

「サポートブック作成講習会」 参加者募集

発達に気になる子を支援する会「みりみり」
@mili.mili.suzuka@gmail.com

とき／9月10日(水)10時15分受付開始 ところ／牧田コミュニティセンター 内容／講師に水谷ひとみさんをお招きし、先生や支援者の方に見てもらいやすい小型サイズでのサポートブックを作成、活用法なども学びます。参加料／500円 申込み／電子メールで ※詳しくは「みりみり鈴鹿」で検索

人生100年時代の 仲間づくり②

100歳大学
内田☎080-4210-5887

とき／9月20日(土)14時～16時 ところ／社会福祉センター2階(神戸地子町383-1) 内容／認知症にならないために 講師／前川亘さん(鈴鹿市長寿社会課課長) 参加料／300円 申込み／電話で

いわたりゅう こども絵画体験会

鈴鹿カルチャーステーション☎358-6720
@scssuzuka2025@gmail.com

対象／小学生 とき／9月20日(土)・27日(土)14時～16時 ところ／鈴鹿カルチャーステーション(阿古普町14-28) 内容／日本画家岩田隆さんによるやさしいお絵描きおもしろ体験教室 参加料／500円 申込み／電話または電子メールで

秋の山野草展示会

鈴鹿山野草の会
別府☎090-9029-4886

とき／10月4日(土)・5日(日)9時～17時 ところ／鈴鹿ハンター1階 サブコート 内容／山野草の展示会と即売 ※新入会員募集中。初心者も大歓迎。

こんべいとう お話し会

こんべいとう
堀井@sas.tanpopo@gmail.com

とき／9月19日(金)10時～12時 ところ／社会福祉センター(神戸地子町383-1) 内容／自閉症を含む発達障がいのある彼女らのコミュニケーションや支援のアイデアを学び合い自立した生活を考え楽しくおしゃべりする会です。親たちの今後の生き方の話など気軽に話しましょう。

右脳いきいき出前講座

NPO 法人ハーティ☎373-5750
※鈴鹿市社会福祉協議会へつながります。

対象／認知症予防に関心ある方 とき／9月20日(土)から第1・3土曜日13時30分～15時30分(全11回) ところ／社会福祉センター(神戸地子町383-1) 内容／右脳を活かし若返ろう 参加料／500円(自宅訪問の場合は別途1回500円) 申込み／9月18日(木)までに電話で ※令和7年度鈴鹿市まちづくり応援補助金交付事業

こども茶道・華道教室 生徒募集

嵯峨ミストラルずか
増淵☎090-9174-2924

対象／小・中学生 内容／伝統文化である茶道・華道を基礎から 申込み・問合せ／電話で ○茶道：とき／第1・3土曜日13時～15時 ところ／西玉垣集会所(西玉垣町7-5) 参加料／1回500円 ○華道：とき／第2土曜日13時30分～15時 ところ／玉垣会館(東玉垣町522-1) 参加料／1回1,000円

お子さんの結婚にお悩み お母さんのためのセミナー

田中☎392-7368

とき／9月25日(木)13時15分～14時30分 14時45分～16時 ところ／ハヤシユナイテッド文化ホール鈴鹿(文化会館) 内容／お子さんが結婚しない気持ちを知り、心得るべき行動について 参加料／無料 申込み／電話で

沖縄の今を考える映画会

鈴鹿ピースアクション
吉田☎090-1821-4997

とき／9月20日(土)10時～11時30分 ところ／男女共同参画センター ホール 内容／ドキュメンタリー映画「拝啓住民投票さま 石垣島のまんなかで起きたこと」、アニメ「ひめゆり HIMEYURI」上映 参加料／無料 申込み／不要

日本語でゴスペルを 歌いましょう

鈴鹿ゴスペルクラブ
坂口☎090-8553-1401

とき／9月6日(土)・20日(土)14時～15時 ところ／社会福祉センターボランティア室(神戸地子町383-1) 内容／日本語でゴスペルを楽しむ練習 参加料／1回500円(初回無料) 申込み／不要 問合せ／電話で

合気道教室会員募集

合気道清武会
高柳☎090-1725-5585

対象／幼児～高齢者(親子参加歓迎) とき／毎週月曜日19時45分～21時30分(途中参加・途中抜け可能) ところ／鈴鹿工業高等専門学校柔道場 参加料／無料 申込み・問合せ／電話で

プロギング参加者募集

プロギングみえ(三重県SDGs 推進パートナー)
木村☎090-9948-6597

集合／9月20日(土)7時～8時30分(雨天中止) 弁天山公園(鈴鹿ハンター隣) 内容／仲間と一緒に、ジョギング(ウォーキング)しながらゴミ拾いのNEWフィットネス 参加料／無料 持ち物／軍手またはトンブ、飲み物 申込み／9月17日(木)までに電話またはショートメール(SMS)で

次の募集は11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／9月22日(月)から26日(金)までに、ファクスまたは電子メール(☎382-2219、@johoseisaku@city.suzuka.lg.jp)で情報政策課へ。なお、機器故障や送信誤りなどによる掲載漏れ防止のため、ファクスで申し込みされた方は、電話で情報政策課(☎382-9036)へご連絡ください。電子メールで申し込みされた方へは、電子メール受信後、こちらから受信完了した旨を必ず返信します。募集期間を過ぎても返信が無い場合は、情報政策課へご連絡ください。

●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



お知らせ

9月23日は「手話の日・ 手話言語の国際デー」です

障がい福祉課 ☎382-7626 ☎382-7607

令和7年6月に「手話に関する施策の推進に関する法律」が施行され、9月23日が「手話の日」と定められました。また、同日は国連総会で決議された「手話言語の国際デー」です。

本市は、平成31年4月に「鈴鹿市手話言語条例」を施行し、手話が言語であるとの認識のもと、手話を使用しやすい環境づくりを推進し、手話に対する理解や普及を図っています。

※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

市ウェブサイト
手話施策



障がい者就職面接会

障がい福祉課 ☎382-7626 ☎382-7607

対象 一般企業への就職を希望する障がいをお持ちの方
とき 10月23日(木)・24日(金)

※会場の混雑を避けるため、個別に時間を指定します。

ところ イスのサンケイホール
鈴鹿

参加企業 障がい者雇用を予定している企業20社程度(予定)

参加料 無料

持ち物 鈴鹿公共職業安定所(ハローワーク鈴鹿)で交付される面接会受付票、筆記用具

申込み 事前に鈴鹿公共職業安定所に利用登録を行った上で、9月30日(火)までに、面接希望届を鈴鹿公共職業安定所(神戸9-13-3 ☎382-8609(部門コード43#))へ

※面接希望届は、鈴鹿公共職業安定所窓口で入手できます。

公証人による無料相談

市民対話課 ☎382-9004 ☎382-7660

とき 10月4日(土)10時～16時
ところ 津合同公証役場(津市丸之内養正町7-3 山田ビル)

内容 遺言・相続・任意後見・離婚・各種契約 など(要予約)

定員 10人程度

申込み・問合せ 9月12日(金)から、電話で津合同公証役場(☎059-228-9373)へ





お知らせ

9月・10月は行政相談月間

市民対話課 ☎382-9004 📠382-7660

「行政相談」は、国やNTTなどの特殊法人などの仕事について、皆さんから苦情や意見、要望をお聞きし、その解決促進を図る制度です。

※秘密は固く守られます。

◆行政相談（対面）

と き 9月19日(金)10時～12時、10月17日(金)10時～12時
ところ 市役所本館1階 市民ロビー

相談料 無料

◆行政相談（電話）

☎0570-090110

※IP電話などで利用する場合は（☎059-227-1100）へお掛けください。

※相談内容の正確な把握のため、録音されます。

問合せ 三重行政監視行政相談センター 行政監視行政相談課（〒514-0033 津市丸之内26-8 津合同庁舎3階（平日9時～16時45分））

※上記以外の時間帯は留守番電話で対応します。

相続登記を進めましょう

管財課 ☎382-9009 📠382-7615

これまで任意であった相続登記の申請が令和6年4月から義務化されています。下記の制度などを利用しながら、大切な不動産を負担なく次世代に引き継ぎましょう。

◆相続手続に便利な「法定相続情報証明制度」

戸籍などの書類を基に法務局が法定相続人を確認し、無料で公的証明書を発行する制度です。

問合せ 津地方法務局鈴鹿出張所（神戸1-24-3 ☎382-1171（平日9時～17時））

※相続登記の問い合わせもお受けします。

◆遺言書の作成の際には「自筆証書遺言書保管制度」

自分で書いた遺言書を法務局で保管できる制度です。

問合せ 津地方法務局 供託課遺言書保管官（津市丸之内26-8 津合同庁舎 ☎059-228-4133（平日9時～17時））

◆相続土地の管理が困難な時は「相続土地国庫帰属制度」

相続または遺贈によって所有権を取得した土地を、一定の要件を満たした場合、国が引き取る制度です。

問合せ 津地方法務局 不動産登記部門 相続土地国庫帰属審査室（津市丸之内26-8 津合同庁舎 ☎059-228-4527（平日9時～17時））

令和6年度 個人情報保護法運用状況

総務課 ☎382-8659 📠382-2214

◆保有個人情報の開示、訂正および利用停止等請求の状況

令和6年度の保有個人情報の開示請求件数は19件で、このうち取下げが0件で、訂正請求は1件、利用停止等請求はありませんでした。19件の請求に対する延べ決定件数は31件で、その内訳は、開示決定が13件、部分開示決定が11件、不開示決定が1件、不存在決定が6件でした。

また、実施機関の決定に対する審査請求はありませんでした。

令和6年度 情報公開制度実施状況

総務課 ☎382-8659 📠382-2214

令和6年度の公文書公開請

求件数は493件で、このうち取下げが25件でした。

468件の請求に対する延べ決定件数は569件で、その内訳は、公開決定が240件、部分公開決定が198件、非公開決定が5件、存否応答拒否決定が0件、公文書不存在決定が125件、請求却下が1件でした。公開率は98.9%です。

また、実施機関の決定に対する審査請求はありませんでした。

※公開率＝（公開＋部分公開）÷（公開＋部分公開＋非公開＋存否応答拒否）×100

実施機関別決定件数

実施機関		件数
市長	危機管理部	7
	政策経営部	24
	総務部	20
	技術統括監	2
	地域振興部	27
	文化スポーツ部	5
	環境部	42
	子ども政策部	2
	健康福祉部	28
	産業振興部	11
	土木部	176
	都市整備部	112
	会計課	1
	消防本部	15
	小計	472
教育委員会		17
選挙管理委員会		1
公平委員会		0
監査委員		0
農業委員会		22
固定資産評価審査委員会		0
上下水道事業管理者		52
議会		5
合計		569

三重県暴力団排除条例の一部改正

交通防犯課 ☎382-9022 📠382-7603

暴力団情勢の変化に対処するため、三重県暴力団排除条



例が改正され、令和7年10月1日に施行されます。主な改正点は以下の3点です。

- 暴力団排除特別強化地域での禁止行為の規制(新設)
- 暴力団事務所の開設・運営に対する規制(拡大)
- 名義利用等の禁止(新設)
- ※詳しくは、三重県警察ウェブサイトをご覧ください。

問合せ 三重県警察本部刑事部組織犯罪対策課(☎059-222-0110)、(公財)暴力追放三重県民センター(☎0120-31-8930)

三重県警察
ウェブサイト



支援対象児童等見守り 強化事業の支援世帯募集

こども家庭支援課 ☎382-9140 ☎382-9142

対象 市内在住の支援を必要とするこどもがいる世帯
※所得などの状況を確認し、市が生活支援や見守りが必要と認めた家庭が対象となります。

訪問期間 10月～令和8年3月
内容 事業者が月2回程度家庭訪問し、世帯人数分の食材配達をします。また、こどもの日ごろの様子を聞き取ります。

※家庭訪問の際は、こどもや保護者との面談を自宅内で実施し、直接食材をお渡しします。

募集世帯数 20世帯程度

料金 無料

申込み 9月19日(金)までに、電話で鈴鹿市社会福祉協議会(☎373-5750)または申込みフォームで

申込みフォーム



納税の休日窓口と 納税・国民健康保険料の 夜間窓口

納税課 ☎382-9008 ☎382-7660
保険年金課 ☎382-9290 ☎382-9455

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

◆休日窓口(市税)

とき 9月28日(日)9時～12時

◆夜間窓口(市税・保険料)

とき 9月30日(火)17時15分～19時

※北通用口は利用できません。南玄関からお越しください。

※夜間窓口で19時から20時までの時間帯に納付相談を希望する方は、事前にご連絡ください。

守りたい 大切ないのち 「自殺予防週間」

地域医療推進課 ☎327-5030 ☎384-5670

9月10日はWHO(世界保健機関)が定めた世界自殺予防デー、9月10日から16日までが自殺予防週間です。

大切な人の「いのち」を守るためには、周囲の人の気づきや声掛けが大きな支えになります。あなたの力で救える「いのち」があります。大切な「いのち」を守りましょう。

◆大切な人の「いのち」を守るための行動

- 気づき 家族や仲間の変化に気づいて声を掛ける
- 傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぐ 早めに専門家に相談するよう促す
- 見守り 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

※三重県こころの健康センターでは、自殺予防・自死遺族電話相談(月～金曜日(休日・年末年始を

除く13時～16時))、専門面接相談(予約制)を実施しています。相談されたい方は、相談専用電話番号(☎059-253-7823 ☎0120-01-7823(三重県のみ))へお掛けください。

歯周病検診無料受診券を 送付しました

地域医療推進課 ☎327-5030 ☎384-5670

8月下旬に、対象の方へ水色の封筒に入れて無料受診券を送付しました。この機会に検診を受けましょう。

対象 市内に住民登録がある30歳(平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれ)・40歳(昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生まれ)・50歳(昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれ)・60歳(昭和40年4月2日～昭和41年4月1日生まれ)・70歳(昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれ)の方
期間 令和8年2月28日(土)まで

※受診券が届いていない対象の方は、地域医療推進課へお問い合わせください。



図書館本館・江島分館を 休館します

図書館 ☎382-0347 ☎382-4000

蔵書点検と資料整理日のため、下記の期間休館します。

なお、休館中の本の返却は、図書館本館・江島分館の夜間返却口をご利用ください。

期間 9月30日(火)～10月7日(火)



催し物

令和7年度第2回すずか創業塾

商業観光政策課 ☎382-9016 📠382-0304

対象 創業を計画している方、創業に関心のある方、創業後5年以内の事業者 など

とき 11月9日(日)・30日(日)、12月7日(日)・14日(日)・21日(日)13時～17時(全5回)

ところ 鈴鹿商工会議所 会議室(飯野寺家816)

内容 経営・財務・人材育成・販路開拓の知識を身につけ、事業計画書を作成します。

講師 水谷康裕さん(水谷経営事務所代表)ほか

定員 20人

受講料 5,500円(税込み・テキスト代含む)

申込み・問合せ 10月10日(金)までに鈴鹿商工会議所(☎382-3222、📠soudan@sccl.or.jp、🌐https://www.scccl.or.jp)へ

鈴鹿商工会議所



伊勢型紙彫型画展

商業観光政策課 ☎382-9016 📠382-0304

とき 9月25日(木)～28日(日) 9時30分～17時(最終日は14時まで)

ところ 県総合文化センター

文化会館第2ギャラリー(津市一身田上津部田1234)

内容 彫型画作品の展示、豆色紙を使った無料彫型画制作体験

入場料 無料

主催・問合せ 伊勢型紙彫型画会(☎386-1462)

上級救命講習(実技講習) 受講者募集

中央消防署 ☎382-9164 📠382-3905

対象 市内在住・在勤の中学生以上の方

とき 10月19日(日)9時～16時
※昼食休憩が1時間あります。昼食や飲み物などは各自で準備してください。

ところ 消防本部4階 多目的室

内容 応急手当の重要性、心肺蘇生法、AEDの取り扱い、異物除去法、止血法、傷病者の管理、搬送法 など

定員 20人(先着順)

※キャンセルが出た場合は、鈴鹿市消防本部公式SNS「X」でお知らせします。

参加料 無料

持ち物 動きやすい服装、筆記用具、ハンカチ(タオル可)

※「応急手当WEB講習(上級救命講習編)」の事前受講が必要です。確認のため、WEB講習受講後に発行される「応急手当WEB講習受講証明書」を印刷したも

のまたはスクリーンショットをご準備ください。

※応急手当WEB講習受講後、概ね1カ月以内に上級救命講習(実技講習)を受講することで、上級救命講習を修了したものと認定されます。修了証は、後日発行します。
※発熱や体調不良の場合は、受講を控えてください。

問合せ・申込み 9月14日(日) 9時から、直接または電話で中央消防署へ

応急手当
WEB講習



応急手当普及員(新規)講習

消防課 ☎382-9155 📠383-1447

事業所などで応急手当講習をするための知識を習得します。

対象 市内在住・在勤・在学する満18歳以上の方で、応急手当講習の普及啓発活動に従事できる方

とき 11月22日(土)～24日(月・祝)9時～18時

※全日程の受講が必要です。

ところ 消防本部4階多目的室内

内容 応急手当の習得(成人・小児の心肺蘇生法とAEDの取り扱い、救命に必要な応急手当の実技、基礎医学)、普通救命講習の指導要領の習得

有料
告
告

お客さまの「安心のお手伝い」

創業48年
TAKAO

その他、賠償責任保険、労災保険、傷害保険、医療保険など数多くの保険商品を扱っております。

有限会社 タカオ保険 ☎(059)387-5762

〒510-0243

三重県鈴鹿市白子4丁目6-19

【営業時間】9:00～18:00(時間外対応可)

【定休日】土日祝(休日対応可)

自動車
保険
火災保険
生命保険

庭木1本から承ります!



お客様との
お約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

広
報
す
ず
か
生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常 2,200円を
※税込
※初回限定
先着
10名様
1,100円

ガーデンエクストラプラス 鈴鹿店
カククラ(東証スタンダード上場会社)グループ
亀山市亀田町336 ☎9:00～17:00
0120-61-4128

※「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。

※講習の修了後に「市民・救命インストラクター」として登録すると、ボランティアとして指導ができます。

定員 30人程度(先着順)

参加料 無料

持ち物 応急手当指導者標準テキスト、筆記用具

申込み 9月9日(火)から10月20日(月)までに、申込みフォームで

申込み
フォーム



鈴鹿市地域福祉講演会と リンクワーカー養成講座

健康福祉政策課 ☎382-9012 ☎382-7607

◆鈴鹿市地域福祉講演会「社会的処方DE孤立させないまちづくり」

「社会的処方」とは、心身の不調に薬を処方するように、孤立や生きづらさを抱える人に寄り添い、地域の人々や地域資源をつなぐアプローチです。

とき 9月21日(日)14時~16時
ところ 鈴鹿医療科学大学白子キャンパス1号館7階 1701室

内容

・活動紹介「すずカフェ」の取り組み(鈴鹿みんなの保健室)

・講演会

講師 水谷祐哉さん(みずたに ゆうや 社会的処方研究所代表)

定員 100人(先着順)

申込み 9月16日(火)までに、電

話で(福)鈴鹿市社会福祉協議会(☎373-5750)または共通申込みフォームで

◆リンクワーカー養成講座

社会的処方を機能させる役割を担う「リンクワーカー」を養成する講座です。

対象 両日参加できる方

※上記講演会参加者を優先します。

とき 10月5日(日)・19日(日)
13時30分~16時(全2回)

ところ 鈴鹿市社会福祉センター2階 大会議室

内容 リンクワーカーの役割と活動、先進事例紹介、グループワークなど

講師 水谷祐哉さん(みずたに ゆうや)

定員 30人(先着順)

申込み 9月30日(火)までに、電話で(福)鈴鹿市社会福祉協議会または共通申込みフォームで

共通申込み
フォーム



小・中学生による 鈴鹿市民アイデア展

産業政策課 ☎382-7011 ☎384-0868

とき 9月19日(金)~21日(日)
9時~20時(初日:10時から、最終日:17時まで)

ところ 鈴鹿ハンター 1階
センターコート

展示内容

・工夫考案(工作)部門:創意

工夫されたもの、生活に役立つもの、科学的な考えに基づいた夢のあるものなど

・絵画部門:未来への夢を描いたもの、自由な発想をしたもの、純粋で素朴なものなど

鈴鹿大学・鈴鹿大学 短期大学部公開講座 「ヒトと昆虫の免疫 ヒトが体を守る仕組みを 昆虫から学ぼう」

総合政策課 ☎382-9038 ☎382-9040

対象 小学校高学年以上

とき 9月20日(土)10時30分~12時30分

ところ 鈴鹿大学・鈴鹿大学短期大学部(郡山町663-222)

内容 昆虫の免疫反応は、ヒトと共通する部分が多く、昆虫から、ヒトの免疫の一端を理解します。

講師 奥村雄暉さん(鈴鹿大学助教)

定員 24人(最少6人)

受講料 500円

申込み 9月17日(水)までに申込みフォームで

問合せ 鈴鹿大学・鈴鹿大学短期大学部 総務・財務課
(☎372-2121 ☎soumu@suzuka.ac.jp)

申込みフォーム



3歳になったら鈴鹿サーキットパークへ!

3歳バースデー・デビューインビテーション
3歳のお誕生日から1か月間、

パークパスポートが
ご本人無料 + 同伴のご家族
4人まで半額

※事前申込が必要
※レース開催日・特定日を除く
※翌月の同日まで。翌月に同日が存在しない場合は、その翌日

SUZUKA CIRCUIT PARK
三重県鈴鹿市稲生町 7992 TEL.059-378-1111

詳しくはこちら

「広報誌を見た!!」で粗品進呈いたします!

店舗オススメ機種

Google Pixel 9a

- ・良コスパで高性能
- ・サクサク動く操作性
- ・バッテリーの持ちの良さ
- ・簡単操作
- ・見やすい画面

詳しくはお店へお問い合わせ下さい / ※広告有効期限:2025年9月30日

ドコモショップ鈴鹿市役所前 ☎0120-381-886
三重県鈴鹿市神戸9-14-7 営業時間:午前10時~午後7時 定休日:第2火曜

楽しみながらスマホが学べる!
無料 スマホ教室

- point 1 どなたでも参加可能 他社のスマホでもOK!
- point 2 専用のテキストがもらえる
- point 3 スマホ教室の専任講師が教えます

有料
広告

※有料広告掲載に関するお問い合わせは、令和7年度広告代理店の株式会社ウィット(☎072-668-3275)へ



催し物

在宅ワーク、はじめの一步！ パソコンde在宅ワーク 入門講座

男女共同参画課 ☎381-3113 📠381-3119

対 象 以下の条件に該当する市内在住・在勤・在学の18歳以上の女性

○全日程に参加できる方

○在宅で働くことに関心のある方（起業・就業・フリーランスなど）

○ご自身のパソコンを持参できる方（Wi-Fi接続が可能なもの）など

※詳しくは、男女共同参画課ウェブサイトをご確認ください。

と き 10月16日(木)・30日(木)、11月20日(木)13時30分～16時(13時受付開始)

ところ 男女共同参画センター 研修室1AB

内 容 在宅ワークに必要なスキルや仕事の受注方法を学びます。マーケティングの基礎を学びながら、Google ツール(Google Chat、スプレッドシート、Google フォーム)やCanvaを使い、実践的な課題に取り組みます。

定 員 20人

※応募者多数の場合は、選考で受講者を決定します。

参加料 無料

申込み 9月9日(火)9時から9月30日(火)17時までに、男女共同参画課ウェブサイトの申込みフォームで

託 児 5人(生後6カ月～未就学児、先着順、無料)。

※9月30日(火)17時までに、申込みフォームでお申し込みください。

男女共同参画課
ウェブサイト



骨こつ教室

「輝く未来のために!骨粗鬆症の危険度チェックと知っておきたい予防法」

地域医療推進課 ☎327-5030 📠384-5670

対 象 20歳から64歳までの方
※骨粗しょう症の治療中の方は除きます。

と き 10月20日(月)10時～11時30分

ところ 保健センター

内 容 骨粗しょう症の予防の講話、簡易骨密度測定 など

定 員 20人(先着順)

参加料 無料

申込み 9月11日(木)8時30分から電話または申込みフォームで地域医療推進課へ

申込みフォーム



運動力アップ教室 ～ウォーキング初級編～

地域医療推進課 ☎327-5030 📠384-5670

自分に合った歩き方を見つけ、健康づくりにつながましょう。

対 象 20歳以上の方

と き 10月15日(水)10時～11時30分

ところ 保健センター

内 容 生活習慣病予防の講話とウォーキング体験

定 員 20人(先着順)

参加料 無料

申込み 9月9日(火)から電話で地域医療推進課へ

※持病があり受診中の方は、主治医に確認の上、お申し込みください。

鈴鹿市スクエアステップ リーダー養成講座

長寿社会課 ☎382-9886 📠382-7607

介護予防ボランティアとして、転倒予防・認知機能向上・仲間

づくりに役立つスクエアステップを広める活動をする、スクエアステップリーダーを養成する講座です。

対 象 2日間とも受講でき、市内在住で、スクエアステップリーダーとして地域でボランティア活動を行う意欲のある方
※営利・非営利を問わず、デイサービスなどの事業所やスポーツクラブなどでの指導を目的としている方は除きます。

と き 10月20日(月)・27日(月)10時～15時30分

ところ 鈴鹿市社会福祉センター 2階 大会議室(神戸地子町383-1)

定 員 20人(先着順)

受講料 無料

※リーダー認定登録料2,200円が必要です。

持ち物 動きやすい服装、筆記用具、上靴、飲み物

申込み 9月5日(金)から10月8日(水)までに、電話で長寿社会課へ

令和7年度鈴鹿市 白子地区地震防災訓練

防災危機管理課 ☎382-9968 📠382-7603

防災に関する展示や体験、警察や消防団車両の展示も予定していますので、ぜひご来場ください。

と き 9月23日(火・祝)9時～12時

ところ 武道館、江島総合スポーツ公園(江島台2-13)

内 容

・武道館：避難所開設訓練、救護所開設運営訓練

・武道館駐車場：防災啓発

・江島総合スポーツ公園：道路啓開訓練・救出訓練

※災害対応などにより中止になる場合は、市ウェブサイトに掲載します。

令和7年度後期スポーツ教室

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

教室名	対象	期間	曜日	時間	開催会場	回数	定員 (人)	参加料 (円)	
ソフトバレーボール	一般	10月～3月	月	9時30分～11時30分	AGF鈴鹿 体育館	12	50	3,000	
やさしいヨガ			火	9時30分～10時30分		15	70	3,500	
				10時45分～11時45分			50		
卓球(火曜午前)				9時30分～11時30分			30		
卓球(火曜午後)				13時30分～15時30分			50		
卓球(水曜日)			水	9時30分～11時30分		12	70	3,000	
簡単エアロビック				9時15分～10時15分			50		
ヨガ(午前)				10時30分～12時			50		
ヨガ(午後)				13時～14時30分			15	30	3,500
ハンドボール	小学生		15時30分～17時30分			10	30	2,500	
バドミントン(夜)	一般	10月～12月		19時～21時					
バレーボール	一般女性	10月～3月	木	9時30分～11時30分	市立 テニスコート	15		3,500	
バドミントン	一般	10月～1月		9時30分～11時30分			40		
太極拳		10月～3月		9時～10時25分			30		
				10時35分～12時					
健康エアロビクス	50歳以上		金	9時30分～10時30分		12	70	3,000	
リフレッシュ体操				13時30分～15時		15	50	3,500	
社交ダンス		10時30分～11時30分		30					
アンチエイジングヨガ(夜)	一般			18時30分～19時30分			12		3,000
テニス			9時～11時	市立 テニスコート		15		3,500	
シニアテニス	55歳以上	10月～1月	金						
弓道(夜)	一般		火	19時～21時	市武道館	12	30	3,000	
弓道(午前)		10月～12月	水	9時30分～11時30分					
なぎなた	小学生以上	10月～1月	水	19時～21時				20	3,000 (2,500)
剣道	小・中学生	10月～3月	土				20	30	5,500
柔道									

保険料 800円(中学生以下)、1,850円(64歳以下)、1,200円(65歳以上)

※複数の教室に参加しても、一人当たりの保険料は変わりません。

※前期スポーツ教室の参加者で、当協会指定のスポーツ安全保険に加入済みの方の保険料は不要です。

申込み・問合せ 9月9日(火)から19日(金)までに参加料と保険料を添えて、直接鈴鹿市スポーツ協会(江島台1-1-1 AGF鈴鹿体育館内2階 ☎399-7120 14日(日)・15日(月・祝)を除く9時～17時)へ

※弓道・なぎなた・剣道・柔道のみ市武道館(14日(日)・15日(月・祝)を除く9時～20時)で申し込みができます。

※卓球教室の申し込みは、1教室のみです。

※申込者が定員を超えた場合は、令和7年度前期スポーツ教室に参加していない市内在住の方を優先とし、それ以外の方で抽選します。

※今回の後期健康エアロビクス・アンチエイジングヨガ教室は、日程の都合により開催回数と参加料を変更しています。

※申込期間を過ぎた場合は、別途手数料が発生する場合があります。

※申込者が定員を大幅に下回る場合は、教室を中止する場合があります。

※子ども同伴での参加は、ご遠慮ください。

※なぎなた教室の参加料は高校生以上3,000円、中学生以下は2,500円です。



催し物

救急救命AED講習会

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

対 象 市内在住の方

と き 10月11日(土)9時～12時

と ころ 市武道館 第二道場

内 容 救急救命講習と心肺蘇生法、AED講習会

参加料 無料

定 員 10人(応募者多数の場合は抽選)

申込み 9月9日(火)から20日(土)までに、電話で鈴鹿市スポーツ協会事務局(☎399-7120 14日(日)・15日(月・祝)を除く9時～17時)へ

後期ウォーキング・スロージョギング教室参加者募集

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

対 象 50歳以上の方

と ころ AGF鈴鹿陸上競技場

と き・内容

○ウォーキング:10月21日～令和8年2月3日各火曜日9時30分～11時30分(全12回)

○スロージョギング:10月10日～令和8年1月9日各金曜日9時30分～11時30分(全12回)

講 師 ^{ふか ま}深間内誠さん、^{うち まこと}北村綱為さん(鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動指導士)

定 員 各50人

参加料 各3,000円

保険料 1,850円(64歳以下)、1,200円(65歳以上)

※令和7年度前期当該事業またはスポーツ教室の参加者で、当協会指定のスポーツ安全保険に加入済みの方は、保険料は不要です。

申込み 9月9日(火)から19日(金)までに、参加料と保険料を添えて、鈴鹿市スポーツ協会(AGF鈴鹿体育館内2階 14日(日)・15日(月・祝)を除く9時～17時)へ

※状況により、教室の開催内容などを変更する場合があります。

※雨天時、中止する場合があります。

スポーツフェスタ2025

三重交通Gスポーツの杜鈴鹿
☎372-2250 📠372-2260

と き 10月13日(月・祝)

と ころ 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿

※詳しくは、広報すずか9月20日号折り込みチラシまたはウェブサイトをご覧ください。

◆アーティスティックスイミング体験

対 象 25m以上泳げる小学生の方

※小学1年生の方は、保護者の同伴が必要です。

と き 10時～11時30分(受付10時から)

と ころ 水泳場25mプール

定 員 10人(先着順)

参加料 無料

持ち物 水着・キャップ・ゴーグル・タオル・飲み物

申込み 9月8日(月)から、直接水泳場窓口またはウェブサイト

◆やってみよう!親子でヒップホップ

対 象 年長から小学生まで

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 9月8日(月)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 平日9時～20時)

短期教室
申込みフォーム



教室名	対象	日程	時間	ところ	定員	持ち物
きほんのヨガ	18歳以上の女性	10月8日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15人	ヨガマット
チェアヨガ&チェアバレトン	18歳以上の方		13時～14時	水泳場スタジオ	15人	—
運動と英語のジーウィー	未就園児(0～3歳)と保護者	10月14日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15組	—
ウォーキングエアロ	18歳以上の方	10月20日(月)			20人	室内シューズ
はじめての腸活ヨガ	18歳以上の女性	10月21日(火)			15人	ヨガマット

とその保護者

※兄弟姉妹、友達も参加できます。

と き 13時～14時(受付
12時45分から)

ところ 水泳場 スタジオ

定 員 15組(先着順)

参加料 無料

持ち物 動きやすい服装、室
内シューズ、飲み物

申込み 9月8日(月)から、直接
水泳場窓口またはウェブサ
イトで

◆青空フリーマーケット出店 者募集

と き 10時～15時

ところ 体育館前駐車場

募集数 22ブース(先着順)

出店料 1,000円

申込み 9月16日(火)9時から
電話で体育館(☎372-
8850)へ

スポーツの杜
イベント



金生水沼沢植物群落観察会

文化財課 ☎382-9031 ☎382-9071

サワシロギク、ミズギクなどを
ご覧いただく予定です。

と き 9月27日(土)9時：少雨
決行

ところ 金生水沼沢植物群落
(地子町563・西條町675-1)

※徒歩・自転車の方は開始時刻ま
でに、直接開催場所にお越し
ください。

※自家用車でお越しの方には、当
日8時30分に飯野地区市民セン
ターで沼沢付近の駐車案内図を
お渡しします。現地付近の道路
は駐車厳禁です。

定 員 20人(先着順)

参加料 無料

持ち物 水筒、タオル、帽子、
虫除けスプレー、長靴 など

※雨天時は雨具をご準備くださ
い。

申込み 9月12日(金)から、電
話で文化財課へ

※1グループ3人まで申し込みでき
ます。

第23回鈴鹿市障がい者 ふれあい運動会

障がい福祉課 ☎382-7626 ☎382-7607

障がいのある方が、スポーツ
で親睦や交流を深めます。

※障がいのない方の参加やボラン
ティアの方も募集します。

と き 10月19日(日)10時～
15時

ところ 鈴鹿大学体育館(郡
山町663-222)

種 目 ボッチャ、玉入れ な
ど(7種目程度)

申込み 9月19日(金)までに、電
話で鈴鹿市障がい者団体連合
会事務局(坂 ☎382-3441)へ

9月の納税・納付

○国民健康保険料…3期

【納期限は9月30日(火)です】

ひがやう 人権尊重の輪

平成31年4月1日から全面施行された、「障
がいの有無にかかわらず誰もが共に暮らしやす
い三重県づくり条例」には、障がいの「社会モデ
ル」の考え方が反映されています。

「社会モデル」とは、障がいのある人が日常
生活などで受ける制限は、障がいによって生じ
るものではなく、社会のさまざまなバリア(社会
的障壁)との相互作用によって生じるものである
という考え方です。例えば、車いす使用者が
建物を利用しづらいと感じるのは、障がいが原
因ではなく、段差や、エレベーターがないこと
といった建物などの状況(社会の側)に原因があ
ると考えます。

また、令和3年4月には「高齢者、障害者等の

バリアフリーと学校施設

教育政策課 ☎382-9112 ☎383-7878 ✉koyoikuseisaku@city.suzuka.lg.jp
教育支援課 ☎382-9055 ☎382-9053 ✉koyoikushien@city.suzuka.lg.jp
人権政策課 ☎382-9011 ☎382-2214 ✉jinkenseisaku@city.suzuka.lg.jp

移動等の円滑化の促進に関する法律」の改正
法が施行され、一定規模以上の公立小・中学
校の新築や増築などをする際に、バリアフリー
基準への適合が義務づけられました。

本市は、この法律改正前から、校舎の新築時
にエレベーターを設置したり、既存施設にスロー
プを取り付けたりするなどして、バリアフリー化を
進めてきました。2・3月に完成した河曲小学校
屋内運動場や、白子中学校本館校舎には、車
いす使用者用トイレなどを設置しています。

今後も、全ての児童生徒が生き生きと安心し
て学習や生活ができる学校施設の実現に向け
て取り組んでいきます。