



催し物

鈴鹿高専春季 ものづくり体験教室

総合政策課 ☎382-9038 📠382-9040

ところ 鈴鹿工業高等専門学校

参加料 無料

※傷害保険料50円が必要です。

申込み 2月7日(金)から25日(火)

までに、鈴鹿高専ウェブサイトで

※応募多数の場合は、主催者側で

調整する場合があります。

問合せ 鈴鹿工業高等専門

学校総務課(☎368-1717

✉chiiki@jim.suzuka-ct.

ac.jp)

◆機械工学のひとこま〜ミニ

四駆でタイムアタック〜

対象 中学1・2年生

とき 3月29日(土)9時~12

時、13時30分~16時30分

定員 各20人

◆作って学べる音の不思議

と電子回路工作

対象 中学1・2年生

とき 3月15日(土)・16日(日)

9時30分~12時、13時30

分~16時

定員 各10人

◆マイコン電子制御

対象 小学6年生~中学2

年生

とき 3月26日(水)9時~16時

定員 40人

◆マテリアルサイエンスツ

アー 2025春

対象 中学1・2年生

とき 3月30日(日)・31日(月)

9時30分~16時

定員 各20人

鈴鹿高専
ウェブサイト



バレーボール大会

参加チーム募集

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

✉supotsu@city.suzuka.lg.jp

ところ AGF鈴鹿体育館

参加料 無料

申込み 各期限までに、申込用

紙に必要事項を記入し、直接ま

たは電子メールでスポーツ課へ

※申込用紙は、スポーツ課窓口また

は市ウェブサイトで入手できます。

※各チーム主審ができる審判員を

必ず最低1人以上選出し、申込書

に氏名を記入してください。

※抽選会は、AGF鈴鹿体育館会議

室で行います。代表者(2人まで)

は必ず出席してください。

◆第54回鈴鹿市9人制バレー

ボール大会

対象 原則市内在住・在勤・

在学する高校生以上の女性

で編成するチーム

とき 3月2日(日)

申込期限 2月13日(木)

抽選会 2月20日(木)19時から

◆第28回鈴鹿市ソフトバレー

ボール大会

対象 原則市内在住・在勤

する15歳以上(在学は認め

ない)で編成する女性チーム

またはトリム(男子2人・女子

2人を最低人数とする男女

混成チーム)

とき 3月9日(日)

申込期限 2月20日(木)

抽選会 2月27日(木)19時から

鈴鹿ワンデーウォーク

参加者募集

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

とき 3月16日(日)10時から

(受付9時30分)

申込み 当日受付

ところ 新生公園(白子駅前

42)

問合せ 鈴鹿市民歩こう会

事務局(松野^{まつの}☎090-7035-

1331)

参加料 1人300円

※タオル、おもてなしの粗品、お菓

子(子どものみ)などの参加賞が

あります。(先着200人)

コース	距離	道のり
一般コース	6.8km	新生公園・江島公園・白子港・伝統産業会館・子安観音・新生公園
家族コース	3.4km	新生公園・江島公園・新生公園

市民公開講座

地域医療推進課 ☎ 382-9291 📠 384-5670

◆「人生会議」をやってみませんか？

と き 2月24日(月・休) 14時～15時(受付13時30分から)

ところ 四日市市地場産業振興センター4階 視聴覚室(四日市市安島1-3-18)

内 容 「人生会議」を始めることの重要性について

※人生会議は、もしものときのために、自分自身が望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取り組みです。

講 師 やま なか けん じ 山中賢治さん(笹川内科胃腸科クリニック院長)

定 員 90人(先着順)

参加料 無料

申込み・問合せ 2月20日(木)までに、電話で北勢緩和ケアネットワーク事務局(鈴鹿医療科学大学附属桜の森病院(☎ 340-7411、平日9時～17時))へ

◆「心と体の健康チェック」～フレイル予防にむけた健康づくり～

と き 3月7日(金)13時30分～15時(開場13時)

ところ 鈴鹿医療科学大学千代崎キャンパスB講義棟3513教室(岸岡町1001-1、駐車場完備)

内 容 加齢により心身機能が低下する虚弱な状態であるフレイルの予防にむけた健康づくりについて

※当日は、講話に加え簡単な身体活動やストレスの評価も行います。

講 師 ふじ い けい すけ 藤井啓介さん・やま もと 山本

やす お 泰雄さん(准教授)

定 員 100人程度

参加料 無料

申込み 不要

主催・問合せ 鈴鹿医療科学大学リハビリテーション学科(☎ 383-8991 📧 ymmt@suzuka-u.ac.jp)

こころの健康セミナー

「臨床動作法で、こころとからだを整えましょう」

地域医療推進課 ☎ 327-5030 📠 384-5670

いろいろな動作を通して、心や体の緊張をほぐしましょう。

対 象 市内在住の方

と き 3月7日(金)10時～11時30分

ところ 保健センター

内 容 臨床心理士による講話と体験 など

定 員 30人(先着順)

参加料 無料

申込み 2月12日(水)から、電話で地域医療推進課へ

がん患者と家族の

おしゃべりサロンin鈴鹿

地域医療推進課 ☎ 327-5030 📠 384-5670

がん患者の皆さんの交流、情報交換の場です。同じ病気の方の話を聞いたり、悩みを話したりしてみましょう。

対 象 がん患者またはその家族

と き 2月28日(金)13時30分～15時

ところ 保健センター 2階

参加料 無料

申込み 電話またはファクスで三重県がん相談支援センター(☎ 059-223-1616、📠 059-202-5911)へ

※感染症や悪天候などで中止になる場合があります。事前にご確認ください。

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

☎ 372-2250 📠 372-2260

申込み 2月10日(月)(先着順)から、直接水泳場窓口または短期教室申込みフォームで

問合せ SSGスポーツクラブ(☎ 392-7071、土・日曜日、祝日を除く9時～20時)

教室名	対象	日程	時間	ところ	定員	参加料(税込)	持ち物
きほんのヨガ	18歳以上の女性	3月5日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15人	1,100円	ヨガマット
運動と英語のジョーグ教室	未就園児(1～3歳)と保護者	3月11日(火)			15組	1,450円	—
チェアヨガ&チェアバトン	18歳以上の方	3月12日(水)	13時～14時	水泳場スタジオ	15人	1,100円	—
美ボディトレーニング	18歳以上の女性	3月18日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15人	1,100円	室内シューズ、ヨガマット
いやしのヨガ		3月19日(水)	13時～14時	水泳場スタジオ	15人	1,100円	ヨガマット
ウォーキングエアロ	18歳以上の方	3月24日(月)	11時～12時		20人	1,100円	室内シューズ

短期教室
申込みフォーム



社交ダンス体験会

産業政策課 ☎382-8698 📠382-0304

対 象 社交ダンスを始めて
みたい方

と き 2月16日(日)13時～16時

ところ 労働福祉会館1階
大会議室(神戸地子町388)

内 容 基本ステップのレッスン

講 師 JDSF(日本ダンスス
ポーツ連盟)公認指導員

定 員 男女各10人(先着順)

参加料 無料

服 装 軽い運動のできる服装

申込み 直接または電話で労
働福祉会館(☎383-3360
月曜日・祝日を除く9時～17
時)へ

ポリテクセンター三重 4月開講コース 職業訓練受講生募集

産業政策課 ☎382-8698 📠382-0304

対 象 求職中の方

※受講希望者は施設見学会(木曜
日または日曜日(月1回のみ))へ
の参加が必要です。

期 間 4月2日(水)～9月30日(火)

募集科 テクニカルオペレー
ション科、電気設備技術科

定 員 各15人

※選考があります。

受講料 無料

申込み 2月28日(金)までに、
ポリテクセンター三重(四日市
市西日野町4691 ☎059-320
-2645 📠https://www3.
jeed.go.jp/mie/poly/)へ

※訓練期間中、無料で託児サービ
スを利用できます(要申込)。

申込み 2月28日(金)までに、
ポリテクセンター三重(四日市
市西日野町4691 ☎059-320
-2645 📠https://www3.
jeed.go.jp/mie/poly/)へ

※訓練期間中、無料で託児サービ
スを利用できます(要申込)。

伊勢型紙技術保存会伝承者 養成講座受講生募集

文化財課 ☎382-9031 📠382-9071

「重要無形文化財」である伊
勢型紙製作技術の保存と伝承
に向けて、受講生を募集します。

対 象

・伊勢型紙製作技術を習得し、
技術を後世に継承させていく
意気込みのある方

・35歳ぐらまでで、伊勢型紙
資料館で年80回実施される
養成講座を継続して受講で
きる方

・将来的に市内在住を見込める方

内 容 突彫、錐彫、道具彫、
縞彫、糸入れのいずれかの
技術の習得

定 員 各技法若干名

※後日選考会がありますので、申
込者に直接連絡します。

受講料 無料

指導者 伊勢型紙技術保存
会会員

申込み 2月28日(金)まで(必
着)に、履歴書を直接または
郵送で伊勢型紙技術保存会
事務局(文化財課内)(〒
513-8701 住所不要)へ

※事前に見学を希望する方は事務
局(☎382-9031)へお問い合わせ
してください。

寺院・官衙シリーズ講演会 奈良の都の寺を掘るVI

考古博物館 ☎374-1994 📠374-0986

と き 2月23日(日・祝)14
時から(受付13時30分から)

ところ 考古博物館 講堂

内 容 講演「約100m!?それ
とも・・・東大寺東塔(七重塔)
の高さを文献から考える」

講 師 山本祥隆さん(奈良
文化財研究所)

定 員 50人(先着順)

聴講料 無料

※参加者は、当日のみ常設展を無
料で観覧できます。

申込み 当日窓口で

こども食堂開設講座

子ども政策課 ☎382-7661 📠382-9054

地域で子どもを見守り育てる
社会を目指し、低価格または無
料で食事の提供をする交流拠
点であるこども食堂の開設講座
を開催します。

対 象 こども食堂の立ち上
げを考えている方、こども食
堂を手伝いたい方、関心の
ある方 など

と き 2月25日(火)10時～
11時30分

ところ 市役所本館12階
1202会議室

内 容 こども食堂の始め方
や運営の留意点、実際に運
営している方との交流

参加料 無料

定 員 25人(先着順)

主 催 すずっこ食堂ネットワーク

※すずっこ食堂ネットワークは、市
やこども食堂を行う団体と鈴鹿
市社会福祉協議会が連携し、こ
ども食堂の普及・認知・支援を行
う組織です。詳しくは、ウェブサイ
トをご覧ください。

申込み 2月7日(金)から20日(木)
までに申込みフォームで

すずっこ食堂
ネットワーク
ウェブサイト



申込み
フォーム

鈴鹿地域職業訓練センター 2月募集の講座案内

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

講座名	と き	講習費用 (教材費・税込)	受付開始日
玉掛け技能講習 (つり上げ荷重1t以上)	学科:4月14日(月)・15日(火)8時40分～17時 実技:4月16日(水)・17日(木)・18日(金)8時40分～17時 のいずれか1日を選択	1万6,005円	2月17日(月)
職長教育	4月16日(水)・17日(木)8時40分～16時20分	1万1,880円	2月18日(火)
ガス溶接技能講習	4月22日(火)・23日(水)8時40分～17時	1万1,880円	2月25日(火)

※職長教育は、製造業の職長を対象とした講座です。
※フォークリフト運転技能講習(4・5・6・9月コース)も受付中です。詳しくは、同センターウェブサイトをご覧ください。

鈴鹿の街音楽祭

文化会館 ☎ 382-8111 ☎ 382-8580

市内で活動するジャズバンド、合唱、声楽、吹奏楽などのコンサートや、アーティストによるステージ、鈴鹿の街マルシェを開催します。

と き オープニング:3月2日(日)11時45分から(開場12時、開演12時30分(予定))

ところ 文化会館けやきホール・さつきプラザ・多目的ドーム など

※出演団体など詳しくは、文化会館ウェブサイトをご覧ください。

文化会館
ウェブサイト



湿地帯保全活動 ボランティア募集

ダイセーフオレストパーク

☎ 378-2946 ☎ 378-9809

園内の湿地帯には、シラタマホシクサなどの希少植物があり、環境保全する必要があります。三重県環境保全事業団の指導を受け、草刈り、清掃や刈った草の搬出を行います。

と き 2月22日(土)13時～15時(小雨決行)

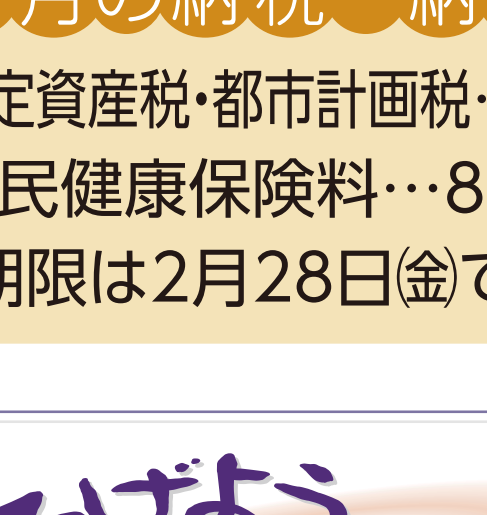
ところ ダイセーフオレストパーク 中央広場付近湿地帯

※受付事務所前に集合してください。

定 員 20人程度(先着順)

服 装 長靴・動きやすい服装(汚れてもいい服装)

申込み 直接、電話またはファクスでダイセーフオレストパーク受付事務所へ



2月の納税・納付

○固定資産税・都市計画税…4期

○国民健康保険料…8期

【納期限は2月28日(金)です】

ひがよう 人権尊重の輪

「生活保護」制度と人権

～どなたにも幸せな生活を送る権利があります～

保護課 ☎ 382-7640
☎ 382-7607
✉ hogo@city.suzuka.lg.jp
人権政策課 ☎ 382-9011
☎ 382-2214
✉ jinkenseisaku@city.suzuka.lg.jp

生活保護は、日本国憲法第25条に規定する「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」の理念を具体化した生活保護法に基づいた制度です。

生活保護法は、生活に困窮する方(世帯)に対し、その困窮の程度に応じて、生活費、住宅費、医療費などの必要な給付を行い、その最低限度の生活を保障するとともに、日常生活自立、社会生活自立、経済的自立に向け、その方に合った支援を行うことを目的としています。

このように、この制度は国民の基本的な人権のひとつである「生存権」を国が保障するもので、生活保護法の定める要件を満たす限り、どなたでも平等に利用することができます。

■生活保護の申請は、国民の権利です

私たちの一生の間には、思いがけない病気やけが、失業などのため収入が少なくなったり、その他いろいろな事情によって、自分の力ではどうしても生活できなくなったりすることがあります。そのようなとき、生活を援助し、再び自立できるようお手伝いするのが、この制度です。

生活保護を必要とする可能性は、どなたにもあるものです。生活に困っている方や、制度を利用したい方は、ためらわずにご相談ください。