

# こちらが 情報局

次回の募集は  
2月5日号掲載分です

- 原稿規格／タイトル15文字程度・本文80文字程度
  - 申込み／12月13日(月)から17日(金)までに、郵送、ファクスまたは電子メール(〒513-8701 住所不要、☎382-2219、✉johoseisaku@city.suzuka.lg.jp)で情報政策課へ。なお、確認のため、郵送・ファクス・電子メール送信後は、タイトル・氏名・電話番号を電話で情報政策課(☎382-9036)へご連絡ください。
  - 注意事項／営業、政治、宗教活動と認められるものは、お断りします(企業・自営業者の活動を含む)。
- ※当事者間のトラブルについて、市は一切関与しません。  
※同一主催者の掲載申し込みは1回1記事に限ります。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、窓口での受け付けを中止します。

## うつ・心神不安定・ 自信喪失の方の相談室

重田隆康 ☎372-1951

内容／仕事関係や人間関係など、悩みを持つ方の相談を受け付けています。企業勤務、大学講師の経験を生かし、精神的なバックアップやアドバイスをします。相談料／無料 ※詳しくは、電話でお問い合わせください。

## 認知症の人と 家族の会のつどい

「家族の会」鈴鹿

下野 ☎370-4620

対象／本人、家族、関心のある方どなたでも とき／12月8日(水)13時～15時 ところ／牧田コミュニティセンター 内容／悩み相談、情報交換、介護家族との交流 参加料／100円

## 10周年記念演奏会 ワンステージメンバー募集

三重混声合唱団あんだあれ70

神田 ☎090-6379-3551

とき／5月15日(日)13時から(予定)  
ところ／四日市市文化会館(四日市市安島2-5-3) 内容／作曲家の石若雅弥さんを客演指揮者として招く演奏会で、共に歌う参加者を募集します。 ※詳しくはホームページ(<https://andare70.jp/>)で

## 鈴鹿錬成会 柔道教室 生徒募集

川崎洋平 ☎090-7609-2450

☎384-3741

対象／どなたでも とき／火・木・土曜日19時～21時 ところ／市武道館、神戸高校ほか 内容／元気に楽しく礼法と受身を身に付けて相手を思いやる気持ちと強い体を作りましょう。申込み／電話またはホームページ(鈴鹿錬成会で検索)で

## 鈴鹿市民歩こう会 参加者募集

鈴鹿市民歩こう会

鈴木利昭 ☎080-1611-9264

①とき／12月12日(日) 集合／白子新生公園9時 内容／岸岡山公園で気楽なウォーク7km ②とき／1月3日(月) 集合／平田駅前(エイブル駐車場)8時 内容／椿大神社に初詣11kmまたは16km ※弁当自由、マスク必須。初参加者も歓迎します。

## 旭が丘Jゴスペルクラブ

ロバの子ゴスペルクラブ

☎090-9915-6972

とき／毎月第4木曜日10時30分～12時 ところ／ほのぼののハウス(中旭が丘4-7-2) 内容／Jゴスペルという日本人のためのオリジナルゴスペルで愛をテーマに歌っています。参加料／100円 申込み／電話で ※キーボードが弾ける方を歓迎します。

## 屋根・外壁塗り替え セミナー

(一社)市民講座運営委員会

☎0120-689-419

対象／どなたでも とき／12月11日(土)・12日(日)9時45分～12時 ところ／文化会館 内容／塗装工事の前に消費者が知っておくべき知識を分かりやすく説明します。参加料／無料 申込み／電話で

## 健康体操・脂肪燃焼 エクササイズ

伴 ☎080-5298-6403

とき／毎週金曜日14時30分から ところ／市武道館 内容／若々しい身体を保つために必要な簡単なストレッチ、筋トレ、ボクササイズで、姿勢、肩こり、腰痛を改善しましょう。参加料／600円

## ラン・ウォークを はじめましょう

鈴鹿ランニングクラブ

山鹿 昇 ☎080-3683-6255

対象／一般 とき／毎週日曜日7時から ところ／青少年の森(キャンプ場内あずま屋に集合) 内容／コース内でランニングやウォーキングを楽しみます。参加料／月300円