

広報すずか SUZUKA

令和4年(2022年)

4/20
No.1602



「鈴鹿の未来に向かって∞(無限)に輝く次世代育成予算」 一般会計 682億4,500万円

令和4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

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、いまだ予断を許さない状況ではありますが、令和4年度当初予算は、「鈴鹿の未来に向かって∞(無限)に輝く次世代育成予算」としました。

本市は、本年12月1日に市制施行80周年を迎えます。これまで培ってきたモノを継承し、新たな技術や様式を取り入れながら、ウィズコロナ、アフターコロナの時代を切り開き、鈴鹿の未来に向かって、無限の可能性を持つ子どもたちや若い人たちなど、次世代の育成を最重点とした予算となっています。

一般会計予算額は過去最高額の682億4,500万円、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も過去最高額の1,094億641万8,000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、企業収益の増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11億7,500万円の増収を見込んでいます。

地方交付税についても国の令和4年度地方

財政計画により、前年度を上回る額の確保が示されていることから増収となる見込みで、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15億5,000万円の増収を見込んでいます。

【歳出】これまでも積極的に取り組んできた子育て支援策や、市民の皆さんが安心して本市で暮らしていただく事業を重点的に実施する考えのもと、子ども医療費の現物給付対象者を中学生まで拡大する予算や、市内の高等教育機関に在籍する看護師を目指す学生に奨学金を貸与し、市内医療機関における看護師としての確保および定着につなげる予算などを計上しています。

また、大木中学校、白子中学校、合川保育所、クリーンセンターなどの施設整備に関する予算を計上し、今後も必要とされる公共施設においては、老朽化した施設の改築や改修を行う予算を計上しています。

そのほか、市制施行80周年記念事業として、令和4年度当初から1年間、市民の皆さんとともに本市の元気を回復するため、市民祭の開催補助金を増額するほか、キックオフイベントなどの予算を計上しています。

一般会計の歳入

■市税

令和3年度より11億7,547万8,000円増の285億3,043万5,000円を計上

■地方交付税

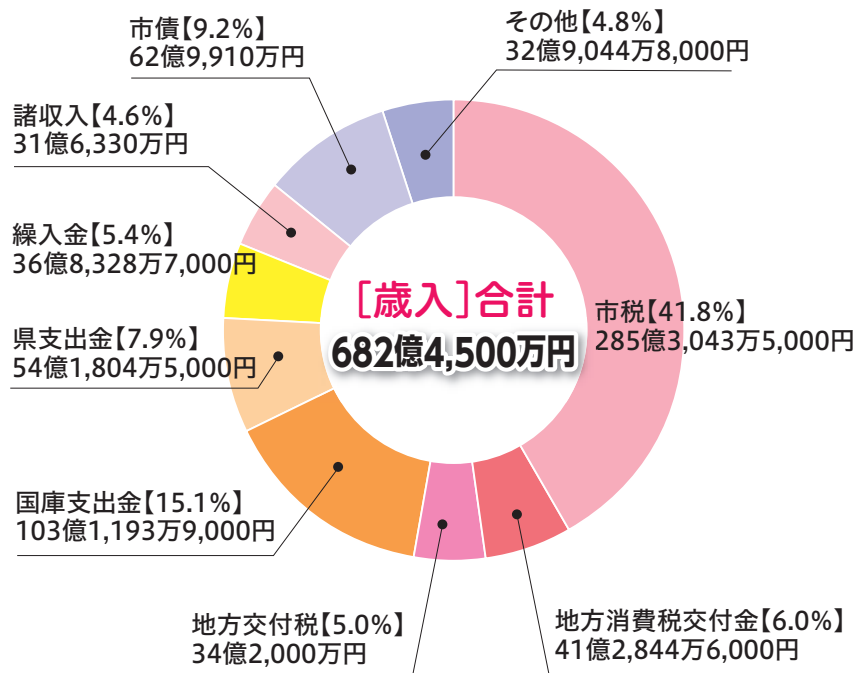
普通交付税は令和3年度より2億3,000万円増の30億円、特別交付税は令和3年度と同額の4億2,000万円を計上

■市債

62億9,910万円のうち臨時財政対策債は令和3年度より3億5,000万円増の32億円を計上

■繰入金

財政調整基金から令和3年度より7億6,000万円減の25億円を、地方債減債基金から令和3年度と同額の4億円を計上



※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

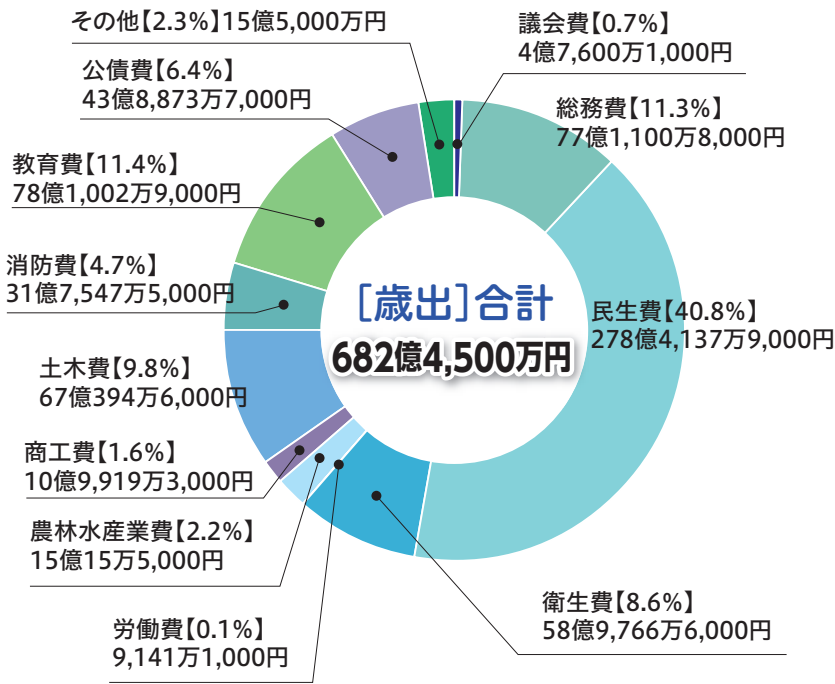
【単位：千円・%】

会計区分	令和4年度	令和3年度	増減額	増減率	
一般会計	68,245,000	64,695,000	3,550,000	5.5	
特別会計	国民健康保険事業	17,232,057	18,206,705	▲974,648	▲5.4
	土地取得事業	154,000	154,000	0	0.0
	住宅新築資金等貸付事業	0	547	▲547	皆減
	介護保険事業	51,923	51,974	▲51	▲0.1
	後期高齢者医療	4,555,904	4,246,311	309,593	7.3
	小計	21,993,884	22,659,537	▲665,653	▲2.9
水道事業会計	7,048,901	7,071,490	▲22,589	▲0.3	
下水道事業会計	12,118,633	12,210,518	▲91,885	▲0.8	
合計	109,406,418	106,636,545	2,769,873	2.6	

※住宅新築資金等貸付事業特別会計は令和3年度をもって廃止しました。

▲は「減」を表します。

一般会計の歳出



■ 民生費

保育所施設整備事業費や障がい者の自立支援給付費など、令和3年度より14億6,261万6,000円増の278億4,137万9,000円を計上

■ 消防費

新消防分署および消防分団施設整備事業費など、令和3年度より5億3,089万3,000円増の31億7,547万5,000円を計上

■ 教育費

中学校施設整備に係る事業費など、令和3年度より13億2,528万円増の78億1,002万9,000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4年度予算は、主にこのように使います

- ①防犯カメラ設置事業費 465万円 自治会などが防犯カメラを設置する費用に対して補助を行います。
- ②通信指令費／施設管理委託料 3,110万4,000円 119番通報時に火災、事故などの状況を映像で伝えることができる映像通報システムを導入します。
- ③消防施設整備費 5億206万円 天名地区公共施設一体整備事業として、新消防分署と天名分団の施設を整備します。
- ④文化会館／施設整備費 8億1,579万6,000円 文化会館の長寿命化改修工事を行います。
- ⑤施設整備費／子育て支援センターりんりん 2億1,794万1,000円 天名地区公共施設一体整備事業として、子育て支援センターりんりんの移転改築工事を行います。
- ⑥施設整備費／天名公民館 2億674万1,000円 天名地区公共施設一体整備事業として、天名公民館・天名地区市民センターの移転改築工事を行います。
- ⑦大木中学校施設整備費／校舎 13億116万9,000円 大木中学校の校舎の増改築工事を行います。
- ⑧学校給食費管理費 5億6,106万6,000円 令和4年9月から学校給食費の公会計化を実施します。
- ⑨子ども医療費 6億8,111万8,000円 令和4年9月診療分から現物給付対象者を中学生まで拡大します。また、令和5年4月から所得制限を撤廃します。
- ⑩地域医療振興費／一次救急医療体制運営事業費 4,476万3,000円 365日・24時間体制による医療および健康に関する相談ダイヤルを開設します。
- ⑪地域医療振興費／看護師育成奨学金貸与事業費 720万円 市内の高等教育機関に在籍し、看護師を目指す学生に奨学金を貸与します。
- ⑫地球温暖化防止対策費／地域新電力会社設立事業費 511万5,000円 二酸化炭素の排出量を削減するため、民間事業者との共同出資による地域新電力会社を設立します。

※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

鈴鹿市国民健康保険 健診事業の見直し

保険年金課 ☎ 382-9401 📠 382-9455

健診事業の見直しにより、令和4年度以降の鈴鹿市国民健康保険人間ドックを廃止し、30歳代健康診査と特定健康診査を7月から実施します。
※対象の方には、6月下旬に受診券を発送します。

対象

○30歳代健康診査

- ・昭和58年4月1日～平成5年3月31日生まれの方(令和4年度中に30～39歳になる方)
- ・令和3年4月1日以前から鈴鹿市国民健康保険に加入しており、受診時においても継続して加入している方

○特定健康診査

- ・昭和22年9月1日～昭和58年3月31日生まれの方(令和4年度中に40～74歳(一部75歳)になる方)
- ・受診時、鈴鹿市国民健康保険に継続して加入している方

健診内容 問診、身体計測、理学的検査(身体診察)、血圧測定、尿検査、心電図、血液検査

※健康診査の詳しい内容や実施医療機関などは、同封の案内をご覧ください。

実施期間 7月1日(金)～11月30日(水)

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ことを目的に、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に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

※一定の障がいの有する児童は、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子の場合
全額支給:4万3,070円、

令和4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4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	_____	医療保険	所得割 7.60%
5月	_____		均等割 加入者一人につき27,500円(未就学児は13,750円)
6月	_____		平等割 1世帯につき21,300円
7月	1期(8/1(月))	高齢支援	賦課限度額 65万円
8月	2期(8/31(水))		所得割 2.70%
9月	3期(9/30(金))		均等割 加入者一人につき9,700円(未就学児は4,850円)
10月	4期(10/31(月))	平等割 1世帯につき6,900円	賦課限度額 20万円
11月	5期(11/30(水))	40歳以上65歳未満の方は介護保険分も含まれます。	
12月	6期(12/26(月))	介護保険	所得割 2.70%
1月	7期(1/31(火))		均等割 加入者一人につき12,400円
2月	8期(2/28(火))		平等割 1世帯につき5,800円
3月	9期(3/31(金))		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等で申告した場合は、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。

一部支給:4万3,060円～1万160円

○第2子の加算額

全額支給:1万170円、一部支給:1万160円～5,090円

○第3子以降の一人あたりの加算額

全額支給:6,100円、一部支給:6,090円～3,050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4年4月分から改定します。今回改定後の手当額は、令和4年5月期払い(3～4月分)に反映されます。

令和4年度版 鈴鹿市子育て応援ブック 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、鈴鹿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、おで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

空き家バンク 登録物件募集

住宅政策課 ☎382-7616 📠382-8188

本市の空き家バンクに登録された物件154件(累計)のうち、これまでに59件が成約しました。また、空き家の購入や賃借を希望する方は625人(累計)に達するなど、空き家の活用を希望される方は、年々増加しています。

一方で、現在登録物件が不足しています。空き家を売却や賃貸したい方、空き家管理でお困りの方はぜひご登録ください。

ジェフリーふえすた 実行委員募集

男女共同参画課 ☎381-3113 📠381-3119

📧danjokyodosankaku@city.suzuka.lg.jp

今年度、20回目を迎える「ジェフリーふえすた」を12月3日(土)に開催します(予定)。このイベントの企画・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、チラシ作成、当日の運営、記録集作成など

申込み 5月31日(火)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

上下水道事業経営審議会の 傍聴ができます

経営企画課 ☎368-1663 📠368-1688

とき 4月26日(火)10時から
ところ 上下水道局本館3階 第4会議室

定員 5人(希望者多数の場合は抽選)

申込み 当日9時45分から9時55分まで会場で受け付け
※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。

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(月)14時30分～11日(木)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。
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、リモート取材となる場合があります。

内容 長崎で取材・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18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。

納税の夜間窓口

納税課 ☎382-9008 📠382-7660

とき 4月27日(水)・28日(木) 17時15分～20時

ところ 納税課

内容 市税の納付、納税相談、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。



お知らせ

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4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(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 1万4,850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級程度の障がいがある方、または重複障がいと同等の障がいのある方

※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 2万7,300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:5万2,400円、2級:3万4,900円(児童一人あたり)

福祉・保育のおしごと相談

長寿社会課 ☎382-7935 📠382-7607

対象 福祉・保育の仕事に興

市職員採用試験の日程のお知らせ

人事課 ☎382-9037 📠382-2219

令和4年度は、6月と9月に次のとおり採用試験を行います。なお、募集職種や採用人数などの詳細については、広報すずか5月20号および8月5日号でお知らせする予定ですので、ご確認ください。

令和4年度		
第一次試験	募集職種	内定時期
6月	事務、技術(土木)、労務(調理員)	8月(事務以外) 9月(事務)
9月	事務、技術(土木など)、 保育士・幼稚園教諭、消防	11月(事務以外) 12月(事務)

※6月と9月の両試験の受験は可能です。

※6月の試験で採用人数に達しなかった職種は、9月の試験で再実施する場合があります。

有料
広告

シロアリ駆除キャンペーン 限定30棟 7/31まで

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 鈴鹿市鈴鹿ハイイツ1-25 営業時間 8:30~18:00 三重県全域対応します!

業務請負 人材派遣

イキイキはたらく、わたしはCHUBU。

求人募集中

中部工業株式会社 TEL.059-370-3418
鈴鹿市国府町2200-242 https://chubukogyo.jp
中部工業 鈴鹿

ホームページはこちらのQRコードから

※「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。

味のある方、就労をお考えの方
と き 毎月第2水曜日
 13時～15時30分
ところ ハローワーク鈴鹿
 (神戸9-13-3)
申込み・問合せ 電話で三重
 県社会福祉協議会 三重県
 福祉人材センター(☎059-
 224-1082)へ

ところ 鈴鹿市労働福祉会
 館(神戸地子町388)
参加料 無料
定員数 各10人(先着順)
申込み・問合せ 前日までに、
 電話で暮らしホットステーショ
 ンずか(☎383-3358 火～
 金曜日9時30分～15時)へ

協議会(☎059-261-6153
 土・日曜日、祝日を除く9時
 ～17時)へ

県営公園合同イベント 「キーワードを探せ」


鈴鹿青少年の森 ☎378-2946 📠370-4706
 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
 合同の「キーワードを探せ」
 を開催します。
と き 4月29日(金・祝)～6月
 30日(木)10時～17時
ところ 鈴鹿青少年の森公
 園内
内 容 公園内の隠れたキー
 ワードを探す
定 員 100人(先着順)
参加料 無料
申込み・問合せ 鈴鹿青年
 の森 受付事務所
 ※キーワードを集めた方の中から
 抽選で、豪華賞品が当たります。

シニア向け無料就労相談会

産業政策課 ☎382-8698 📠382-0304
 シニアの就労相談会を行
 います。支援員と一緒に仕事
 を見つけましょう。
 ※ハローワークの求職活動の実
 績対象になります。
対 象 おおむね55歳以上
 の方
と き 5月17日(火)10時～16時
ところ 市役所本館7階 702
 会議室
参加料 無料
申込み・問合せ 電話で三重
 県生涯現役促進地域連携

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。



暮らし何でも相談会

産業政策課 ☎382-8698 📠382-0304
 暮らしに関するさまざまな
 相談に、弁護士・社会保険労
 務士などの専門相談員が秘
 密厳守でお応えします。
と き 5月28日(土)10時～16時

スポーツの杜 短期教室 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿 ☎392-7071 📠372-2260

申込み 4月25日(月)(先着順)から、直接水泳場窓口またはホームページで

◆水泳場開催教室

対 象 18歳以上の方 **持ち物** 室内シューズ、ヨガマット(リフレッシュ気功、ボールビクス)

教室名	日程	時間	ところ	定員	参加料(税込み)
リフレッシュ気功	5月23日(月)	11時～12時	スタジオ	20人	1,100円
スポーツウエルネス 吹矢体験	5月7日・21日・28日 (各土曜日)	13時30分～ 15時30分	スタジオ	各10人	各500円 ※マウスピース代100円
ボールビクス教室	5月19日(木)	11時～12時	会議室	15人	各1,100円
	5月30日(月)	13時～14時	スタジオ	20人	

下肢静脈瘤 グルー・レーザー・高周波 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>

**小規模事業者持続化補助金を
 使って広告宣伝をしませんか?** **最大100万円 補助率2/3 助成!**

広告宣伝・出展・店舗改装・商品開発など、小規模事業者の様々な取り組みを支援します!


📄 ホームページや
販促チラシを作りたい!
💡 新商品の開発が
したい!
🛒 ネットショップを
開業したい!

国の補助金を活用して
販路開拓を
していませんか?
小規模事業者持続化補助金とは、小規模事業者の皆様が、持続的な経営に向けた経営計画に基づき行う、地道な販路開拓(例:看板やホームページ、チラシ作成等)を支援するために、それらに要する経費の一部を補助するものです。
 ※20名以下の企業様が対象です。業種によりご案内致しかねる場合がございます。

📄 申請・書類作成のお手伝いも致します!

Wit 株式会社ウィット
 営業時間:9:00～18:00(土・日・祝日休)
 大阪府高槻市城北町1丁目14-17-501
 TEL:072-668-3275

補助金の概要や申請の流れについて
 ご興味ございましたら <https://wit.net>
 HPよりお問い合わせください! →



有
料
広
告

※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

介護予防教室

長寿社会課 ☎382-9886 ☎382-7607 健康づくり課 ☎327-5030 ☎382-4187

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。

◆出前教室 講師が地域の活動場所に出向いて開催する教室です。

対 象 65歳以上の方が5人以上が参加する「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 電話で実施団体へ

※利用回数に制限はありません。 ※実施地域は、地域づくり協議会の活動範囲です。



選べるテーマ	内 容	実施地域	実施可能 曜日・時間	申込み
運動機能向上講座	フレイル予防体操、口腔機能向上体操、認知症予防、体力測定など	市全域	月～金曜日 ※土・日曜日は 応相談	介護老人保健施設 アルテハイム鈴鹿 ☎370-0653
口腔機能向上・ 栄養改善講座	口腔体操および栄養の講習			
認知症・うつ予防講座	認知症予防体操、音楽療法			
フレイル予防	柔軟性や筋力を強化する運動、自宅で取り組める運動の紹介	市全域	月～金曜日 ※時間は応相談	介護老人保健施設 パークヒルズ高塚 ☎375-5525
運動機能の維持向上	高齢者イキイキ体操	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 ☎374-3330
フレイル予防と 介護の仕組み	フレイルと介護に関する講話			
音楽によるリハビリ	懐かしい音楽で口腔ケア			
フレイル予防の 筋肉トレーニング	フレイル予防のためのトレーニング			
高齢者の栄養改善	栄養・食事の改善講習			
介護予防 エクササイズ	椅子を使ったトレーニング、肩・下肢筋力を鍛えるエクササイズ、バランス力を高めるエクササイズ、ストレッチなど	市全域	月～日曜日 (祝日除く) 10時～15時	アクティすずか 文化センター ☎388-1500
スクエアステップ	スクエアステップ指導員によるスクエアステップ	市全域	月～金曜日 ※時間は応相談	鈴鹿農業協同組合 生活福祉課 ☎384-1123
フレイル体操	ストレッチ、筋力トレーニングなどによる体力向上、脳活トレーニング、膝・腰・肩の体操など	市全域	※曜日・時間は 応相談	(株)アクトス ☎0574-60-5010
フレイル講話 (栄養・口腔・心)	低栄養や口腔機能低下を防ぐポイント、心の健康について			
運動教室	オリジナルエクササイズ	市全域	※曜日・時間 は応相談	コナミスポーツ クラブ鈴鹿 ☎382-8118
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	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 ☎090-7048-8120 (かさい)
介護予防の ための姿勢講座	姿勢改善に関する講話	市全域	曜日不問 ※時間は応相談	姿勢専科 KCSセンター鈴鹿 ☎388-6155
介護予防のための 姿勢改善エクササイズ	身体の可動域を広げ、身体機能を向上させるための姿勢改善エクササイズとウォーキングなど			
音楽体操	音楽に合わせて運動機能向上、維持のための運動	市全域	曜日不問 ※時間は応相談	カラオケバンドイ 鈴鹿ハンター店 ☎367-7162
脳トレ体操	認知症予防の脳トレ、デュアルタスク運動			
うつ予防	うつ予防のグループセッション			

選べるテーマ	内 容	実施地域	実施可能曜日・時間	申込み
心身のリラックス	健康太極拳	椿 鈴峰	水・金曜日 14時～15時 ※上記以外の 日時は応相談	在宅介護支援センター ルーエハイム椿 ☎371-3211
元気な体作り	体力、筋力維持の体操			
認知症予防	認知症の予防について、脳トレーニング			
フレイル予防	身体活動、音楽・楽器活動			
毎日の食事	食生活、健康管理に関するプログラム			
フレイル予防講座	身体や頭を動かしたフレイル予防、自宅のできる運動の紹介	加佐登 石薬師 久間田 河曲	月～土曜日 9時～16時	デイサービスセンター うの花 ☎373-1000
心身のリラックス	健康太極拳	国府 天名 合川 その他周辺	月～金曜日 ※時間は 応相談	在宅介護支援センター ルーエハイム ☎372-3811
元気な体作り	体力、筋力維持の体操			
認知症予防	認知症の予防について、脳トレーニング			
フレイル予防	身体活動、音楽・楽器活動			
毎日の食事	食生活、健康管理に関するプログラム			
運動機能向上 訓練	体力測定・心身の機能維持向上を図る体操 など	一ノ宮、長太 箕田、若松 玉垣、神戸	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
転倒予防 プログラム	身体機能や免疫機能を向上し、転倒を防止する ためのストレッチング、筋力強化など	柳町周辺	火・木曜日 ※時間は 応相談	通所介護事業所 フレンドクラブ ☎383-3838
フレイル予防	運動、レクリエーションなどによる介護予防講座	稲生 飯野 その他周辺	月～金曜日 10時～15時 ※土・日曜日は 応相談	鈴鹿特別養護老人ホーム かなしょうず園 ☎383-0955
栄養改善	管理栄養士による栄養改善の講話			
運動機能向上 プログラム	椅子に座った体操、ボールや棒を使った運動 など、自宅でも取り組める運動の紹介	稲生 飯野 その他周辺	月～金曜日 ※時間は 応相談	玉田クリニック (メディカルホーム あおぞら) ☎389-6662
介護予防講座	体操、音楽レクリエーション、運動レクリエー ション、栄養改善など	稲生、白子 鼓ヶ浦、栄 愛宕、郡山 天名、合川 旭が丘	月～金曜日 9時～17時 ※上記以外の 日時は応相談	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			

◆健康ひろば(介護予防教室)

対 象 65歳以上の方 ところ 保健センター(西条5-118-3) 問合せ 健康づくり課

内 容	と き	定 員	申 込 み
体力測定、筋力向上運動、 栄養改善、口腔機能向上、 スクエアステップ	6月～2月で毎月1回程度 10時から	20人程度	広報すずか20日号の健康館などをご覧ください。



催し物

三重県内男女共同参画 連携映画祭2022 「ウルフウォーカー」

男女共同参画課

☎ 381-3113 ☎ 381-3119

とき 6月4日(土)13時30分～
15時15分(13時開場予定)

ところ ふれあいセンター
ふれあいホール(南玉垣町
6600)

内容 中世アイルランドの町
キルケニー。イングランドから
オオカミ退治のためやってきた
ハンターを父に持つ少女ロ
ビンが、森の中で友だちにな
ったのは“ウルフウォーカー”
のメーヴだった。人間と
オオカミがひとつの体に共存
しているばかりか、魔法の力
で傷を癒すヒーラーでもある
彼女とロビンが交わした約束
は、図らずも父を窮地に陥れ
るものだった。だが、少女は勇
気を持って信じる道を進もう
とする。

定員 100人(先着順)

入場料 無料(整理券あり)

申込み 4月20日(水)9時30分
から、直接男女共同参画セン
ターまたは鈴鹿市観光協会
(白子駅前17-12)へ

託児 無料(6カ月～未就
学児、先着5人。申し込み
は5月18日(水)17時までに
男女共同参画課へ)



©WolfWalkers 2020

伊勢型紙彫刻実演

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。伝統
的な伊勢型紙の彫刻技術を
間近で見学できます。

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、伊勢型紙資料館にお問い
合わせください。

ところ 伊勢型紙資料館(鈴
鹿市白子本町21-30)

入館料 無料

主催 重要無形文化財保持
団体 伊勢型紙技術保存会

問合せ 伊勢型紙資料館
(☎ 368-0240)

現地見学会・遺跡の歩きかた 第1回「史跡伊勢国分寺跡 歴史公園」

考古博物館 ☎ 374-1994 ☎ 374-0986

✉ kokohakubutsukan@city.suzuka.lg.jp

学芸員の解説を聞きなが
ら、歴史公園を歩きます。

とき 5月28日(土)13時30分
から(少雨決行・雨天中止)

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 40人(応募者多数
の場合は抽選)

聴講料 無料

※現地見学会に参加の方は、常
設展・速報展を無料で観覧でき
ます。

申込み 4月20日(水)から5月
12日(木)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、
往復はがきまたは電子メール
で考古博物館(〒513-0013
国分町224)へ

※往復はがきの場合は、返信の
宛名面に代表者の住所・氏名
を記入してください。

※1回で二人まで申し込みでき
ます。

ゴールデンウィーク いこう(遺構)よ! 考古博物館!

考古博物館 ☎ 374-1994 ☎ 374-0986

とき 4月29日(金・祝)～5月
1日(日)、3日(火・祝)～5日(木・祝)

ところ 考古博物館

◆当日申し込みの体験

○缶バッジ作り

とき 4月30日(土)、5月3日
(火・祝)・4日(水・祝)9時30分～
11時30分、13時30分～
15時30分

※30分毎に実施(午前午後各5回)

定員 各回4席(1席2人)

体験料 100円

○火起こし体験

とき 4月29日(金・祝)、5月
1日(日)・5日(木・祝)9時30分～
11時30分、13時30分～15時
30分

※30分毎に実施(午前午後各5回)

定員 各回4人

体験料 150円

◆事前申し込み制の体験

申込み 4月23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
(子どもの場合、学年も)・
付き添い数(1席1人まで)・
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。

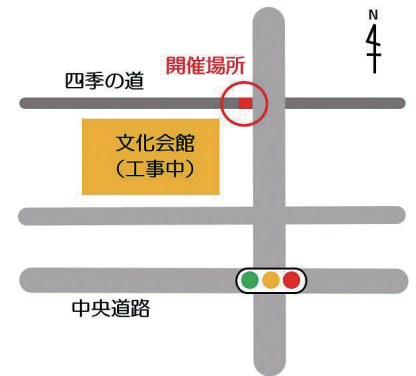
※いずれの体験も小学校低学年
以下の子どもは、保護者の方と
一緒にご参加ください。

- 勾玉作り体験(白・ピンク)
とき イベント期間中毎日
9時30分、13時30分
定員 各回9席(1席2人まで)
体験料 300円
- アート体験消しゴムハンコ
とき 4月29日(金・祝)、5月5
日(木・祝)9時30分、11時、13
時30分、15時
定員 各回8席(1席2人まで)
体験料 400円
- 古墳模型
とき 4月30日(土)、5月4日
(水・祝)9時30分、13時30分
定員 各回5人
体験料 400円
- ネイチャークラフトネイチャー
ゲーム
とき 5月1日(日)9時30分、
11時、13時30分、15時

- 定員 各回8席(1席2人
まで)
体験料 300円
- 縄文時代の布(あんぎん)で
コースター作り
とき 5月3日(火・祝)9時30
分、13時30分
定員 各回6人
体験料 300円
- ※マスクの着用をお願いします。
※入り口で体温計測と連絡先の
記入または「三重県安心みえる
LINE」への登録をお願いします。
※37.5度以上の方は、参加できま
せん。
※博物館内は、扉や窓などをでき
るだけ開放します。
※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。

「道路インフラメンテナンス」 パネル展

道路保全課 ☎382-8421 📠382-7612
老朽化する道路インフラの
現状や、具体的な取り組みを紹
介するパネル展を開催します。
とき 4月29日(金・祝)~5月
22日(日)
ところ 遊歩道「四季の道」
にある地下道西側出入口
(西条4丁目)



手と手でところをつなぐ

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



4月は新たな出会いや環境の変化にワクワク、ドキドキする時季です。今回は「あいさつ」に関
する手話を紹介します。普段の会話に手話の表現を取り入れてみてはいかがでしょうか。

おはよう



こめかみにあてた右手拳を下ろす
(起きるときに枕から頭を離す仕草)

こんにちは

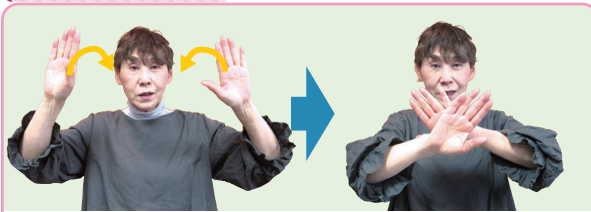


立てた右手2指を重ねて前方
から額の中央へあてる(時計の
針が12時を指している状態)

今回の手話動画は
クイズ形式です。
ぜひ挑戦してみ
てくださいね。

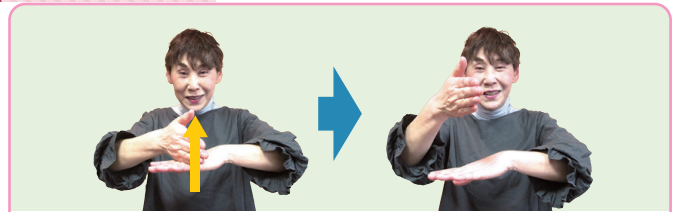


こんばんは



手のひらを前へ向けた両手を左右から引き寄せ、
目の前で交差させる(あたりがだんだんと暗く
なっていく様子)

ありがとう



左手甲に右手の小指側を直角にのせ上げる(力士が
勝って賞金をもらう時の手刀てがたなの仕草)