



催し物

鈴鹿市立幼稚園・ 小学校美術作品展

教育指導課 ☎382-9028 📠383-7878

と き 12月13日(土)・14日(日)
10時～17時、16日(火)10時～
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)2階
第1～3研修室

内 容 市立幼稚園5園・市
立小学校30校のこどもたち
の個性を生かした絵画やデ
ザインなどの美術作品を展
示します。

入場料 無料

鈴鹿市国民健康保険 「健康相談会」

保険年金課 ☎382-9401 📠382-9455

対 象 鈴鹿市国民健康保険
加入者

と き 令和8年1月15日(木)
14時～15時、15時～16時、
16時～17時

ところ スギ薬局西条店(飯
野寺家町856)

内 容 管理栄養士による個
別栄養相談、健康機器での健
康測定(体組成、骨強度、血
圧、血管年齢、脳年齢測定)

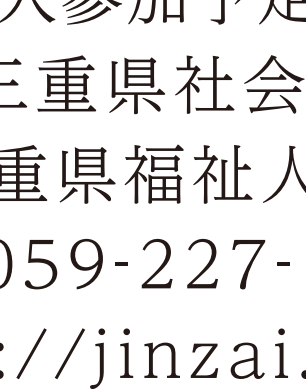
定 員 12人(1人につき20分
程度、1時間枠に最大4人)

※応募者多数の場合は抽選します。
結果などは、12月中旬に郵送で
通知します。

参加料 無料

申込み 11月10日(月)から28日
(金)までに、電話または申込み
フォームで保険年金課へ

申込み
フォーム



福祉の就職フェアinみえ

長寿社会課 ☎382-7935 📠382-7607

対 象 福祉・保育の仕事を
お探しの方

とき・ところ・参加法人数

○四日市会場:11月15日(土)13
時30分～15時30分、四日市
商工会議所 会議所ホール
(四日市諏訪町2-5)、30法
人参加予定

○津会場:12月14日(日)13時
30分～15時30分、プラザ洞
津「飛翔の間」(津市新町
1-6-28)、38法人参加予定

申込み・問合せ:三重県社会
福祉協議会 三重県福祉人
材センター(☎059-227-
5160 📠[https://jinzai.
miewel-1.com](https://jinzai.miewel-1.com))

つながろう 鈴鹿ネットワーク 公開講座

地域協働課 ☎382-8695 📠382-2214

「つながる」をテーマに、参加
者同士の交流を通して、まちづく
り活動の活性化のきっかけとなる
事業を行っています。

今年度は、生成AIを活用し
て、市民活動団体の課題解決
や活動の発展、デジタル人材の
育成を目的とした講座です。

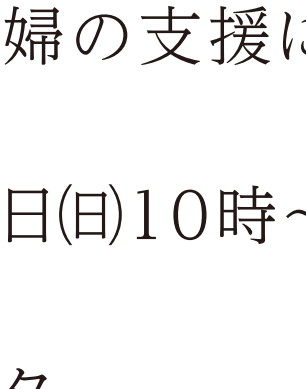
講 師 み し ゅ く じ ん 三宿仁さん(鈴鹿市
DX推進監)

定 員 各30人程度(先着順)

申込み 11月10日(月)9時から
11月28日(金)17時までに、市
ウェブサイト内の申込みフォー
ムで

※詳しくは、市ウェブサイト(ページ
番号1015792)をご覧ください。

市ウェブサイト



◆はじめての生成AI

対 象 現在市民活動をされ
ている方のうち、生成AIに興
味・関心はあるが使ったこと
のない方 など

と き 12月13日(土)13時30分
から

ところ 市役所本館12階
1203大会議室

◆“使えるAI”にレベルアップ! 市民活動で生かす生成AI

対 象 現在市民活動をされ
ている方やこれから活動して
いきたいと思っている方のう
ち、生成AIを使用したがあ
ったような回答が得られな
かった経験がある方 など

と き 12月14日(日)9時30分
から

ところ 男女共同参画センター
ホール

こころの健康セミナー 「出産前後をこころ穏やか に過ごすコツ」

こども保健課 ☎382-2252 📠382-4187

妊娠中や出産後は落ち込ん
だり、イライラしたりと体だけ
でなく心にもさまざまな変化が
起こります。妊産婦とその家
族・支援者に知ってほしい、
心を穏やかに過ごすコツ、
体と心をほぐす体操をお伝
えます。

対 象 市内在住の妊産婦と
その家族、妊産婦の支援に
関わる方

と き 11月30日(日)10時～
11時30分

ところ 保健センター

内 容 助産師による講話、
体と心をほぐす体操

定 員 20組(先着順)

参加料 無料

申込み 母子手帳アプリ(母
子モ)、電話または直接こ
ども保健課へ

12月のスズカトイベント

スズカト ☎378-9811 📠378-9809

◆Let's play! タスポニー①

柔らかいスポンジボールを手のひらで打つ、テニスに似たスポーツです。

対 象 中学1年生～65歳

と き 12月6日(土)13時30分～15時30分

定 員 20人(先着順)

参加料 2,200円

◆こんなこと・あんなこと森のデザイナー

対 象 年中～小学6年生

と き 12月13日(土)10時～15時

定 員 15人(先着順)

参加料 1,650円

◆ともしびファミリーキャンプ

対 象 家族

と き 12月20日(土)9時15分～21日(日)13時30分(1泊2日)

定 員 10組(先着順)

参加料 3歳まで:5,000円、
4歳～小6年生:6,000円、
中1～高3年生:7,700円、
19歳以上:8,700円

※詳しくは、スズカト体験Instagram
をご確認ください。

スズカト体験
Instagram



SUZUKA_TO_SUZUKATO

ジェフリーふえすた2025 “らしさ”とは?～自分の “らしさ”が〇〇を変える～

男女共同参画課 ☎381-3113 📠381-3119

と き 12月13日(土)10時～16時

ところ 男女共同参画センター

参加料 無料

◆基調講演「シュフがデザインする笑顔のカタチ～私たちらしい家族とは!?～」

時 間 13時30分～15時
(13時受付開始)

講 師 なかむら 中村シュフさん
(主夫・家政アドバイザー)

定 員 140人(先着順、うち
48人は
センター内サテライト会場での視聴)

託 児 5人まで(先着順、無料、6カ月～
未就学児、11月28日(金)までに要申込)

◆草の根ドキュメンタリー映画上映

「映画〇月〇日、区長になる女。」

◆体験プログラム「チャレンジザポップコーン」

グループ(家族など)でポップコーン作り体験

◆ワークショップ

・クリスマスのおたのしみ～アレンジメント・オーナメントを作ろう～

・UVビーズと貝殻ストラップ

・木のサイコロストラップ

◆展示・朗読劇「なんてったって平和がいちばん」

戦争と平和について考える
展示や紙芝居 など

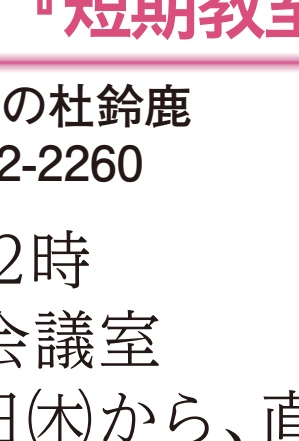
◆食育体験「地元産小麦粉(あやひかり)でナンをつくろう」

カレーとともに実食!

申込み 11月11日(火)9時から、
市ウェブサイト内の申込みフォームで(基調講演、託児および一部の企画は要申込)

※各企画内容など詳しくは、市ウェブサイト(ページ番号1015715)をご覧ください。

市ウェブサイト



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

時 間 11時～12時

ところ 水泳場 会議室

申込み 11月6日(木)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)

教室名	対象	日程	定員	参加料	持ち物
運動と英語のジューシー	未就学児(0～3歳)と保護者	12月9日(火)	15組	1,450円	
さほんのヨガ	18歳以上の女性	12月17日(火)	15人	1,100円	ヨガマット
はじめての腸活ヨガ		12月23日(火)	15人	1,100円	

短期教室
申込み
フォーム



税を考える週間

市民税課 ☎382-9446 📠382-7604

国税庁は、毎年11月11日から17日までを「税を考える週間」としています。暮らしを支える税について、この機会に考えてみませんか。

※インターネット番組「Web-TAX-TV」で、税に関する情報や国税庁の取り組みを紹介しています。

※詳しくは、国税庁ウェブサイト (<https://www.nta.go.jp>) をご覧ください。

◆表彰式・展示

と き 11月9日(日)12時30分～15時45分

ところ 鈴鹿ハンター1階

センターコート(算所2-5-1)

内 容

○「小学生の税に関する習字・絵はがきコンクール」表彰式・入賞作品展示

○「中学生の税についての作文・標語」表彰式・入賞作品展示

○税理士による無料税務相談

○税に関するポスター掲示および各種パンフレット配布

※作品展示は、11月10日(月)から24日(月・休)まで、鈴鹿ハンター1階東入口特設会場で行います。

問合せ (公社)鈴鹿法人会 (☎383-7561 土・日曜日、祝日を除く9時～17時)

ひとり親のつどい

こども政策課 ☎382-7661 📠382-9054

ひとり親ならではの悩みを共有したり、お子さんを遊ばせたりして、気軽に話せる仲間をつくりませんか。

対 象 0歳から18歳までの子を持つ、ひとり親または離婚を考えている方

と き 11月29日(土)13時～14時30分

ところ 子育て応援館(白子駅前6-33 ☎387-6125)

定 員 15人程度(先着順)

参加料 無料

申込み 11月5日(水)から21日(金)までに、申込みフォームで

申込みフォーム



親子で残光ガラス作り体験教室

総合政策課 ☎382-9038 📠382-9040

親子でガラスの歴史と科学技術を学ぶとともに、電子天秤の操作や物質の高温時の融解と冷却時の凝固(結晶化やガラス化)を観察し、アクセサリーになる残光ガラスづくりを体験します。

対 象 中学1～3年生と保護者1人

と き 12月6日(土)・7日(日)

・午前の部:9時～12時

・午後の部:13時～16時

ところ 鈴鹿工業高等専門学校材料工学科棟2階 SHAREII

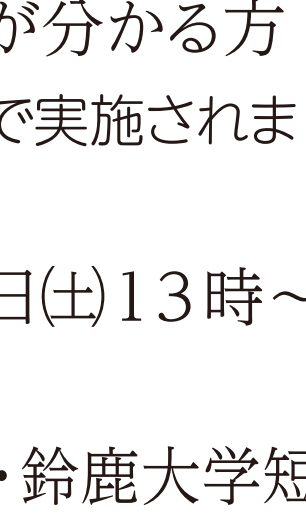
定 員 各回4組(全16組)

申込み 10月28日(火)から11月10日(月)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総務企画係 (☎368-1717 📧chiiki@jim.suzuka-ct.ac.jp)

鈴鹿高専ウェブサイト



KOSEN 水素ビジョン2025 in 鈴鹿サーキット

総合政策課 ☎382-9038 📠382-9040

全国の高専が連携し、水素社会の実現に向けた最先端技術を紹介します。水素ロケット教室やロボット展示など、こどもから大人まで楽しめる企画が満載です。

と き 11月22日(土)・23日(日)

ところ 鈴鹿サーキット(稲生町7992)

※入場には別途料金が必要です。ただし、16歳から23歳までは事前申込みで無料です。

問合せ 鈴鹿工業高等専門学校総務課総務企画係 (☎368-1711 📧chiiki@jim.suzuka-ct.ac.jp)

※詳しくは、イベント公式ウェブサイトをご確認ください。

イベント公式ウェブサイト

鈴鹿大学・鈴鹿大学短期大学部 公開講座「強制収容所の俳句～カナダ ブリティッシュコロンビア州の強制収容所をめぐる～」

総合政策課 ☎382-9038 📠382-9040

カナダ南西部ブリティッシュコロンビア州の強制収容所を紹介し、その収容所で書かれた俳句について話し合います。

対 象 18歳以上で日常会話レベルの英語が分かる方

※本講座は全編英語で実施されます。

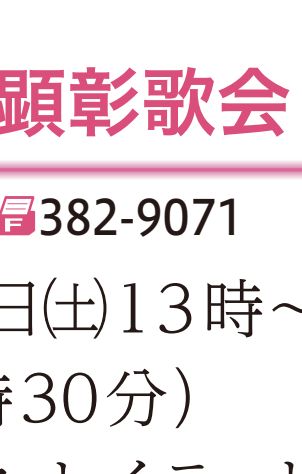
と き 11月22日(土)13時～14時30分

ところ 鈴鹿大学・鈴鹿大学短期大学部(郡山町663-222)

講 師 アントニオ ジャン ピ

エールさん(鈴鹿大学教授)
定員 15人(最少5人)
受講料 500円
申込み 11月19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(☎372-2121
✉soumu@suzuka.ac.jp)

申込みフォーム



第54回信綱祭 顕彰歌会

文化財課 ☎382-9031 ☎382-9071

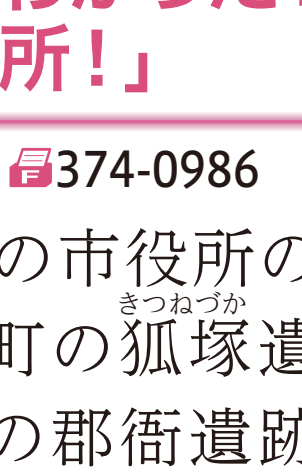
とき 11月22日(土)13時～
16時(開場12時30分)
ところ ハヤシユナイテッド
文化ホール鈴鹿(文化会館)
内容 受賞者の表彰と選者
の佐佐木頼綱さん、佐佐木
定綱さんによる講評
参加料 無料
申込み・問合せ 11月8日(土)
までに、佐佐木信綱顕彰会
の電子メール(✉nobu24
@mecha.ne.jp)で
※最新情報は、同会ウェブサイト
(📄http://nobutsuna-karuta.org)
をご覧ください。

第10回オセロ大会

文化振興課 ☎382-7619 ☎382-9071

対象 小学生とその家族
とき 12月14日(日)10時～
12時
ところ 市役所別館第3
2階 会議室
内容 オセロで対戦し、成
績に応じて順位をつけます
(参加賞あり)。
定員 小学生50人、中学生
以上20人(先着順)
参加料 800円(保険加入含む)
申込み 11月5日(水)から20日
(木)までに、申込みフォームで

申込みフォーム



特別展「ここまでわかった！ 古代の市役所！」

考古博物館 ☎374-1994 ☎374-0986

郡衙という古代の市役所の
遺跡である、国分町の狐塚遺
跡を中心に、各地の郡衙遺跡
の発掘調査成果を紹介します。
期間 11月29日(土)～令和
8年2月8日(日)9時～17時
ところ 考古博物館 特別展
示室
観覧料
○一般・学生：200円(特別展
のみまたは常設展のみ)、
300円(特別展・常設展共
通)
○小・中学生：特別展のみは
無料、常設展は100円
※団体(20人以上)の場合は50円
引きです。

※障がい者手帳などをお持ちの方
と付き添いの方1人、70歳以上、
未就学児は無料です(要証明書
類)。
※市ウェブサイトで休館日をご確
認ください。

◆特別展関連連続講座「発掘 された郡衙遺跡」

各地の郡衙遺跡の発掘調査
の成果についてお話しします。

ところ 考古博物館 講堂
定員 各50人(先着順)
聴講料 無料

※参加者は、当日のみ特別展・常設
展を無料で観覧できます。

申込み 当日窓口で

○志太郡衙跡(静岡県)

とき 11月29日(土)13時
30分から

講師 岩木智絵さん(藤枝
市郷土博物館・文学館)

○岡遺跡(滋賀県)

とき 12月6日(土)13時30
分から

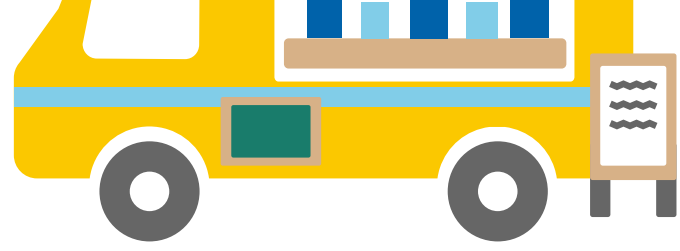
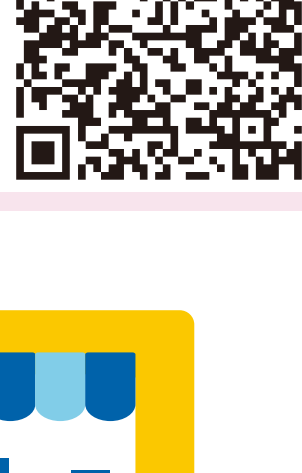
講師 雨森智美さん(栗東
市教育委員会)

鈴鹿フラワーパーク フェスタ2025

市街地整備課 ☎382-9025 ☎382-7615

とき 11月23日(日)10時～
14時(雨天決行)
ところ 鈴鹿フラワーパーク
(加佐登町1690-1)
内容 新鮮野菜の販売、バ
ンド演奏、保育園児のダン
ス、模擬店、白バイ・パトカー
の展示、ふわふわドーム、輪
投げ、射的、似顔絵、ストラッ
クアウト、キッチンカー、ワー
クショップ など
※天候などにより変更する場合が
あります。
共催 加佐登地区まちづく
り協議会
※駐車場には限りがありますので、
公共交通機関を利用してお越し
ください。
※荒神山観音寺北側と三重県農業
研究所の駐車場は、加佐登地区
の住民専用のため、駐車券の提
示が必要です。
※詳しくは、市ウェブサイト(ページ
番号1015619)をご覧ください。

市ウェブサイト



(一社)日本薬膳学会 市民公開講座 「薬膳とわたし」

地域医療推進課 ☎382-9291 ☎384-5670

講師自身の経験を踏まえた薬膳の魅力について講演します。お楽しみの「健美薬膳弁当」もあります。

と き 12月7日(日)10時30分から(受付9時30分から)

ところ 鈴鹿医療科学大学
白子キャンパス 6号館(南玉垣町3500-3 駐車場あり)

講 師 麻木久仁子さん(タレント)

定 員 400人(当日先着順)

参加料 無料

問合せ 日本薬膳学会事務局
(☎384-9211 土・日曜日、祝日を除く9時～17時)



◆健美薬膳弁当(事前予約制)

参加者で希望する方は購入できます。

料 金 1,500円

※当日お支払いください。

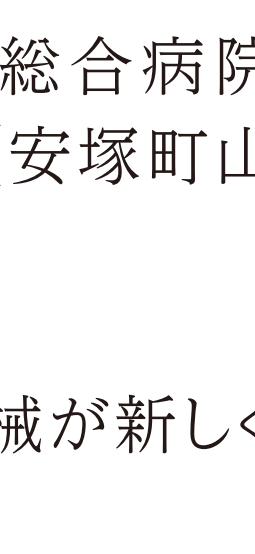
販売数 300個(先着順)

申込み 11月21日(金)までに、
電話で日本薬膳学会事務局へ

※当日午後に学術総会(教育・海外特別講演など)が開催されます。

詳しくは、日本薬膳学会ウェブサイトをご覧ください。

日本薬膳学会
ウェブサイト



鈴鹿中央総合病院 第17回がん市民公開講座

地域医療推進課 ☎382-9291 ☎384-5670

と き 11月22日(土)14時～16時

ところ 鈴鹿中央総合病院
北館2階 講義室(安塚町山之花1275-53)

内 容

○放射線治療の機械が新しくなります

○リンパ浮腫ケアについて知ろう～症状の改善で心地よい暮らしを手に入れませんか?～

定 員 100人程度(当日先着順)

参加料 無料

問合せ 鈴鹿中央総合病院
総務課(玉岡 ☎382-1311)

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 12月26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。

ヴィアティン三重を応援しよう!

スポーツ課 ☎382-9029 ☎382-9071

市内在住・在勤・在学の方を無料招待します。

とき・内容

○11月22日(土)・23日(日)

・女子バレーボール(VS倉敷アブレイズ)

・バスケットボール(VS東京ユナイテッド)

○12月6日(土)・7日(日)

・男子バレーボール(VSフラッグラッド鹿児島)

・バスケットボール(VSアースフレンズ東京Z)

ところ AGF鈴鹿体育館

問合せ ヴィアティン三重事務局
(☎0594-87-6009)

※詳しくは、各公式ウェブサイトをご覧ください。

女子バレーボール



バスケットボール

男子バレーボール

親子野球スクール

スポーツ課 ☎382-9029 ☎382-9071

Honda鈴鹿硬式野球部の現役選手やOB選手の指導のもと、ティーボールなどを使って親子で野球の基本を楽しく学びます。こどもたちの運動能力の向上や、スポーツを楽しむ心を育てます。

対 象 小学1～3年生とその保護者

と き 12月7日(日)～令和8年2月8日(日)10時～12時(12月28日(日)、令和8年1月4日(日)を除く毎週日曜日全8回、予備日なし)

ところ Hondaアクティブランド 室内野球練習場(住吉町6731-2)

定 員 親子40組(先着順)

参加料 1組4,000円(保険料含む)

※子1人追加につき3,800円、大人1人追加につき200円がかかります。

申込み・問合せ 11月6日(木)から22日(土)まで(11月9日(日)・10日(月)・15日(土)・16日(日)を除く9時～17時)に、参加料を持参の上、(特非)鈴鹿市スポーツ協会(AGF鈴鹿体育館2階 ☎399-7120)へ

小学生ランナー募集 (第19回市町対抗駅伝 小学生選考会)

スポーツ課 ☎382-9029 ☎382-9071

と き 11月29日(土)9時(競技開始予定)

ところ AGF鈴鹿陸上競技場

内 容

○選考会:男子5・6年生2000m、女子5・6年生1500m(市内在住者のみ)

○小学3・4年生の部:男子・女子1000m

※選考会は、令和8年2月15日(日)開催の「第19回美し国市町対抗駅伝」に参加可能な上位男女3人ずつを選出する予定です。

※小学3・4年の部は、選考会ではありません。

※詳しくは、鈴鹿市陸上競技協会ウェブサイトの大会要項をご覧ください。

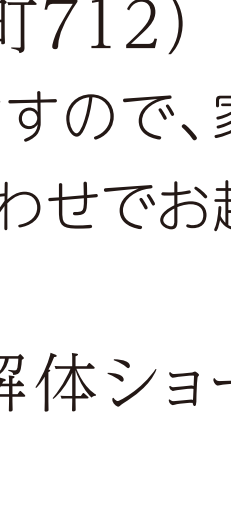
参加料 無料

申込み 11月6日(木)から12日(水)までに、専用エントリーフォームで

問合せ 鈴鹿市陸上競技協会(🏠<https://suzukark.sakura.ne.jp/>
✉infosuzuka@suzukark.jp)

専用エントリー

フォーム



いちばの朝市

農林水産課 ☎382-9017 ☎382-7610

と き 12月7日(日)7時～11時

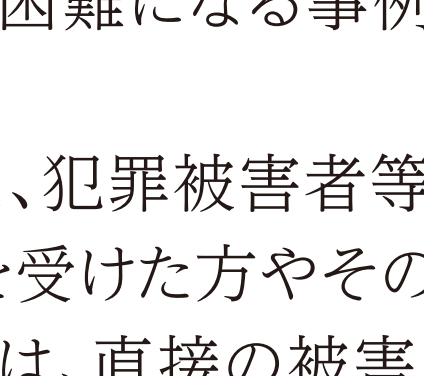
ところ 北勢地方卸売市場(四日市市河原田町712)

※当日は大変混雑しますので、家族や友人など乗り合わせでお越しください。

内 容 マグロの解体ショーや模擬競りなど

※野菜・果実・鮮魚・魚介類などの購入もできます。

問合せ 北勢地方卸売市場管理事務所
(☎059-347-8111)



11月の納税・納付

○国民健康保険料…5期

【納期限は12月1日(月)です】

ひげよう 人権尊重の輪

「考える」ことから始める

犯罪被害者支援

交通防犯課 ☎382-9022 ☎382-7603

✉kotsubohan@city.suzuka.lg.jp

人権政策課 ☎382-9011 ☎382-2214

✉jinkenseisaku@city.suzuka.lg.jp

もし犯罪や事件などに巻き込まれたら、私たちの生活はどのように変わってしまうのでしょうか。

犯罪被害に遭うと、精神的・身体的に大きな影響を及ぼし、それが原因でフラッシュバックを起こして精神的に追い詰められ、日常に戻ることがより困難になる事例もあります。

また、犯罪被害者等(犯罪被害を受けた方やその家族・遺族)は、直接の被害に加えて、心ないうわさや中傷、メディアによるプライバシー侵害、捜査・裁判への精神的負担、経済的困窮など、さまざまな「二次被害」という人権侵害を受けることがあります。

このように犯罪の被害に遭った人が一日も早く平穏な暮らしを取り戻すためには、周囲の人たちが、犯罪被害者等が置かれた状況を理解することが大切です。

国では、犯罪被害者等基本法の成立日である12月1日を含む1週間(11月25日から12月1日まで)を「犯罪被害者週間」と定め、全国的に啓発事業を実施しています。

本市でも、令和3年4月に「鈴鹿市犯罪被害者等支援条例」を施行し、犯罪被害者等が受けた被害の回復と軽減を図るとともに、社会全体で犯罪被害者等を支え、安全で安心して暮らすことができます社会の実現を目指しています。

この機会に、犯罪被害者等への理解を深め、私たちができる支援を考えてみませんか。



犯罪被害者等支援シンボルマーク
ギョッとちゃん