短期教室

三重交通Gスポーツの杜鈴鹿

☎392-7071 ☎372-2260

◆ちびっこらんど~親子で運動あそび~

対象 2~3歳児と保護者

とき 6月6日(火)11時~12時

ところ 水泳場 スタジオ

定員 15組(先着順)

参加料 900円(税込)

申込み 4月24日(月)から、直接水泳場窓口またはホームページで

## 手と手でこころをつなぐ



このコーナーでは、手話に対する理解と普及を図るため、皆さんに手話に関する情報を発信しています。

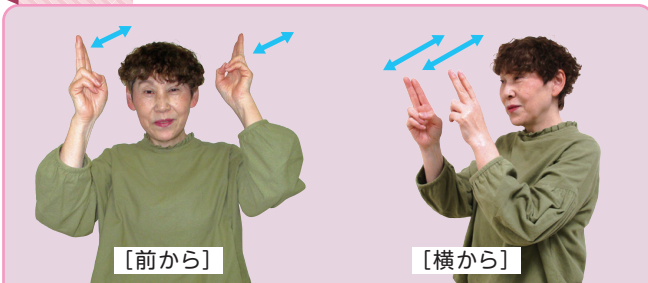
障がい福祉課 ☎382-7626 ☎382-7607

✉shogaifukushi@city.suzuka.lg.jp



仕事に関する手話を覚えて、職場でコミュニケーションをとってみたいはいかがでしょうか。

#### 会社



両手2指を立て、指先を上に向けて顔の脇で交互に前後に振る

#### 研修



手首で左手拳と交差した右手3指をはらうように2回動かす

#### 仕事



両手手のひらを上に向けて左右から指先を2回近づける

#### 給料



左手手のひらの上方に右手2指の輪を置き、同時に手前に引き寄せる

#### 休み



水平に置いた両手を引き寄せ親指側をつけ合わせる

#### 病気



右手拳の親指側を額に軽く2回あてる

単語や文章表現などの動画をご覧ください

