



催し物

プレママのつどい

こども政策課 ☎382-7661 ☎382-9054

妊娠中の方同士で子育てへの期待や不安を共有したり、先輩ママとの交流を通して産後の生活をイメージしたりして、安心して赤ちゃんを迎える準備をしましょう。

対 象 市内在住の妊娠中の方(2人目以降の方も)

と き 11月14日(金)9時30分～11時30分

ところ つどいの広場 プラス ドゥ元気っ子(長澤町1095 ☎371-0151)

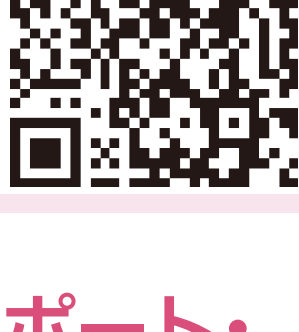
内 容 子育て支援事業の紹介、妊娠中の方同士の交流、先輩ママや赤ちゃんとの交流

定 員 10人(先着順)

参加料 無料

申込み 10月15日(水)9時から11月11日(火)までに、申込みフォームで

申込みフォーム



ファミリー・サポート・センター事業の提供会員養成講座

こども政策課 ☎382-7661 ☎382-9054

ファミリー・サポート・センターは、子育てを助けてほしい人(依頼会員)の要望に応じて、子育てを助ける人(提供会員)を紹介し、相互の信頼と了解の上、一時的にお子さんを預かる会員組織です。

※ファミリー・サポート・センターの運営業務は、本市が(特非)こどもサポート鈴鹿へ委託しています。

対 象 市内在住の方

※資格・年齢は問いません。

とき・内容

○11月5日(水)10時～15時30分:「こどもの権利」、「提供会員の役割と心得」、「子どもの発達とところ」

○11月6日(木)9時30分～15時30分:「子どもの病気」、「子どもの遊びと生活」

○11月7日(金)10時～15時30分:「虐待と社会的養護」、「小児看護」

○11月12日(水)10時～16時:「気になる子どもの支援」、「子どもの栄養」

○11月13日(木)9時30分～16時:「子どもの安全と対応」、「子育て支援の必要性」、「登録について」、「養成講座のまとめ」

ところ 男女共同参画センター

講 師 医師・臨床心理士 ほか

定 員 30人(先着順)

受講料 無料(テキスト代2,500円)

申込み・問合せ 電話またはファクスで鈴鹿市ファミリー・サポート・センター

(☎・☎381-1171)へ

ひとり親家庭のための日商簿記初級講習

こども政策課 ☎382-7661 ☎382-9054

対 象

○ひとり親家庭の親またはそのこども(独身30歳まで)

○寡婦・離婚前の方

と き 11月14日(金)～12月23日(火)

・昼コース:毎週火曜日全6回 10時～15時(昼休憩あり)

・夜コース:毎週火・金曜日全12回18時30分～20時30分

ところ 三重県母子・父子福祉センター 会議室(津市桜橋2-131 三重県社会福祉会館4階)

内 容

○簿記の基本原理・期中取引の処理・月次集計

○日商簿記初級検定合格のための受験対策・検定試験(任意・検定料別途必要)

参加料 無料(テキスト代1,100円)

申込み 三重県母子・父子福祉センターウェブサイトで

三重県母子・父子福祉センター



鈴鹿大学・鈴鹿大学 短期大学部公開講座 なぜ日本は外国人観光客に 人気があるのか ～新しい観光を創るために～

総合政策課 ☎382-9038 📠382-9040

2024年、日本を訪れた外国人観光客が史上最多になりました。なぜ日本は外国人観光客に人気があるのか。どうしたら外国人観光客を受け入れることができるのかを学びます。

と き 10月26日(日)10時30分～12時

ところ 鈴鹿大学・鈴鹿大学短期大学部(郡山町663-222)

講 師 ふる かわ あき ひろ 古川彰洋さん(鈴鹿大学教授)

定 員 50人(最少10人)

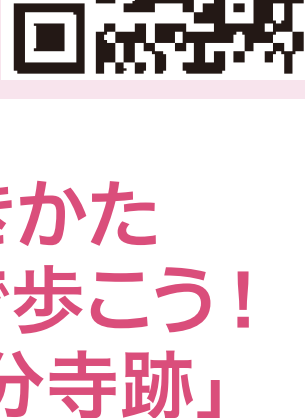
受講料 500円

申込み 10月22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



遺跡の歩きかた 「隅から隅まで歩こう！ 史跡 伊勢国分寺跡」

考古博物館 ☎374-1994 📠374-0986

「どのような遺跡だったのか」、「どのような意図で整備されたのか」など詳しく学びながら隅々まで歩きます。

と き 10月19日(日)13時30分から

※悪天候の場合は、26日(日)に延期する場合があります。

集 合 考古博物館ロビー

講 師 よし だ ま ゆ み 吉田真由美(考古博物館職員)

定 員 50人(先着順)

受講料 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 当日受付で

権利擁護講演会 「悩むより、備える！エンディング ノートで未来にゆとりを」

長寿社会課 ☎382-7935 📠382-7607

と き 10月25日(土)13時30分～15時(開場13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 エンディングノートの活用について、相続・遺言などの基本的な説明 など

※手話通訳があります。

講 師 なる かわ な み こ 生川奈美子さん(株アスト 代表取締役)

定 員 400人

参加料 無料

問合せ 鈴鹿市基幹型地域包括支援センターにじ(☎382-5233 📧chubu-houkatsu@suzuka-shakyo.or.jp)

匠の里・伊勢型紙フェスタ 2025

商業観光政策課 ☎382-9016 📠382-0304

と き 10月25日(土)9時～16時・26日(日)9時～15時30分

ところ 伝統産業会館、伊勢型紙資料館、伊勢型紙おおすぎ(白子3-8-6)、子安観音寺(寺家3-2-12)

内容・料金

○浮世絵伊勢型紙染めワークショップ(要予約):2,000円

○友禅型を使ったテーブルセンター染め体験:1,500円

○伊勢型紙ノート作り体験:500円

○伊勢型紙と鈴鹿墨による写仏・写経体験(要予約):2,000円

○なりきり伊勢型紙職人:1,000円

○キモノdeおさんぽ(要予約):1,500円

○お茶席(お菓子付き):500円

○伊勢型紙関連商品販売

○伊勢型紙地域ブランド展

ふしぎな型紙～辺数型～

○鈴鹿小紋デザインコンテスト一般投票

○名古屋友禅実演

○伊勢型紙彫刻実演

○型地紙(渋紙)製造の工場見学

○神戸高校「鈴鹿学」研究発表会

○すずかグルメ弁当、パンの販売

○キッチンカーでの販売

○スタンプラリー(5スポット、プレゼント贈呈)

○着物姿でまち歩き(お茶席券贈呈)

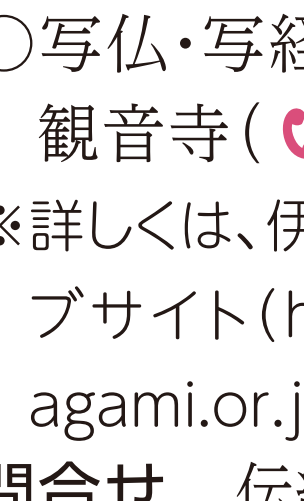
申込み

○伊勢型紙染めワークショップ:10月11日(土)10時から、QRコードで

伊勢型紙染め ワークショップ



○キモノdeおさんぽ:10月5日
(日)10時から、LINEで



キモノde おさんぽ

○写仏・写経体験:電話で子安
観音寺(☎386-0046)へ
※詳しくは、伊勢形紙協同組合ウェブ
サイト(<https://isekatagami.or.jp>)をご覧ください。
問合せ 伝統産業会館(☎386-
7511)

※「キモノdeおさんぽ」のみ横田木
材店(☎386-0033)

子育て応援講座「イライラ しない子育て講座」

こども家庭支援課☎382-9140 ☎382-9142

こどもとのより良いコミュニケーションで、子育てのイライラを
減らしましょう。

対 象 市内在住の未就学
児の保護者

と き 10月28日(火)14時～
15時30分

ところ 天名公民館 ホール

内 容 今すぐ実践できる

「子育てのコツ」を身につけ、
自信をつけます。

講 師 ^{やま なか き}山中希和さん(児童
家庭支援センターみだ 相
談員)

定 員 20人(先着順)

参加料 無料

申込み 10月24日(金)までに、
電話でこども家庭支援課へ

託 児 20人(申込時先着
順、生後3カ月～5歳、無料)

※りんりんでお預かりします。

講演会「^{こつ そ しょうしょう}骨粗鬆症に打ち 勝つための知識と対策」

地域医療推進課☎327-5030 ☎384-5670

10月20日は世界骨粗しょう
症デーです。予防や対策につ
いて講演します。

対 象 市内在住の方

と き 11月12日(水)13時15
分～14時30分

ところ ふれあいセンター

講 師 ^{やま した よし たか}山下佳孝さん(骨粗
鬆症マネージャー)

※骨粗鬆症マネージャーとは、骨粗
しょう症に関する専門知識を有し
た医療従事者です。

定 員 200人(先着順)

参加料 無料

申込み 電話で地域医療推
進課へ

※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。

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、患者の家族

と き 10月24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

※当日参加もできます。

※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。

健康力アップ教室

地域医療推進課☎327-5030 ☎384-5670

生活習慣病の予防には、バ
ランスの良い食事や運動が効
果的です。体験を通して、楽し
く学びましょう。

対 象 20歳～64歳の方

ところ 保健センター

定 員 各15人(先着順)

申込み 10月9日(木)から、申
込みフォームまたは電話で
地域医療推進課へ

◆運動編

と き 11月14日(金)10時～
11時30分

内 容 生活習慣病予防の
講話と運動体験

参加料 無料

※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。

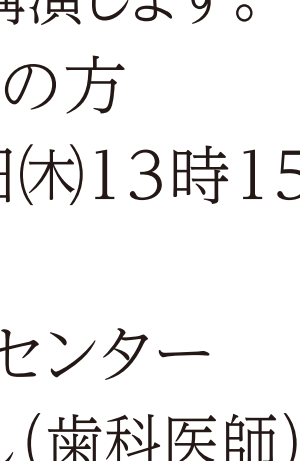
◆食生活編

と き 11月27日(木)10時～
13時

内 容 生活習慣病予防の
講話と調理実習

参加料 600円

申込み
フォーム



歯科医師による市民健康講座 「始めましょう! 健口生活」^{けんこう}

地域医療推進課☎327-5030 ☎384-5670

お口の健康と体に関わる影響に
ついて、わかりやすく講演します。

対 象 市内在住の方

と き 10月30日(木)13時15
分～14時30分

ところ ふれあいセンター

講 師 ^{かん ばら りょう}神原亮さん(歯科医師)

定 員 200人(先着順)

申込み 電話で地域医療推
進課へ

※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。

第35回鈴鹿医療科学大学 碧鈴祭(大学祭)^{へきれいさい}

地域医療推進課☎382-9291 ☎384-5670

と き 11月8日(土)・9日(日)10
時～17時(9日は16時まで)

ところ 鈴鹿医療科学大学
白子キャンパス(南玉垣町
3500-3)

内 容 学科発表、模擬店、学
生企画、音楽・お笑いLIVE、
キャラクターショー など

参加料 無料

問合せ 鈴鹿医療科学大学
学生課(☎340-0336)

<https://www.suzuka-u.ac.jp>)

きのこ観察会

環境政策課 ☎382-7954 📠382-2214

公園内を散策して、秋に生えるきのこを観察します。

※きのこ狩りではありません。

と き 10月25日(土)10時～12時

※小雨決行。悪天候などで中止する場合があります。

※午後から講師所属団体がきのこ分類作業を行います(自由参加)。

ところ ダイセーフオレストパーク

※集合場所など詳しくは、後日当選者に郵送します。

講 師 きのこウォッチングクラブMIE 会員

定 員 30人(応募者多数の場合は抽選)

参加料 無料

申込み 10月13日(月・祝)までに、申込みフォームで



申込み
フォーム

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 10月7日(火)から、直接

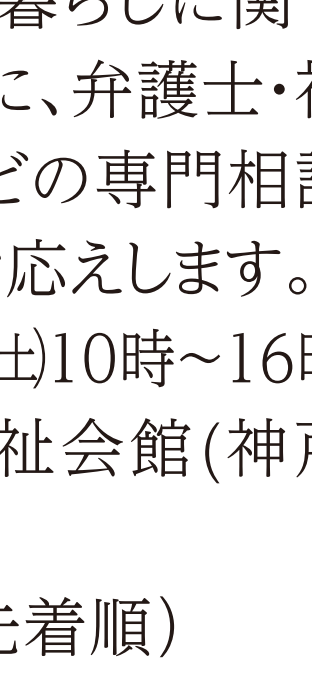
水泳場窓口または短期教室

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	参加料(円)	持ち物
きほんのヨガ	18歳以上の女性	11月5日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15人	1,100	ヨガマット
運動と英語のジューシー	未就園児(0～3歳)と保護者	11月11日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15組	1,450	—
チェアヨガ&チェアバレトン	18歳以上の方	11月12日(水)	13時～14時	水泳場スタジオ	15人	1,100	—
ウォーキングエアロ		11月17日(月)	11時～12時	水泳場会議室	20人	1,100	室内シューズ
はじめての腸活ヨガ	18歳以上の女性	11月18日(火)	11時～12時	水泳場会議室	15人	1,100	ヨガマット

申込み 10月31日(金)までに、

電話で暮らしホットステーションすずか(鈴鹿地区労働者福祉協議会事務所内

☎383-3358 火～金曜日

9時30分～15時)へ

暮らし何でも相談会

産業政策課 ☎382-8698 📠382-0304

賃金不払いや不当解雇、保険の見直しなど、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 11月1日(土)10時～16時

ところ 労働福祉会館(神戸地子町388)

定 員 20人(先着順)

参加料 無料

申込み 10月31日(金)までに、

電話で暮らしホットステーションすずか(鈴鹿地区労働者福祉協議会事務所内

☎383-3358 火～金曜日

9時30分～15時)へ

ポリテクセンター三重

12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(平日木曜または日曜日(月1回のみ))への参加が必要です。

期間・募集科

○12月2日(火)～令和8年5月29日(金):溶接技術科・住宅リフォーム技術科

○12月2日(火)～令和8年6月24日(水):電気施工技術科(企業実習付)

定 員 溶接技術科:12人、住宅リフォーム技術科:15人、電気施工技術科:13人(選考あり)

受講料 無料

申込み・問合せ 10月31日(金)までに、ポリテクセンター三重(☎320-2645)へ

※訓練期間中(電気施工技術科を除く)、無料で託児サービスを利用できます(要申込)。

本田技研工業(株)鈴鹿製作所

親子体験工場見学募集

産業政策課 ☎382-9045 📠382-0304

車の製造現場見学と環境学習(野鳥の巣箱づくり)の体験イベントを実施します。

対 象 市内在住の小学生とその保護者1人

集 合 11月3日(月・祝)ホンダアクティブランド13時10分(住吉町6731-2)

※バスで移動します。

見 学 13時30分～16時

定 員 40人(希望者多数の場合は抽選)

参加料 無料

申込み 10月24日(金)までに、参加者名・当日連絡がとれる電話番号・電子メールアドレスを、電子メール(suzuka-kengaku@spirit.honda.co.jp)で

問合せ 本田技研工業(株)鈴鹿製作所(豊島 080-9422-7338)

“みんなで！楽しみ学ぶ” 長太防災フェスティバル

地域協働課 382-8695 382-2214

と き 11月2日(日)

ところ 長太小学校

内 容 消防車との写真撮影

や防災手拭いを活用した講習、カレーの振る舞いなど、

楽しみながら学べます。

参加料 無料

主催・問合せ 長太地区まちづくり協議会(nagomachi-75@mecha.ne.jp)

※この事業は令和7年度鈴鹿市まちづくり応援補助金の交付を受けています。

鈴鹿ボランティアスクール

健康福祉政策課 382-9012 382-7607

対 象 市内在住・在勤の方、または近隣市町在住で本市でボランティア活動を行える方

と き

○講義:11月15日(土)・29日(土)、12月6日(土)・20日(土)13時30分～15時

○実技:令和8年1月10日(土)9時～15時(市内イベントに参加予定)

ところ 社会福祉センター(神戸地子町383-1)

内 容 ボランティアに関する基礎知識、ボランティア活動をしている方の体験談、福祉体験 など

講 師 ボランティア団体、個人で活動をしている方、鈴鹿市社会福祉協議会の職員

定 員 20人(先着順)

受講料 無料

申込み 11月7日(金)までに、電話で(福)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



かなしょう ず しょうたく しょくぶつ ぐん らく 金生水沼沢植物群落観察会

文化財課 382-9031 382-9071

と き 11月1日(土)9時(小雨決行)

ところ 金生水沼沢植物群落(地子町563・西條町675-1)

※徒歩・自転車など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、当日の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 10月17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。

インクルーシブマルシェ ～みんなこれでいいのだ～

ダイセーフォレストパーク
378-2946 378-9809

障がいの有無や国籍、性別に関係なく、誰もが五感を使って楽しみ、参加できるマルシェです。

と き 11月1日(土)10時～16時

ところ ダイセーフォレストパーク

※雨天時はスズカト1階総合研修館で実施します。

内 容 キッチンカー、雑貨、ワークショップ、音楽 など

特別ゲスト ウルフルケイスケさん

10月の納税・納付

○市県民税・森林環境税…3期

○国民健康保険料…4期

【納期限は10月31日(金)です】

鈴鹿地域職業訓練センター 講座案内(10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:12月15日(月)・16日(火)8時40分～17時 実技:12月17日(水)・18日(木)・19日(金) 8時40分～17時のいずれか1日を選択	1万6,005円	10月15日(水)
ガス溶接技能講習	12月23日(火)・24日(水)8時40分～17時	1万1,880円	10月22日(水)

※フォークリフト運転技能講習(10月・11月・令和8年1月コース)も
受付中です。

詳しくは電話で同センターへお
問い合わせください。

ひまげよう 人権尊重の輪

**企業と人権～
安心していきいきと
働くために～**

産業政策課 ☎382-7011 📠384-0868

📧 sangyoseisaku@city.suzuka.lg.jp

人権政策課 ☎382-9011 📠382-2214

📧 jinkenseisaku@city.suzuka.lg.jp

企業には、社会の一員として
基本的人権を尊重した行
動が求められます。近年は
特に「人権尊重」や「差別撤
廃」に対する取り組みが重
要視されてきています。

企業における人権課題と
しては、職場での差別やパワ
ハラ、セクハラ、採用に関す
る差別的な扱いなどが知ら
れています。厚生労働省が
2023年に実施した調査では、
過去3年間に勤務先でパワ
ハラを経験した人の割合は
19.3%、セクハラを経験した
人の割合は6.3%でした。

昨今、カスタマーハラスメ
ント(カスハラ)という言葉も
聞かれるようになりました。こ
れは、顧客や取引先からの
暴力的な要求や悪質なク
レームなどの著しい迷惑行
為のことを指します。企業に
とって、このカスハラへの対
応が、従業員の人権を守る
上で大きな意味を持つよう
になっています。

世界人権宣言と並んで現
代の人権の基礎となってい
る国際人権規約には、全て
の人が、人種、皮膚の色、性、
言語、宗教、政治的な意見・
その他の意見、国民的・社会
的出身、財産、出生または他
の地位などによるいかなる
差別も受けないことが明記
されています。誰もが安心し
て働くために、差別を受けな
い権利は、企業でも当然なが
ら尊重されなければなりません。

本市は「市内に雇用場の場
が確保され、安心していきい
きと働くことができる環境が
整っている」まちを目指して
います。誰もが自分らしく、充
実して働くことができる環境
づくりに努めていきましょう。