



｜ 特集 ｜ 令和8年度 施政方針

**Pick UP Suzuka** ピックアップ  
すずか

- ・広報すずかリニューアル
- ・モータースポーツイベント
- ・国際交流事業

- 8 Infomation インフォメーション
- 17 子育てルーム
- 18 HEALTH+ ヘルスプラス
- 21 まちの掲示板
- 22 相談/図書館/考古博物館/公共施設予約システム
- 23 鈴鹿市の情報発信/ひろげよう人権尊重の輪/  
手と手どころをつなぐ

公式LINEの友だち追加で  
広報発行をお知らせ！



# 令和8年度 施政方針

誰もが「住みたい」  
「住み続けたい」と思えるような、  
「最高に住みやすいまち」の  
実現に向け、鈴鹿の未来に  
大きな希望を紡いでまいります。



令和7年度は未来への種まきを行った、大きな節目となる一年でした。  
東京事務所を設置し、首都圏での経営資源の獲得や、鈴鹿市の魅力を発信するシティプロモーションを行ってきました。  
また、未来を担う子どもたちが将来に夢と希望を持って生きていけるよう鈴鹿市子ども条例を施行しました。  
新たに迎える令和8年度

は、市民の皆様が住みやすさを実感できるよう、また種を芽吹かせ大きな実りへと結びつける「飛躍の一年」にまいります。  
**人口減少対策**  
まちの活力は人にあります。次代を担う子どもたちが健やかに育ち、質の良い教育を受けられる環境を整えることは、本市の未来を支える確かな基盤づくりにほかなりません。本市は民



昨年4月に施行した  
鈴鹿市子ども条例



鈴鹿を盛り上げてくれる  
すずかプロモーション部の部員

間機関の調査で共働ぎで子育てしやすいまちとして令和4年以降連続で非常に高い評価を受けています。さらに、鈴鹿市子ども条例の理念のもと、全ての子どもが将来に夢と希望をもって生きることができるとして社会の実現を目指します。  
また、本市の強みであるものづくりの技術やモータースポーツをはじめとする地域資源などを生かし、地域経済に新たな賑わいと活力を呼び込むため、その魅力を市内外に向けて積極的に発信し、シビックプライドの醸成や東京事務所を核とした首都圏での関係人口づくりをさらに進め、「選ばれるまち・鈴鹿」の実現を目指します。  
**DXの推進**  
行政のさまざまな分野で積極的にデジタル技術を取り入れ市民サービスの質を飛躍的に高め、より良い暮らしと持続可能な社会の実現に向けた変革を着実に進めてまいります。

## ▼「書かない窓口」の実現や 行政手続きの オンライン化を進めます

「書かない窓口」は、マイナンバーカードなどの情報を自動で読み取ることにより、窓口での申請書の記入が不要となり、手続きの負担を軽減する仕組みです。市民生活の利便性向上と行政事務の効率化を図るため、書かない窓口の実現に向けた調査検討を行います。

また、行政手続きのオンライン化や生成AIなど、デジタル技術を活用し、より質の高い行政サービスを提供できるよう、更なるDXの推進に取り組んでいきます。



# 人口減少対策

## ▼こどものための計画 「鈴鹿市こども計画」の 策定を始めます

こどもの権利を守り、社会全体でその健やかな成長を支え合うため、本市では、令和7年4月に「鈴鹿市こども条例」を施行いたしました。

本条例の理念のもと、こどもの意見を尊重し、こどもの最善の利益を第一に考える「こどもまんなか社会」をより確かなものとするため、こども施策を総合的かつ計画的に推進するための指針となるものが鈴鹿市こども計画です。

計画の策定に当たり、こどもや若者の声を丁寧に聴き取り、共に考え、こどもたちの未来をより良いものとするため、その声を計画に反映していきます。



## ▼ごみ出しが困難な 高齢者や障がい者の方を 対象に戸別収集 「ふれあい収集」を 開始します

「ふれあい収集」は、福祉サービスのの一環として、在宅生活を送る高齢者や障がい者の方のうち、ごみ集積所までごみを持っていくことが困難な方に対し、職員が戸別に訪問し、ごみを収集する制度です。

対象となるのは要介護3以上の認定を受けた方、身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳2級以上、療育手帳Aをお持ちの方で、単身か世帯全員が先の要件に当てはまる方です。

この制度により利用者の負担を軽減し、住み慣れた地域での暮らしをサポートしてまいります。

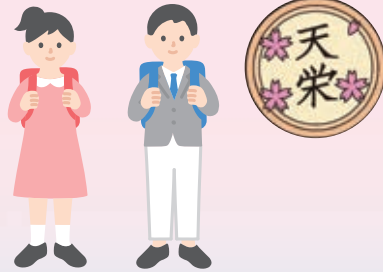


この特集に関するお問い合わせは総合政策課

☎059-382-9038 📠059-382-9040 ✉sogoseisaku@city.suzuka.lg.jp

## ▼ 天栄小学校開校

合川小学校、天名小学校、郡山小学校を再編し、天栄小学校を開校しました。天栄小学校での取り組みを通じて将来の義務教育学校への移行につなげていきます。



## ▼ 学校トイレの洋式化

鈴鹿市公共建築物個別施設計画に記載されている学校トイレの洋式化を着実に進めていくことにより、教育環境の更なる充実を図ります。児童生徒の快適な学校生活を支えるため、改修工事の前倒し等も視野に入れながら検討を進めていきます。



**ビジョン 1**  
子どもが輝き  
人と文化を  
育むまち

## ▼ 終活情報の登録

核家族化などにより、頼れる身寄りのない高齢者が増加傾向にあることから、緊急連絡先などをあらかじめ決めておく終活情報の登録などの支援を行います。

## ▼ 「がん」への対策強化

国民病とも言われる「がん」への対策として、市内基幹病院のがん診療機器の整備に対する支援を拡充し、誰もが高度な医療を受けられる体制を確保します。合わせて、40歳未満のがん患者の方が自宅で自分らしく安心して日常生活を送れるよう、在宅療養に係る経済負担の軽減を図ります。



## ▼ 防災・減災力の強化

防災DXを加速させるため、新たな「総合防災情報システム」を導入し、令和10年度の運用開始に向け整備を進めます。また、南海トラフ地震の被害想定の見直しなどを踏まえ、ハザードマップを更新します。

## ▼ 道路ネットワークの構築

市民生活や産業活動を支える幹線道路は、災害時の避難や物資輸送の生命線です。本年3月に磯山バイパスが全線開通し、中勢バイパスとつながり新たな道路ネットワークが構築されます。

今後は、「汲川原橋徳田線2期事業」の整備や、「鈴鹿亀山道路」、「鈴鹿四日市道路」の早期整備の要望活動を行い、道路網の充実に取り組みます。

**ビジョン 2**  
健やかに  
いきいきと  
暮らせるまち

4車線化を進めている  
汲川原橋徳田線2期事業



市総合計画  
2031  
ビジョン

**ビジョン 3**  
生命と財産を  
守り抜ける  
安全・安心のまち



### 持続可能なまちづくりのための計画策定に着手します

少子高齢化に伴う人口減少が進む中、持続可能な都市構造を維持するため、コンパクトなまちづくりを推進する「立地適正化計画」を策定し、あわせて、まちづくりと連携した地域公共交通ネットワークを構築する「鈴鹿市地域公共交通計画」の改定に着手します。

### 環境衛生施設の計画的な更新を進めます

現在事業を進めているクリーンセンターの整備をはじめ、斎苑の改築、清掃センター、不燃物リサイクルセンターの更新に向けて計画的な検討を行います。



クリーンセンター完成イメージ図

ビジョン 4  
自然と調和し  
快適な都市環境を  
未来へつなぐまち

ビジョン 5  
持続可能な  
産業の発展と  
にぎわいや交流が  
生まれるまち

鈴鹿  
6つの

ビジョン 6  
みんなで支える  
自分らしく  
生きるまち

### 大都市圏でのシティプロモーションで経営資源獲得を

東京事務所を拠点に、国や民間企業、大学などのネットワークづくりを一層進めることで、移住・定住の促進や関係人口の拡大、企業誘致など、更なる経営資源の獲得に向けて戦略的に取り組みます。



首都圏でのシティプロモーション

### もっとUーリターン就職を。大阪での就職フェア実施

昨年まで東京で開催していた就職フェアを大阪でも実施します。関西在住の若者をはじめ、幅広い世代にアプローチし、鈴鹿市での就職、移住・定住への流れを作ります。



### 農業者を支援し、持続可能な農林水産業の実現を

スマート農業など新たな技術の導入、また、お茶などの特産物や新たな作物の栽培に挑戦する農業者を支援し、地産地消の推進を図ります。



### 大学や企業と連携し政策課題の解決を

学官連携による市内の高等教育機関や包括連携協定を締結している愛知大学など、民間の視点や若い世代の発想を広く市政に取り入れながら「市民力の向上」と「行政力の向上」を図ります。



愛知大学の学生による政策提案発表

広報すずか  
リニューアル見やすく！ つながりやすく！  
広報すずかの紙面をリニューアルしました広報すずか  
リニューアル

情報政策課 ☎059-382-9036 📠059-382-2219 ✉johoseisaku@city.suzuka.lg.jp

今まで載っていた  
情報をそのまま！  
紙面はコンパクトに！

- 開催日や場所などよく使う表記を省略記号にして省紙面化。
- 記事の内容を短くまとめました。

発行は毎月5日の  
月1回に

- 従来の5日号と同じ発行日です。



子育てルームの新設

- 子育て情報を分かりやすく掲載。

健康館は  
ヘルスプラスに

- がん検診や健康づくりの情報を分かりやすく掲載。



読みやすいレイアウト

- 紙面を右綴じにして、縦書きを取り入れることで、メリハリのある紙面づくり。



QRコードからウェブサイトなどへアクセスできる！

- 紙面の内容をウェブサイトにも掲載し、行事の申し込みや申請書類へのアクセスがしやすくなります。

広報すずかの  
リニューアルに関する  
アンケート

情報局は「まちの掲示板」に



広報すずかを閲覧できる電子媒体の導入

※4月以降に導入予定です

## 広報すずかリニューアル 見やすい、読みやすい、紙でも、電子でも

「広報すずか」は、これからも「誰もが読みやすく、役に立つ」を追求し、市民の皆様の暮らしに寄り添う広報紙であり続けます。新しい「広報すずか」にどうぞご期待ください。

「この度、「広報すずか」は、皆様に市政情報をより分かりやすく、そして身近にお届けするため、この4月号より紙面デザインを刷新し、発行回数を月1回に変更いたしました。昭和27年5月、「鈴鹿市報」として産声を上げて以来、形を変えながら、70年以上にわたり市民の皆様をつないできた「広報すずか」は、時代とともに進化を重ねてまいりました。

今回のリニューアルは、スマートフォンをはじめとする社会のデジタル化の進展や、令和6年に実施した市民アンケートの結果を踏まえたことです。これまで月2回だった発行を月1回に変更しますが、掲載する記事の本数は維持します。特に注目いただきたいのは、デジタルとの連携強化です。紙面には、誰もが知りたい基本情報を掲載します。さらに、QRコードからウェブサイトなどへアクセスすることで、より詳しい情報や動画などをご覧いただけます。また、紙面とデジタルを効果的に使い分けることによって、幅広い世代の皆様が、それぞれのニーズに合わせた情報提供を行います。

「この度、「広報すずか」は、皆様に市政情報をより分かりやすく、そして身近にお届けするため、この4月号より紙面デザインを刷新し、発行回数を月1回に変更いたしました。昭和27年5月、「鈴鹿市報」として産声を上げて以来、形を変えながら、70年以上にわたり市民の皆様をつないできた「広報すずか」は、時代とともに進化を重ねてまいりました。

今回のリニューアルは、スマートフォンをはじめとする社会のデジタル化の進展や、令和6年に実施した市民アンケートの結果を踏まえたことです。これまで月2回だった発行を月1回に変更しますが、掲載する記事の本数は維持します。特に注目いただきたいのは、デジタルとの連携強化です。紙面には、誰もが知りたい基本情報を掲載します。さらに、QRコードからウェブサイトなどへアクセスすることで、より詳しい情報や動画などをご覧いただけます。また、紙面とデジタルを効果的に使い分けることによって、幅広い世代の皆様が、それぞれのニーズに合わせた情報提供を行います。

鈴鹿市長  
末松 則子

モーター  
スポーツ  
イベント

## 鈴鹿8耐に無料招待！ 16-23ZERO円パス

鈴鹿8耐  
「16-23ZERO円パス」特設サイト



観光・モータースポーツ局 ☎059-382-9020 ☎059-382-0304 ✉kankomotorsports@city.suzuka.lg.jp

7月3日(金)から5日(日)まで、「鈴鹿8時間耐久ロードレース」が鈴鹿サーキットで開催されます。

鈴鹿サーキットでは、16歳～23歳を対象に、鈴鹿8耐を無料で体感できる「16-23ZERO円パス」を実施します。レース観戦に加え、アトラクションやプール、音楽フェスなど、鈴鹿サーキットならではの多彩なコンテンツをお楽しみいただけます。世界最高峰のモータースポーツの熱気を間近で感じながら、この夏鈴鹿サーキットで最高の思い出をつくりませんか。



▲2025鈴鹿8時間耐久ロードレース

### 日時・申込方法

- |   |                                    |
|---|------------------------------------|
| <b>対</b> 2002年7月6日～2011年4月1日生まれの方   | <b>料</b> 無料                        |
| <b>日</b> 令和8年7月3日(金)～5日(日)  | <b>申</b> 4月26日(日)11時～7月5日(日)15時30分 |
| <b>所</b> 鈴鹿サーキット  | 鈴鹿8耐「16-23ZERO円パス」特設サイトで           |
| <b>内</b> 7月3日(金)～5日(日)有効のチケット<br>※入場、レース観戦、鈴鹿サーキットパークのアトラクション乗り放題、プール利用付き | <b>問</b> 鈴鹿サーキット                   |
| <b>定</b> なし   | ☎059-378-1111(代表)<br>9時30分～18時     |

国際交流  
イベント

## 鈴鹿市・ベルフォンテン市青少年相互交流事業 夏のホームステイ体験派遣生募集

国際交流協会  
ウェブサイト



(公財)鈴鹿国際交流協会 ☎059-383-0724 ☎059-383-0639

友好都市であるアメリカ・オハイオ州ベルフォンテン市との青少年相互交流事業の参加者を募集します。

現地でのホームステイ(5泊)のほか、カナダのトロントを訪問し、ナイアガラの滝や発電所を見学します。ほかにも、トロント大学キャンパスツアーなど、充実したプログラムです。これまでに456人の生徒を派遣しています。

### ベルフォンテン市ってどんなところ？

1991年に鈴鹿市と友好協定を結び  
広大なコーン畑と温かい人々が魅力のまちです。



▲令和6年度青少年相互交流事業  
ベルフォンテン市長表敬訪問

### 日時・申込方法

- |   |  |
|---|--|
| <b>対</b> 市内在住の中学生、高校生または同年齢の方<br>で、過去にこの事業に参加したことのない方                   | <b>申</b> 5月12日(火)までに、(公財)鈴鹿国際交流協会ウェブサイトまたは協会事務局、市内公立中学校・高校にある参加申込書に必要事項を記入の上、直接または郵送で同事務局へ |
| <b>日</b> 7月27日(月)～8月4日(火)   | 〒513-0802 飯野寺家町810 ハヤシユナイテッド文化ホール鈴鹿2階  |
| <b>所</b> アメリカ合衆国オハイオ州ベルフォンテン市(ホームステイ5泊)、カナダオンタリオ州トロント市(2泊)              | <b>選考試験</b> 5月24日(日)に、ハヤシユナイテッド文化ホール鈴鹿で、筆記試験、英語と日本語による面接試験を行います。                           |
| <b>定</b> 8人(中学生4人・高校生4人)  | ※時間は応募者数によって後日決定します。   |
| <b>料</b> 31万円<br>※別途、燃油サーチャージ増額分、旅券取得費、ESTA・eTA申請費用、傷害保険料などの個人的経費が必要です。 |  |



タイトル横のQRコードを読み取るとウェブサイトへ



### 開発行為等の許可の基準に関する条例改正(案)への意見募集



都市計画課 ☎059-382-9074 📠059-384-3938 市街地整備課 ☎059-382-9025 📠059-382-7615

都市計画法で規定された開発行為に伴う公園などの設置基準の強化および緩和についての条例改正案をまとめましたので、意見を募集します。

**対** ○市内に在住・在勤・在学の方 ○本市に納税義務を有する方  
○本案に利害関係を有する方

**日** 4月6日(月)～5月7日(木)(当日消印有効)

**閲覧場所** 都市計画課、市街地整備課、総務課、地区市民センター、市ウェブサイト

**申** 件名「鈴鹿市都市計画法に基づく開発行為等の許可の基準に関する条例改正(案)への意見」、住所・氏名・意見を記入の上、直接、郵送、ファクスまたは電子メールで、都市計画課、市街地整備課または直接地区市民センターへ 〒513-8701 住所不要

※提出された意見は、個人が特定できないように類型化してまとめ、回答とともに市ウェブサイトで公表します。個別の回答はしません。

※本案に直接関係のない意見については、一般的な市への意見として取り扱います。

### 共同親権に関する法律が令和8年4月1日に施行されました



こども政策課 ☎059-382-7661 📠059-382-9045

父母の離婚などに直面する子の利益を確保するため、子の養育に関する父母の責務を明確化するとともに、親権・監護、養育費、親子交流、養子縁組、財産分与などに関する民法などの規定が見直され施行されました。

※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

## インフォメーション Information

### お知らせ



### 「身分証明書」のオンライン申請ができます



戸籍住民課 ☎059-382-9013 📠059-382-7608

これまで「身分証明書」を請求する際は市役所本館、各地区市民センターの窓口または郵送で請求する必要がありましたが、スマートフォンなどからマイナンバーカードを利用し、オンライン申請ができるようになりました。証明書は証明書手数料と郵送料をオンライン決済後、住民基本台帳登録地へ届きます。

※身分証明書とは、後見の登記や破産宣告の通知などを受けていないことを証明するもので、本籍地に請求できる証明書です。

**申** 市ウェブサイトから申込みフォームで



弁護士 古市太一

弁護士 古市佳代

離婚 交通事故 相続 民事

### すずか市民 綜合法律事務所

- 「地元出身」弁護士「夫婦」による親身な対応
- 鈴鹿市市民相談担当弁護士
- 三重弁護士会所属

相談料 40分6,000円

相談予約専用ダイヤル

☎059-358-8818

鈴鹿市中江島町13-11 アルビレオ1A



### 社会福祉法人けやき福祉会 介護予防センター鈴鹿清寿苑



### 見学会開催

◎月、水、金  
〈午前〉9:30～11:30  
〈午後〉1:30～3:30

要支援2 …… 週2回  
要支援1他 …… 週1回

※送迎いたします



フレイル予防体操を  
しませんか!!

お気軽に  
お電話ください ☎059-373-4567 担当 磐城

〒513-0012 鈴鹿市石薬師町字西裏2082番地5

### 広告

有料広告掲載に関するお問い合わせは、  
令和8年度広告代理店の株式会社亜細亜エンタープライジズまで

☎059-374-0170

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 同伴のご家族  
ご本人無料 + 5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

## 特定技能外国人紹介

特定技能制度とは国内人材確保が困難な状況にある産業分野において、一定の専門性・技能を有する外国人を受け入れることを目的とする在留資格です。特定産業分野は介護、ビルクリーニング、工業製品製造業、建設、造船・船用工業、自動車整備、航空、宿泊、自動車運送業、鉄道、農業、漁業、飲食物品製造業、外食業、林業、木材産業です。

お問い合わせ先 **MMK 株式会社**  
〒513-1124 三重県鈴鹿市自由ヶ丘1-17-1  
TEL 059-374-0170 (担当: 服部)  
FAX 059-374-3718  
MMK株式会社(登録支援機関) 登録番号 20登-0003718



### 防犯カメラ設置 費用の一部補助



交通防犯課 ☎059-382-9022 📠059-382-7603

犯罪の起こりにくいまちづくりに向けた地域の防犯活動を支援するため、自治会などの団体に対し、防犯カメラの設置費用の一部を補助します。

**対** 自治会、地域づくり協議会、商店街振興組合など

**対象経費** 機器購入費、設置工事費、表示看板の設置経費

**補助対象防犯カメラ** 道路や公園などの公共の場所を撮影し、録画装置を備えているもの

**補助金額** 対象経費の2分の1(上限:防犯カメラ1台当たり10万円)

※補助の要件など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

### 春の全国交通安全運動



交通防犯課 ☎059-382-9022 📠059-382-7603

4月6日(月)から15日(水)までの10日間、春の全国交通安全運動が実施されます。新学期・新年度が始まる春は、新たな人や車の動きも発生することから、交通事故に遭う危険性が高くなります。市民の皆さん一人一人が、交通ルールを守り、交通事故防止に努めましょう。

#### 運動の重点

- 通学路・生活道路における子どもをはじめとする歩行者の安全確保
- 「ながらスマホ」の根絶や歩行者優先等の安全運転意識の向上
- 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

### 中学生対象の活動を行う団体募集



教育指導課 ☎059-382-9028 📠059-383-7878

10月以降、市立中学校の休日学校部活動が終了することに伴い、休日に中学生を対象としたスポーツ・文化芸術活動を行う団体を募集します。

**対** 中学生を対象としたスポーツ・文化芸術活動を行う非営利団体

**日** 10月以降の土・日曜日、祝日8時～17時

**所** 種目に応じた活動ができる場所  
※学校施設を利用する場合は、安全管理上の制約があり、希望に沿えない場合があります。

※募集要領は、4月下旬に教育委員会特設サイトへ掲載予定です。



### 令和9年度特別支援 学校・特別支援学級 への就学判定の申込み



学校教育課 ☎059-382-7618 📠059-382-9054

鈴鹿市就学支援委員会では、障がいのある幼児・児童・生徒が適切な環境で学べるよう就学先の判定を行っています。令和9年度、特別支援学校、特別支援学級への就学を希望される方は、就学先の判定を受けてください。

**申** ○保育所、幼稚園などに在籍していない方：5月7日(木)までに学校教育課へ

○保育所、幼稚園などに在籍している方：在籍の保育所、幼稚園へ早めにお問い合わせください。

### 支援対象児童等 見守り強化事業の募集



こども家庭支援課 ☎059-382-9140 📠059-382-9142

こどもや子育てをめぐる環境が大きく変化する中で、子育て世帯が孤立しないようにこどもの状況把握のための見守り強化事業を実施します。

**対** 市内にお住まいの支援を必要とする18歳未満のこどもがいる世帯

※保護者からの申込みが必要です。また、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です。

**日** 5月～9月

**内** 事業者が月2回程度家庭訪問し、世帯人数分の弁当やレトルト食品などの食材配達や、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て直接食材をお渡ししますので、在宅していただきます。

**定** 20世帯程度

**料** 無料

**申** 4月17日(金)までに、電話で鈴鹿市社会福祉協議会または、申込みフォームで

☎059-373-5750

### 遺言の日・遺言相続 無料電話相談会



市民対話課 ☎059-382-9004 📠059-382-7660

4月15日は「遺言の日」です。遺言書の書き方・相続に関する疑問点など、弁護士が無料で電話相談に応じます。

**日** 4月15日(水)10時～16時

#### 相談専用電話番号

☎059-228-3143

**問** 三重弁護士会事務局

☎059-228-2232



タイトル横のQRコードを読み取ると**ウェブサイト**へ

**5月の水道料金等の  
納期限及び  
口座振替日について**



営業課 ☎ 059-368-1670 📠 059-368-1685

4月検針分の水道料金などの納期限および口座振替日は、大型連休に伴い5月11日(月)から13日(水)に変更となりますのでご注意ください。

**合併処理浄化槽設置費  
の補助申請受付**



営業課 ☎ 059-368-1670 📠 059-368-1685

**対象地域** 次を除く区域

- 公共下水道事業計画区域
- 農業集落排水事業区域
- 大型合併処理浄化槽処理区域

**対象となる合併処理浄化槽**

- 5人槽から10人槽までの国庫補助対象となる合併処理浄化槽

**対象経費**

- 住宅などの新築時の合併処理浄化槽の設置
- 既設の単独処理浄化槽またはくみ取り槽から合併処理浄化槽に転換する場合の合併処理浄化槽の設置、撤去、配管

**補助金額**

- 新築による設置：12万6,000円から
- 合併処理浄化槽への転換：25万5,000円から
- 単独処理浄化槽撤去：12万円、くみ取り槽撤去：9万円(合併処理浄化槽の設置を伴う場合に限る)
- 配管費：6万円(合併処理浄化槽の設置を伴う場合に限る)

※予算額に達した時点で終了します。  
※詳しくは、ウェブサイトをご覧ください。

**問** お客様センター

☎ 059-368-1672

**介護の人材確保や介護  
職員のための研修費用  
の一部を助成します**



長寿社会課 ☎ 059-382-9886 📠 059-382-7607

**対** 次の全てに該当する方

- 研修の修了日から6カ月以内に、市内の介護事業所に就労し、3カ月以上(休職期間を除く)勤務している方

※研修修了時点で市内の介護事業所で、すでに勤務している場合は、研修修了日から3カ月以上(休職期間を除く)勤務している必要があります。

- 助成金申請時点で満55歳以下の方
- 研修受講費を完納している方
- 本助成を一度も受けたことがない方
- 研修受講費に対する他の助成を受けていない方

**対象研修**

- 介護職員初任者研修
- 生活援助従事者研修

**助成額** テキスト代を含む研修受講費の2分の1(上限4万円)

※分割払い手数料、補講料金および追試受験料は、助成対象経費に含まれません。

**申** 研修修了日から1年以内に、申請書類の必要事項を記入の上、必要書類を添えて直接長寿社会課へ

※申請書類などは市ウェブサイトで見ることができます。

**SMS(ショートメッセージ  
サービス)による水道  
料金などの納付確認**



営業課 ☎ 059-368-1670 📠 059-368-1685

4月から水道料金などの納付確認ができていない方を対象に、SMSで水道料金などの納付についてお知らせします。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

**不正けしの除去活動に  
ご協力をお願いします**



健康福祉政策課 ☎ 059-382-9012 📠 059-382-7607

県では、「県民参加による不正大麻・けしクリーンアップ運動」として、4月から6月にかけて、法律で栽培や所持が禁止されている不正けしなどの除去活動を行っています。不正けしを見かけたり、判断に迷ったときは電話で鈴鹿保健所衛生指導課または市ウェブサイト内の通報フォームへご連絡ください。

☎ 059-382-8674

※4月1日(水)～6月30日(火)、鈴鹿市、亀山市内で発見したものに限りです。

**◆不正けしの特徴**

- ・葉の色はろう質を帯びている白っぽい緑色
- ・葉のつけ根が茎を抱き込んでいる
- ・茎や葉の毛が少ない



**訪問理美容サービス  
出張経費の一部を支援**



長寿社会課 ☎ 059-382-7935 📠 059-382-7607

**対** 市内在住の40歳以上の方のうち、次のいずれかに該当する方

- 要介護3～5と認定されている方
- 身体障害者手帳1・2級を持ち、障害名が下肢または体幹機能障害である方

**内** 家庭を訪問する理美容サービスの出張経費を支援

※1回につき上限2,000円、最大4回まで  
※回数は申請月により異なります。

※利用するには、毎年度申請が必要です。

**申** 介護保険被保険者証または障害者手帳を持って、長寿社会課または地区市民センターへ

税務署からのお知らせ  
4月は20歳未満  
飲酒防止強調月間



市民税課 ☎059-382-9446 📠059-382-7604

20歳未満の者の飲酒は法律で禁止されています。令和4年4月に民法の成年年齢は18歳に引き下げられましたが、お酒に関する年齢制限は20歳のまま維持されています。

75歳になる方の国民  
健康保険料は年金  
天引きされません



保険年金課 ☎059-382-9290 📠059-382-9455

国民健康保険などの健康保険に加入している方は、75歳になると後期高齢者医療制度に移行します。

納付義務者の方が令和8年度中(4月～令和9年3月)に75歳になる場合は、2月に支給された年金から国民健康保険料が天引き(特別徴収)されていた方でも、4月以降は年金から天引きされなくなります。その場合、納付書や口座振替(普通徴収)によって国民健康保険料を納める必要がありますので、7月中旬に送付する令和8年度国民健康保険料納付通知書でご確認ください。

※後期高齢者医療制度のお問い合わせは、福祉医療課へ ☎059-382-7627

骨髄移植ドナーと  
雇用事業者を支援します



地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670

骨髄移植ドナー(提供者)となった市民とそのドナーが働く市内の事業者に対して、助成を行っています。ぜひご活用ください。

- 対** ①提供者：日本骨髄バンクが行う骨髄バンク事業のドナーで、骨髄などの提供をした日に、本市に住所を有する方
- ②事業者：提供者が骨髄などの提供をした日に、提供者を雇用しており、本市で事業活動を行う個人および法人その他の団体

助成額

①通院、入院日数×2万円  
※1回の提供につき上限10万円です。  
※ドナー休暇制度を利用した日数を除きます。

②通院、入院日数×1万円  
※1回の提供につき上限5万円です。

**申** 骨髄などの提供後90日以内に申請書などを地域医療推進課へ  
※申請書は、市ウェブサイトで入手できます。

4月の納税・納付

○固定資産税・都市計画税…1期  
【納期限は4月30日(木)です】

農業集落排水接続促進  
補助金の申請受付



営業課 ☎059-368-1674 📠059-368-1685

**対** 農業集落排水処理施設に接続するため、新たに公共ますを設置し、条例に定める手続きを適正に行っている方

対象経費および補助金額

汚水を農業集落排水処理施設に流入させるために必要な公共ます設置工事に係る対象経費の2分の1の金額(上限15万円)

※予算額に達した時点で終了します。

※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

**問** お客様センター

☎059-368-1672

市税の口座振替  
手続きはお早めに



納税課 ☎059-382-7831 📠059-382-7660

市税の口座振替を開始するためには、手続きに約1カ月かかりますので、希望する方は、お早めに手続きをお願いします。

**所** 納税課、市内の取扱金融機関、地区市民センター

※手続きの際には、通帳、通帳の届出印、納税通知書(納付書)が必要です。

コミュニティ助成事業で資器材が  
整備されました



中央消防署 ☎059-382-9133 📠059-382-3905

宝くじの社会貢献広報事業として、(一財)自治総合センターが実施するコミュニティ助成事業の助成金を活用して、将来の地域防災の担い手である学生団員を育成することを目的に、消防用ホースを整備しました。



コミュニティ助成事業で整備された消防用ホース



市税・国民健康保険料の夜間窓口

**日** 4月30日(木) 17時15分～19時

**所** 納税課

※入口は南玄関のみ

**内** 市税・国民健康保険料の納付、納付相談、口座振替手続きなど

**問** 市税・納税課

☎059-382-9008

📠059-382-7660

国民健康保険料…保険年金課

☎059-382-9290

📠059-382-9455





タイトル横のQRコードを読み取ると**ウェブサイト**へ

### 雨水出水浸水想定区域を指定したので公表します



河川雨水対策課 ☎059-382-7614 📠059-382-7612

雨水出水浸水想定区域とは、水防法第14条の2第2項に基づき、想定し得る最大規模降雨(147mm/h)により排水路などで雨水が排除できなくなった場合に浸水が想定される区域です。雨水出水浸水想定区域図を公表・周知することで、雨水出水時の円滑かつ迅速な避難を確保し、浸水被害の軽減を図ることを目的としています。

※区域図は3月31日から公表しますので、河川雨水対策課窓口または市ウェブサイトをご覧ください。

### 長崎取材する親子記者募集



人権政策課 ☎059-382-9011 📠059-382-2214

**対** 市内に在住する小学4～6年生とその保護者各1人

**日** 8月8日(土)14時30分～11日(火・祝)12時

**所** 長崎市内(長崎原爆資料館など)

**定** 全国で9組

※申し込み多数の場合は抽選します。

**料** 旅費などは支給

**申・問** 申込書に必要事項を記入し、5月11日(月)まで(必着)に、郵送または電子メールで、日本非核宣言自治体協議会事務局へ〒852-8117 長崎市平野町7-8 長崎原爆資料館内

☎095-844-9923

📠095-846-5170

✉info@nucfreejapan.com

※申込書の入手など詳しくは同協議会ウェブサイトをご覧ください。

### 令和8年度河川愛護モニター募集



河川雨水対策課 ☎059-382-7614 📠059-382-7612

日常生活の範囲内で把握できる河川の利用状況・ゴミなどの不法投棄・水質異常・沿川地域要望を河川管理者へ報告する河川愛護モニターを募集します。

**対** 満20歳以上の健康な方で、河川に接する機会が多く、河川に関心を有する方

**日** 7月1日(水)から1年間

**モニター区間** 三重河川国道事務所管内の河川(鈴鹿川、鈴鹿川派川、内部川)で希望する区間(3kmから5kmを目安)

**定** 3人程度

※モニター区間や採用人数は、予算の都合や河川環境、地域の実情に応じて調整させていただく場合がございます。

**申・問** 5月22日(金)まで(必着)に、応募用紙に記入の上郵送、ファクスまたは電子メールで国土交通省中部地方整備局三重河川国道事務所河川占用調整課へ〒514-8502 津市広明町297

☎059-229-2218

📠059-229-2231

✉cbr-ir-mika5@mlit.go.jp

※応募用紙は、三重河川国道事務所または同所ウェブサイト入手できます。

### 国民年金加入の届け出をお忘れなく



保険年金課 ☎059-382-9401 📠059-382-9455

退職などで年金の被保険者の種別が変わる方は、必ず届け出を行いましょ。

※届け出をせずに保険料を納めないと、将来年金を受給できない場合や減額される場合があります。

※マイナポータルからマイナンバーカードを利用して、電子申請もできます。

#### ◆会社などを辞めたとき

扶養されている配偶者も含め、国民年金加入の届け出が必要です。保険年金課または地区市民センター、津年金事務所です手続きしてください。

**持**

- ・基礎年金番号の分かるもの(年金手帳、基礎年金番号通知書、納付書など)
- ・退職日の分かるもの(離職票、健康保険喪失証明書、退職証明書など)
- ・本人確認できるもの(マイナンバーカード、運転免許証など)

#### ◆会社などに勤めたとき

会社などが年金事務所へ届け出をしますので、個人での届け出は不要です。

**問** ○保険年金課

○津年金事務所

☎059-228-9112

### 4月分から障がいによる各種手当額が改定されます



障がい福祉課 ☎059-382-7626 📠059-382-7607

手当名	改定前(月額)	改定後(月額)
特別児童扶養手当(1級)	5万6,800円	5万8,450円
特別児童扶養手当(2級)	3万7,830円	3万8,930円
障害児福祉手当	1万6,100円	1万6,560円
特別障害者手当	2万9,590円	3万450円
経過的福祉手当	1万6,100円	1万6,560円

緑の募金にご協力ください



農林水産課 ☎059-382-9017 📠059-382-7610

緑の募金は、おいしい水やきれいな空気、地球温暖化の防止など、多くの恵みを与えてくれる森林を育むため、さまざまな「森づくり・人づくり」活動の活性化に役立てられています。5月29日(金)まで、募金箱を農林水産課または各地区市民センターに設置しますので、ご協力ください。  
※(公社)三重県緑化推進協会と連携して実施します。



特定外来生物  
にご注意ください



環境政策課 ☎059-382-7954 📠059-382-2214

人間の活動によって海外から入ってきた生物を外来生物と呼んでいます。その中でも、生態系などに被害を及ぼす恐れがあるものは「特定外来生物」に指定され、輸入だけでなく、飼育・栽培・運搬・販売をすることが規制されています。4月頃からセアカゴケグモ、オオキンケイギクの活動が活発になりますのでご注意ください。

※特徴や駆除方法などについては、市ウェブサイトをご覧ください。



セアカゴケグモ



オオキンケイギク

県営住宅入居者  
4月定期募集



住宅政策課 ☎059-382-7616 📠059-382-8188

北勢ブロック(桑名市、川越町、四日市市、鈴鹿市、亀山市)にある県営住宅の入居者を募集します。

※一部の住戸を除き、単身入居が可能です。

**申** 4月30日(木)まで(当日消印有効)に、申込用紙に必要事項を記入の上、郵送で鈴鹿亀山不動産事業協同組合へ  
〒510-0253 寺家町1085-1  
☎373-6802

※申込用紙は、三重県各建設事務所または鈴鹿亀山不動産事業協同組合で入手できます。



ふれあい農園の  
利用者を  
募集します



農林水産課 ☎059-382-9017 📠059-382-7610

ガーデニング感覚で四季の花や野菜を育て、土に親しむことができる「ふれあい農園」の利用者を募集しています。利用希望者は問い合わせ先にご連絡ください。

農園名	ところ	面積	区画数	1区画利用料(年)	問い合わせ先
鈴木農園	竹野2-723	30㎡	1	4,500円から(レンタル耕運機、レンタル耕具、駐車場有)	すずき やすのり 鈴木 泰則 (☎059-384-1406)
ニコちゃん農園3	江島町1229-1	30㎡から	2	3,000円から	たちみ ちこ 館 美智子 (☎090-4863-0642)
ニコちゃん農園4	中江島町326	15㎡から	4	2,000円から	やまがた おさむ 山形 納 (☎059-387-0166)
平田農園	秋永町774-1	58㎡	1	3,000円	ひらた ゆきお 平田 幸雄 (☎059-387-4650)
やばせファーム	矢橋2-168-1	30㎡から	6	3,000円から	きのの てつや 岸野 哲也 (☎090-8327-1202)
こつこ(河次) ふれあい農園	汲川原町字河次 1044	35㎡から 50㎡	3	2,000円 (苗無料提供有)	まつい まさひこ 松井 昌彦 (☎059-379-2082)



タイトル横のQRコードを読み取るとウェブサイトへ

鈴鹿国際交流  
フェスタ2026  
わいわい春まつり



(公財) 鈴鹿国際交流協会  
☎ 059-383-0724 ☎ 059-383-0639  
✉ sifa@mecha.ne.jp

- 日** 5月17日(日)10時～15時30分  
**所** ハヤシユナイテッド文化ホール  
鈴鹿(文化会館)、西条中央公園  
**内** 各国の音楽&舞踊、国際屋台村  
(9カ国・21ブース)、民族衣装  
や十二単の試着体験、カポ  
エイラ体験、こどもの遊びコー  
ナー、多言語読み聞かせ、くる  
みボタン&カブラ体験、おもちゃ  
の電車の巨大コースなど  
**料** 入場無料

◆ボランティア募集

- 内** 前日準備や当日の運営補助  
※希望者には、ボランティア証明書を発行  
し、屋台で使える食事券をお渡しします。  
**申** 氏名・電話番号を記入の上、  
電子メールで国際交流協会へ



体験講座「考古博物館キーホルダー作り」  
「天平衣装を着てみよう」



考古博物館 ☎ 059-374-1994 ☎ 059-374-0986

- 所** 考古博物館 **申** 当日窓口で先着順  
※4月18日(土)・19日(日)は、三重県民の日を記念し、観覧(常設・速報展)は無料です。

◆考古博物館キーホルダー作り

- 日** 4月18日(土)  
①9時30分～11時30分  
受付11時まで  
②13時30分～15時30分  
受付15時まで

※所要時間は30分程度です。

- 定** 各回15人程度(入替制)  
**料** 2個200円

ゴールデンウイーク  
こども体験博物館  
2026



考古博物館 ☎ 059-374-1994 ☎ 059-374-0986

- 対** 中学生以下  
※小学3年生以下の参加者は保護者(高  
校生以上)の付き添いが必要です。  
※勾玉作りのみどなたでも参加できます。

- 日** 5月2日(土)～6日(水・休)  
**所** 考古博物館

◆特別展示

五月人形の解説展示(4月25日(土)  
から先行展示)

◆体験講座

- 毎日開催  
・勾玉作り  
・火起こし体験(悪天候時は缶  
バッジ作りに変更)  
○日替わり開催  
・5月2日(土)凧作り  
・5月3日(日・祝)アート体験  
・5月4日(月・祝)ネイチャーゲーム・  
ネイチャークラフト  
・5月5日(火・祝)古墳模型作り  
・5月6日(水・休)草木染め(悪天  
候時は中止)

◆天平衣装を着てみよう

- 日** 4月19日(日)  
①10時から  
受付9時45分から  
②13時30分から  
受付13時15分から

※所要時間は90分程度です。

- 定** 各回6人程度  
**料** 100円

インフォメーション  
Information

イベント情報



手話奉仕員養成講座



障がい福祉課 ☎ 059-382-7626 ☎ 059-382-7607

- 対** 次の全てを満たす方  
○市内在住・在勤または在学で手話  
の学習経験がなく、全課程の7割  
以上を受講できる18歳以上の方  
○インターネットでの動画視聴が可能  
な方  
○受講後、聴覚障がい者の支援者  
として地域の活動に携わる意欲  
のある方

- 日** 5月12日(火)から令和9年2月2  
日(火)までの全48講座  
※講座は、基本毎週火曜日19時30分～  
21時、第3火曜日は、翌日になります。  
一部、金曜日(19時30分～21時)、土  
曜日(13時15分～16時30分)に実施  
します。  
※講座修了者は、2月から始まるブラッ  
シュアップ講座(全8講座)を引き続き  
受講することができます。

- 所** 男女共同参画センター  
**内** 日常会話程度の手話表現技術  
の取得  
**定** 20人(応募者多数の場合は抽選)  
**料** 無料(別途テキスト代6,050円  
(税込))

- 申** 4月22日(水)17時までに、市ウェ  
ブサイト内の申込みフォームま  
たは申込用紙を直接または郵  
送で障がい福祉課へ  
〒513-8701 住所不要  
※申込用紙は、障がい福祉課または市  
ウェブサイトで入手できます。

## 危険物取扱者試験と 予備講習会



予防課 ☎ 059-382-9159 ☎ 059-383-1447

### ◆危険物取扱者試験

**日** ○乙種第4類 6月6日(土)・7日(日)  
○丙種 6月7日(日)

**所** 鈴鹿地域職業訓練センター

**申** 4月6日(月)から16日(木)までに、  
いずれかの方法で

○電子申請：(一財)消防試験研究  
センターウェブサイトで

○書面申請：願書に必要な事項を記  
入の上、郵送で(一財)消防試験  
研究センター三重県支部へ

〒514-0002 津市島崎町314

※願書は、市内全ての消防署で配布します。

### ◆予備講習会(乙種第4類)

**対** 乙種第4類を受験予定の方

**日** 5月8日(金)9時～16時

**所** 消防本部4階多目的室

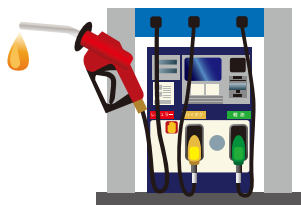
**定** 50人

**料** 無料

**申** 4月6日(月)から30日(木)までに、  
市消防本部ウェブサイトから申  
込みフォームで

※電話申込みは行いません。

※会場でのテキスト販売は行いません。  
テキスト販売方法など、詳細は市ウェブ  
サイトをご覧ください。



## 三重いのちの電話協会 ボランティア電話 相談員養成講座募集



地域医療推進課 ☎ 059-382-9291 ☎ 059-384-5670

**対** 20歳以上

※学歴、職業は問いません。

**日** 5月16日(土)～令和9年7月

※月2、3回程度

**所** 津市内

※詳しくは受講決定後に通知します。

**定** 30人

**料** 第1課程3万円(一泊研修費別  
途)、第2課程2万円

※学生割引があります。

**申** 4月15日(水)まで(当日消印有  
効)に、所定の申込用紙に必要  
事項を記入し郵送で  
〒514-8691 津中央郵便局  
私書箱25号

三重いのちの電話事務局電話  
相談員募集係宛

**問** 三重いのちの電話事務局

☎・☎ 059-213-3975 (平日13  
時～16時)

## 上級救命講習受講者募集



中央消防署 ☎ 059-382-9164 ☎ 059-382-3905

**対** 市内在住・在勤の中学生以上の方

**日** 5月17日(日)9時～18時

**所** 消防本部・中央消防署4階  
多目的室

**内** 応急手当の重要性、心肺蘇生  
法、AEDの取扱方法、異物除去  
法、止血法、傷病者の管理、搬  
送法などの知識や技術の習得

**定** 20人(先着順)

**料** 無料

**持** 当日は動きやすい服装、筆記用  
具、ハンカチ(タオル可)

※応急手当WEB講習の事前受講は必要  
ありません。

**申** 4月20日(月)9時から、直接また  
は電話で中央消防署へ

## 三重ホンダヒート 移転前 最後の試合 応援しよう!



スポーツ課 ☎ 059-382-9029 ☎ 059-382-9071

来季、栃木県に拠点を移す「三重  
ホンダヒート」。1961年創部以来、  
65年間支えてくださった市民の皆さ  
んへの感謝を伝える試合と記憶に  
残る特別なイベントを実施します。

**日** 5月9日(土)17時10分から

**所** 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿

**料** 県内在住・在勤・在学の19歳  
以上：1,000円、18歳以下：  
無料(先着1,100人)

**申** チケット購入サイト「チケラグ」  
※別途、手数料がかかります。

**問** ヒートファンクラブ事務局

✉ heat-fanclub@linkst.jp

## ものづくり産業 支援センター 「(製造)リーダー研修」



産業政策課

☎ 059-382-7011 ☎ 059-384-0868

✉ sangyoseisaku@city-suzuka.lg.jp

**対** 市内の中小製造企業で働く係  
長、班長クラスの方で、6日間の  
研修に参加できる方

**日** 5月28日、6月4日・11日・18日・25日、  
7月9日(予備日7月16日)

9時～16時30分(6月18日、7月9日  
は8時30分～16時30分)各木曜日

**所** 市役所別館第3 2階ものづく  
り産業支援センター会議室

**内** 製造リーダーに必要な知識の  
習得、グループ活動、市内製造  
企業での改善実習、先進企業見  
学、自身の課題解決までの実践

**定** 18人(先着順)

**料** 無料

**申** 4月17日(金)までに、申込書を直接、  
郵送、ファクスまたは電子メー  
ルで、ものづくり産業支援センターへ  
〒513-8701 住所不要

※申込書は、同センターまたは市ウェブサ  
イトで入手できます。



タイトル横のQRコードを読み取ると**ウェブサイト**へ

鈴鹿地域職業訓練  
センター講座案内  
(5月募集開始分)



鈴鹿地域職業訓練センター  
☎ 059-387-1900 📠 059-387-1905

申 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：7月6日(月)・7日(火) 8時40分～17時 実技：7月8日(水)・9日(木)・10日(金)・13日(月) のいずれか1日を選択 8時40分～17時	1万6,005円	5月12日(火)
パソコン講座 (JW_CAD 講座)	7月6日(月)・8日(水)・10日(金)9時～16時	1万7,820円	5月13日(水)
パソコン講座 (やさしいWord)	7月15日(水)～17日(金)9時～12時	8,800円 ※テキストはセンター の備品を使用	5月14日(木)
刈払機取扱 作業安全衛生教育	7月23日(木)・24日(金)のいずれか1日を選択 8時40分～16時20分	1万450円	5月21日(木)

スポーツの杜 鈴鹿



5月の休業日…11日(月)  
営業時間 9時～22時

庭球場 ☎ 059-372-2285 体育館 ☎ 059-372-8850  
水泳場 ☎ 059-372-2250  
サッカー・ラグビー場 ☎ 059-372-2511  
※施設の利用状況は各施設にお問い合わせください。

#### ◆短期教室

所 水泳場 会議室 申 4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 SSGスポーツクラブ ☎ 059-392-7071 ※平日9時～20時

教室	対象	日程	時間	定員	参加料	持ち物
YUBAメソッド ポイトレ入門	18歳以上の方	5月12日(火)	11時～12時	20人	1,100円	飲み物
はじめての ピラティス		5月15日(金)		15人	1,100円	
はじめての 腸活ヨガ	18歳以上の女性	5月19日(火)		15人	1,100円	ヨガマット
きほんのヨガ		5月20日(水)		15人	1,100円	
ウォーキング エアロ	18歳以上の方	5月25日(月)		20人	1,100円	室内シューズ
運動と英語の ジューシー	未就園児 (0～3歳)と保護者	5月26日(火)	10時～11時	15組	1,450円	—
YUBAメソッド ポイトレ レベルアップ	18歳以上の方	5月29日(金)	11時～12時	8人	1,500円	飲み物

#### ○1か月のおためし体験教室

教室	対象	日程	時間	ところ	定員	参加料	持ち物
中学生 バレーボール	中学生	5月12日・19日・26日 (各火曜日)	19時～21時	体育館	10人	3,740円	室内シューズ 飲み物

#### ◆フリーマーケット開催&出店者募集

所 5月23日(土)10時～15時 所 体育館 料 入場無料

内 ・アリーナ：フリーマーケット、ワンコイン体験 ・玄関前：キッチンカーなど飲食ブース

○ブース出店者募集

料 1ブース(3m×2m)：1,500円 定 88ブース(先着順)

申 4月27日(月)9時から、電話で体育館へ



# 子育てルーム



## すくすくファミリー教室

こども保健課 ☎059-382-2252 📠059-382-4187

**対** 市内に住民登録のある方 **所** 保健センター **申** すずっこ子育てアプリ

コース名	対象	開催日	時間	予約開始日
離乳食コース	令和7年11月～令和8年1月 生まれの乳児の保護者	5月8日(金)	10時～11時30分	4月10日(金)
沐浴コース	妊娠中の方とその家族	5月12日(火)	13時30分～15時45分	4月15日(水)
むし歯予防コース (幼児)	1歳6カ月～3歳未満の幼児と その保護者	5月14日(木)	10時～11時30分	4月10日(金)
離乳食後期コース	生後6～11カ月の 乳児の保護者	5月15日(金)	10時～11時30分	4月10日(金)
プレパパ・ママコース	妊娠5～8カ月の妊婦と 夫で初参加の方	5月17日(日)	9時30分～11時45分、 13時30分～15時45分	4月15日(水)

※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

## すくすく広場

こども保健課 ☎059-382-2252 📠059-382-4187



**対** 市内に住民登録のある方

**日** 4月24日(金)、5月22日(金)9時30分～11時

**所** 保健センター

**内** 育児相談・栄養相談・助産師による  
おっぱい相談(先着12人)・身体計測

**申** 不要

※相談希望者は母子健康手帳を持参ください。  
※状況に応じて、入館人数を調整する場合があります。



## 令和8年度版「鈴鹿市子育て応援ブック すずっこナビ」を発行

こども政策課 ☎059-382-7661 📠059-382-9054



「鈴鹿市子育て応援ブックすずっこナビ」は、鈴鹿市の子育てに関するさまざまな情報を掲載した冊子です。妊娠・出産後の手続きや教室、子育て支援に関する事業、おでかけ情報や各種相談窓口など分かりやすくまとめてありますので、これから子育てをする方や子育て中の方は、ぜひご活用ください。

### 設置場所

市役所本館1階すずっこインフォメーションスペース、こども政策課、保健センター、地区市民センター、公民館、図書館、子育て支援センターなど

※PDFデータは市ウェブサイトにも掲載しています。



## こどもの予防接種

地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670

### ■ MR (麻しん・風しん混合) ワクチン第2期

**対** 令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれの方

**日** 令和9年3月31日まで

**所** 実施医療機関(QRコード参照)

**料** 無料(対象期間内に1回)

**持** 予防接種予診票、母子健康手帳、  
マイナンバーカードなど

※予診票がない方は、母子健康手帳と保護者・お子さんの本人確認書類を持参の上、地域医療推進課または地区市民センターで入手してください。

### ■ RS 母子免疫ワクチン

令和8年4月1日から新たに始まりました。

**対** 妊娠28週0日～36週6日の方

**料** 無料(対象期間内に1回)

**持** 予防接種予診票、母子健康手帳、  
マイナンバーカードなど





# HEALTH

ヘルスプラス  
plus



## がん集団検診のご案内

※検診車(バス)で受ける検診です。

地域医療推進課 ☎059-327-5030 📠059-384-5670



### 申込期限 4月30日(木)まで(必着)

※先着順ではありません。※応募者多数の場合は抽選します。落選した方には5月中旬ごろ、はがきで別日を通知します。

#### 対 市内に住民登録のある方

※検診部位を治療中・経過観察中の方を除く

※持病のある方は主治医にご相談ください。

※同じ種類の検診は年度内に1回のみです。

※市民税非課税世帯・生活保護世帯の方は無料

(肺がん検診のたんの検査、乳がん検診は除く)

🕒 午前の部:9時~11時 午後の部:13時~15時

📍 保健センター

#### 申 市ウェブサイト、ファクス(申込期間中24時間受付)

・地区市民センター窓口、保健センター2階窓口、

電話(平日8時30分~17時15分)

・はがき

〒513-0809 西条5-118-3「がん検診担当」宛

※はがき・ファクスには「氏名・住所・生年月日・電話番号・

希望する検診名・希望日(午前・午後)」を記入してください。

検診種類	対 象	費 用	6月8日(月)		6月20日(土)		6月30日(火)	
			午前	午後	午前	午後	午前	午後
肺がん(胸部X線)	40歳以上	600円	/	/	/	/	○	/
	たんの検査(500円)は、問診の結果などで必要な方に、検診当日に会場で容器をお渡しします。							
胃がん(バリウム)	40歳以上	2,000円	/	/	/	/	○	/
大腸がん(検便) (免疫便潜血2日法)	40歳以上	600円	○	○	○	○	○	○
	事前に採便容器を郵送しますので、2日分の便を採って、検診日当日に持参してください。							
乳がん	超音波(エコー)	20~39歳の女性	1,500円	/	/	○	○	/
	マンモグラフィ	40歳以上の女性	2,000円	○	○	○	○	○
		40歳以上の方に国が推奨する検査方法はマンモグラフィです。 妊娠の可能性がある方などでマンモグラフィでの検診が受診できない方はご相談ください。						
子宮頸がん(細胞診)	20歳以上の女性	1,300円	○	○	○	○	○	○

※託児はありませんが、6月8日(月)・30日(火)の検診時のみ職員による見守りを行います(予約不要)。

### 注意事項

#### 肺がん(胸部X線)

妊娠中の方や妊娠の可能性のある方は受診できません。



#### 胃がん(バリウム)

妊娠中の方や妊娠の可能性のある方、胃・大腸の手術を受けたことがある方は受診できません。また、問診の結果、受診できない場合があります。※検診前日の21時以降は飲食、喫煙をしないでください。

※内服が必要な方は、主治医にご確認ください。

#### 大腸がん(検便)(免疫便潜血2日法)

痔出血や便に血が混じるなど明らかな出血・症状がある方、生理中の方、腹痛や下痢便などの消化器症状のある方、1週間以内にバリウム検査を受けた方は受診できません。

#### 乳がん

##### ▼超音波(エコー)

妊娠中・授乳中の方も受診できますが、正確な判定ができない場合があります。

📎 バスタオル

##### ▼マンモグラフィ

妊娠中の方や妊娠の可能性のある方、授乳中の方、ペースメーカー・シリコンなど胸壁や乳房内に人工物が入っている方、胸部リザーバー(ポート)を装着されている方、V-Pシャントを施行されている方は受診できません。

📎 バスタオル

#### 子宮頸がん(細胞診)

生理中の方は受診できません。

また、性経験がない方、妊娠中の方や妊娠の可能性のある方で受診を希望される方は医療機関へご相談ください。

※前日から洗浄と性交は避けてください。

☑ 混雑を避けるため、検診日までに受付時間の案内などを郵送します。同封の問診票を記入の上、指定された時間内にお越しください。

## 高齢者用(20価)肺炎球菌ワクチン

地域医療推進課 ☎059-382-9291 ☎059-384-5670



**対** 接種時に65歳の方

**日** 65歳になった日から66歳になる前日まで

**所** 実施医療機関(QRコード参照)

**料** 3,600円

※対象者で生活保護受給者の方は無料です。

**持** 予診票、対象者通知、マイナンバーカードなど

※対象者への通知は月ごとに行っています。

※令和8年度から定期接種で受けられるワクチンが、23価ワクチンから20価ワクチンに変更になりました。

## 健康・栄養相談

地域医療推進課 ☎059-327-5030 ☎059-384-5670



**対** 市内に住民登録のある方

**日** 随時(予約制)

**所** 保健センター

**内** 保健師・管理栄養士による生活習慣病予防などの相談

**申** 電話で地域医療推進課へ

※お子さんに関する相談は、電話でこども保健課へ☎059-382-2252

## ヨイハデー特別企画

### 歯のこと何でも電話相談

地域医療推進課 ☎059-382-9291 ☎059-384-5670



日頃から気になっている「歯に関する悩み」に歯科医師が直接回答します。

**日** 4月12日(日)10時～15時

※時間帯によっては電話が繋がりにくい場合があります。

**料** 無料

**相談ダイヤル**

三重県保険医協会 ☎059-225-1071・☎059-225-8747

**問** 三重県保険医協会 ☎059-225-1071

## 生活習慣病予防教室

### ～ウォーキング初級編～

地域医療推進課 ☎059-327-5030 ☎059-384-5670



**対** 市内に住民登録のある20歳以上の方

**日** 5月29日(金)10時～11時30分

**所** 保健センター

**内** 生活習慣病予防の講話とウォーキング体験

**定** 20人(先着順)

**料** 無料

**申** 電話で地域医療推進課または市ウェブサイトで

※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。

## 带状疱疹ワクチン

地域医療推進課 ☎059-382-9291 ☎059-384-5670



**対** 令和8年度に下記の年齢になる方

65歳	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日生まれの方
70歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれの方
75歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれの方
80歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれの方
85歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれの方
90歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれの方
95歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれの方
100歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれの方

※60歳から64歳までの方で医師により接種が必要と判断された場合は対象となることがあります。

※対象者の方へは4月中に予診票を送付予定です。

※対象者で生活保護受給者の方は無料です。

**日** 令和9年3月31日まで

**所** 実施医療機関(QRコード参照)

**料** 生ワクチン:1回2,600円、  
組換えワクチン:1回6,600円(2回接種)

**持** 予診票、マイナンバーカードなど

## 結核健診(胸部X線)のご案内

※健診車(バス)で受ける検診です。

地域医療推進課 ☎059-327-5030 ☎059-384-5670



感染症法に基づく法定検診です。

**対** 市内に住民登録のある65歳以上の方

※今年度中に、市が実施する肺がん検診や職場などで胸部X線検査を受診予定の方は受診できません。

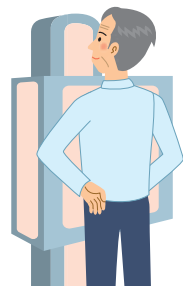
※タバコを吸っている方などは、たんの検査が必要な場合もありますので、肺がん検診をお勧めします。

**日** 6月30日(火)13時～15時

**所** 保健センター

**料** 無料

**申** 電話で地域医療推進課へ



医師による市民健康講座  
「もしかして認知症？」  
～早めに気づくためのサインと対応～



地域医療推進課 ☎059-327-5030 ☎059-384-5670

医師が、わかりやすく講演します。ご自身の健康のために、ぜひこの機会にお越しください。

※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。

- 対** 市内に住民登録のある方
- 日** 5月14日(木)13時15分～14時30分
- 所** ふれあいセンター(南玉垣町6600)
- 定** 200人(先着順)
- 料** 無料
- 講師** 川名陽介さん(脳神経内科医)
- 申** 電話で地域医療推進課へ



鈴鹿医療科学大学市民公開講座  
「がんと栄養-知る・気づく・続けるための  
栄養チェックと食事と運動の工夫-」



地域医療推進課 ☎059-382-9291 ☎059-384-5670

がん治療で重要な栄養と運動について、ご自身で確認していただきつつ、わかりやすくお話しします。支えるご家族の方にもぜひ知っていただきたい内容です。

- 日** 6月6日(土)10時～12時(開場9時30分)
- 所** 鈴鹿医療科学大学 千代崎キャンパスB 講義棟 3513教室
- 定** 100人程度
- 料** 無料
- 講師** 中原さおりさん(医療栄養学科 助教)、  
齋藤恒一さん(リハビリテーション学科 助教)
- 申** 5月22日(金)までに申込みフォームで
- 問** 鈴鹿医療科学大学 医療栄養学科 中原  
☎059-383-8991

伸ばそう  
健康寿命!

# 毎日コツコツ「+10(プラス・テン)」

厚生労働省  
ウェブサイト



地域医療推進課 ☎059-327-5030 ☎059-384-5670

皆さんは、+10(プラス・テン)という言葉を知っていますか? +10は、今より10分多く体を動かすことです。  
+10を生活に取り入れることで、生活習慣病予防や心身のリフレッシュになり、健康寿命の延伸につながるといわれています。日常生活の中で、今より体を動かすことを意識し、健康な毎日を過ごしましょう。

## +10 を行うことで 得られる効果

今より10分多く意識して動くことで健康づくり・介護予防につながる効果が得られます。

健康寿命の延伸 	足腰の強化 	血圧、脂質 血糖値の改善 	脂肪燃焼 	認知症予防 
体力・筋力アップ 	がん予防 	抵抗カアップ 	快眠 	うつ予防 

## +10 の一例

- 【職場で】**
  - ☑ 歩くときは歩幅を広く、早歩きを
  - ☑ なるべく階段を使う
  - ☑ 座りっぱなしの人は時間を決めて立ち上がり、体を動かす
- 【家庭で】**
  - ☑ 散歩で歩く時間を10分(約1000歩)増やす
  - ☑ 草むしりやぞうきんがけなどの大掃除をする
- 【地域で】**
  - ☑ 近くの公園などでリフレッシュする
  - ☑ 休日には家族や仲間と外出を楽しむ



# まちの 掲示板

市内で開催される  
イベント情報などをお届け

## 三重混声合唱団第14回演奏会 ～森羅万象への賛歌～

木村音美 ☎090-8860-9471  
✉kimutetsu0406@gmail.com

対一般市民学生 日7月20日(月・祝)  
所けやきホール 料1,500円 学生  
500円 チケット受付中 内昭和からの  
作品や、子どものために創られた詩  
篇を歌い上げます

## みんなの保健室 すずカフェ

鈴鹿みんなの保健室  
✉minna.suzucafe@gmail.com

対どなたでも 日4月11日(土) 5月9日  
(土)いずれも10時～14時 所鈴鹿医  
療科学大学白子キャンパス1号館  
料無料 内健康や暮らしに関する相  
談

## 九条の会すずか講演会 「憲法と平和を沖縄で考える」

稲垣恵美子 ☎059-371-0246

日4月19日(日)13時30分から 所ジ  
ェフリーすずか 料申不要 内大学  
退職後沖縄に移住、教員と弁護士と  
して平和と人権の憲法訴訟に携わっ  
た小林武さんの話。

## 合気道教室会員募集

高柳幸志 ☎090-1725-5585

対5歳くらい～高齢者(親子参加歓迎)  
日月曜日19時45分～21時30分  
所鈴鹿高専柔道場 料無料  
申電話にて 内やわらかい動きの合  
気道の稽古

## 小さな子どもの歌声倶楽部

早川  
✉utagoclub.suzuka@gmail.com

対年々少～小2 日毎月第4土曜日  
10時～10時45分(変更有) 所白子  
公民館 料1回500円 申メール  
内季節の歌、童謡、リズム遊び

## ゴスペルを歌って楽しく語ろう

ロバの子旭が丘ゴスペルクラブ  
安田 ☎090-9915-6972

日毎月第4木曜日10時30分～12時  
所ほのぼのハウス(中旭が丘4-7-  
2) 料100円 申電話 内日本人  
のためのオリジナルゴスペルで歌っ  
ています

## 鈴鹿市邦楽演奏会

阪田勘山 ☎090-6760-9272

日4月19日(日)開演13時 所ハヤシ  
ユナイテッド文化ホール鈴鹿  
料無料 内第3絃尺八の合奏演奏  
主催 鈴鹿市芸文協音楽部三曲部門

## 4月開講! すずかアートスクール

鈴鹿アートライフデザイン  
☎059-382-8111

鈴鹿市の文化拠点「イスのサンケイホ  
ール鈴鹿」と「ハヤシユナイテッド文  
化ホール鈴鹿」では、新講座も加わり  
春講座がスタートします。見学、問い  
合わせはお気軽に。

## 第22回あさい音楽教室発表会

あさい音楽教室 ☎059-385-4388

日4月19日(日)13時～ 所玉垣ふれ  
あいホール 内子供たちが練習の成  
果をソロ演奏と連弾で発表します。若  
松公民館コーラス「コスモス」も出演  
します。

## 楽しいフラダンス

楽しいフラダンスサークル  
✉suzukahula@gmail.com

対フラダンスに興味のある方(経験  
の有無問わず) 日第1・3水曜10時  
～11時30分 所愛宕公民館  
料1回1,000円程度 申電子メール

## 中国語教室

堤忠彦 ☎090-3424-1946

日4月・5月毎週土曜19時～21時  
所白子コミュニティセンター  
料4,000円 内正確な中国語を学ん  
でいます。個々のレベルに対応

## Suzuka西部少年少女合唱団 無料体験会募集

長島あかね ☎090-9129-0219

年長から高3まで土曜日午後を中心  
に清和公民館などで活動。音楽好き  
なお友達と楽しく、イベントに出演し  
ながら活動をしたいです。異学年で関  
わり、楽しく歌いませんか。

## 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

日所4月18日(土)石垣池公園、5月16  
日(土)江島スポーツ公園8時～9時30  
分(雨天中止) 料無料 詳細は「プ  
ロギングみえ」で検索

## 南海トラフ地震に備えたい方 を募集します

小園薫 ☎090-1788-5521  
✉rsw71419@nifty.com

料無料 申電子メール 内①自身を  
守って誰かを支える備えの予習など  
②社会福祉協議会へ「こんなことが  
できそうな人達」名簿を進呈 ※名簿  
掲載は任意

## オカリナ音楽隊・スプリング ミニコンサート

音楽隊事務局 ☎090-3481-0814

日4月12日(日)14時から  
所鈴鹿市河川防災センター(2階会議  
室) 料無料 内オカリナの優しい音  
色と迫力ある演奏をお楽しみくださ  
い

## 鈴鹿錬成会 柔道教室 生徒募集

川崎洋平  
☎090-7609-2450 ☎059-384-3741

対幼児～ 日火・木曜19時～21時  
土曜18時～20時 所市武道館ほか  
料2ヵ月3,000円 申鈴鹿錬成会で  
検索しメール又は電話 内柔道の基  
礎から試合

## 認知症の人と 家族の会のつどい

下野和子 ☎059-335-5414

対本人、家族、関心のある方 日4月  
8日(水)、5月13日(水)13時～15時  
所牧田コミュニティセンター  
料100円 申電話 内悩み相談、介  
護家族の交流

## 新規会員の募集

ウォーキングサークル楽歩  
幹事 伊藤 ☎090-4449-3169

料400円 内毎月第3木曜日に、鈴  
鹿市を中心に、明るく・楽しく・学ぶこ  
とをモットーにウォーキング、一緒に  
ウォーキングをしませんか?先ずはご  
連絡を♪

## 社交ダンスを踊りましょう

兼松孝往  
✉uhuhune+dance@gmail.com

対社交ダンス初級中級者 日毎週  
火曜日13時～15時 所AGF体育館  
大会議室 料1回500円 申メール  
または直接会場へ 内ワルツ・タンゴ  
等を楽しく踊りましょう

## みな歌

田邊 ☎090-1782-3704

日4月28日(火)13時30分～15時30分  
所ふれあいホール 料500円 予約  
は必要ありません、お気軽に♪ 内童  
謡や唱歌をみんなで歌いましょう

## うつ・心神不安定・自信喪失の 方の相談室

重田 ☎059-372-1951

仕事関係や人間関係、学業など悩み  
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、  
精神的バックアップやアドバイスをし  
ます。詳しくは電話で

## こども茶道・華道教室生徒募集

嵯峨ミストラルすずか  
増淵 ☎090-9174-2924

対小・中学生 日所料 茶道:第1・  
3土曜日13時～15時 西玉垣集会所  
1回500円、華道:第2土曜日13時30  
分～15時 玉垣会館 1回1,000円  
申電話で

## 泉会募集

中森成行 ☎059-383-1995

日4月11日(土)13時から  
所牧田コミュニティセンター  
料500円 申電話で  
内一人五句をもちより句会形式です  
すめています

## 春の山野草展示会

鈴鹿山野草の会  
別府 ☎090-9029-4886

日4月25日(土)・26日(日)9時～17時  
所鈴鹿ハンター1階サブコート  
内山野草の展示会と即売 ※新入  
会員を募集、初心者も大歓迎

## スポーツウエルネス 吹矢体験参加者募集

水曜日 どもんなか吹矢サークル  
杉野 ☎090-2929-0661

対吹矢に興味のある方 日第2・4(水)  
13時30分～15時30分 所栄公民館  
料100円 申電話で  
内腹胸式呼吸を用いて矢を吹き射す  
健康を目的としたスポーツです

## 鈴鹿不登校を考える親の会

「つうの会」不登校・ひきこもり親の会  
橋本 ☎080-1987-4008 ✉tsuunokai@gmail.com

日4月14日(火)19時～21時 所鈴鹿  
市社会福祉センター 料200円  
申不要 直接会場へ 内不登校のお  
子さんを持つ親同士の語り合いが中  
心です。一緒にお話ししませんか



## 6月号 掲載分 集

4月20日(月)9時から24日(金)17時まで、次の方法で情報政策課へ  
申込みフォーム、ファクス(☎059-382-2219)、直接窓口へ

※原稿規格はタイトル24文字以内、本文80文字以内(厳守)です。 ※ファクス、直接申し込み方は専用の依頼用紙で提出してください。 ※ファクスの方は、情報政策課へ受信確認の連絡をしてください。 ※市内で開催するものに限りません。 ※営利、宗教、政治活動、その他公序良俗に反すると認められるものは、お断りします。 ※当事者間のトラブルについて、市は一切関与しません。 ※同一申込者または同等の掲載内容のものは2ヵ月に1回の掲載とします。(4月号掲載→6月号以降) ※掲載の都合上、内容を省略、編集することがありますのでご了承ください。

☎ 情報政策課 ☎059-382-9036

申込みフォーム





# 5月の相談



相談名	とき	ところ	問合せ	
一般相談	月～金曜日	8:30～17:15	市民対話課 ☎059-382-9004 ☎059-382-7660 ※総合相談は、弁護士、行政相談委員、司法書士、土地家屋調査士による相談です(行政相談委員のみ予約不要)。 ※弁護士相談・交通事故相談・司法書士相談は、相談後3カ月間次の予約ができません。 ※司法書士の予約は、4月27日(月)から受け付けます。	1 金
◎弁護士相談	1・15・22・29日	10:00～12:00 13:00～15:00		2 土
◎交通事故相談	26日	13:00～15:00		3 日 憲法記念日
◎総合相談	15日	10:00～12:00 13:00～15:00		4 月 みどりの日
◎行政書士相談	26日	10:00～12:00		5 火 こどもの日
◎外国人のための行政書士相談	14日	10:00～12:00		6 水 振替休日
女性のための電話相談	1・7・8・12・14 15・21・26・28 29日	10:00～12:00 13:00～16:00	電話相談専用 ☎059-381-3118 男女共同参画課 ☎059-381-3113 ☎059-381-3119	7 木
人権相談	月～金曜日	8:30～17:15	市役所本館 2 階 (市民対話課)	8 金
人権擁護委員による人権相談	11日	13:00～16:00	一ノ宮市民館	9 土
教育相談	月～金曜日	8:30～17:15	市役所西館 2 階 (子ども家庭支援課)	10 日
女性相談				11 月
家庭児童相談				12 火
児童虐待・DVに関する相談				13 水
発達相談	月～金曜日	8:30～17:15	市役所西館 1 階 (子ども家庭支援課)	14 木
電話育児相談	火～土曜日	8:30～17:15	子育て支援センターりんりん ☎059-372-3338 ☎059-372-3303 ※第2火曜日は除く	15 金
	月～金曜日	9:00～15:00	子育て支援センターハーモニー ☎059-383-7750 ☎059-383-1643 ※第2金曜日・第4金曜日は除く	16 土
◎年金事務所出張相談	13・27日	10:00～15:00	鈴鹿商工会議所別館 ☎059-228-9112 (※)	17 日
◎こころの健康相談	12日	13:30～15:30	県鈴鹿庁舎 1 階 衛生教育室 ☎059-382-8673 ☎059-382-7958 ※開催日の1週間前までに予約してください	18 月
◎建築士による住まいの相談	毎月第3木曜日	9:00～16:00	市役所本館 9 階 (建築指導課) ☎059-382-9048 ☎059-384-3938	19 火
消費生活相談	月～金曜日	10:00～17:00	鈴鹿亀山消費生活センター ☎059-375-7611 (鈴鹿ハンター 2 階) ☎059-370-2900 電話相談:9:00～12:00,13:00～17:00	20 水

◎印は予約制です。※年金事務所出張相談の予約は、電話の音声ガイダンスに従い、1(相談の予約)→2(職員にご用の方は)の順に操作してください。

## 図書館

開館時間・電話番号  
○本館 9時～19時 ☎059-382-0347  
(土・日曜日、祝日は9時～17時)  
○江島分館9時～17時 ☎059-387-0665

休館日  
金曜日、5日



便利な電子図書館も  
ご利用ください!

すずか  
電子図書館  
ウェブサイト

## 配本/ふれあいライブラリー(公民館・ふれあいセンター)

天候などの影響により、遅延・中止する場合がありますのでご了承ください。

11日(月)・25日(月)		13日(水)・27日(水)		14日(木)・28日(木)	
鈴峰	10:00～10:30	石薬師	10:00～10:30	神戸	9:30～10:00
加佐登	11:00～11:30	牧田	11:00～11:30	清和	10:15～10:45
合川	13:30～14:00	愛宕	13:30～14:00	飯野	11:00～11:30
天名	14:30～15:00	白子	14:30～15:00	井田川	13:30～14:00
稻生	15:30～16:00	若松	15:30～16:00	国府	14:30～15:00
				住吉	15:30～16:00
18日(月)		20日(水)		21日(木)	
久間田	10:00～10:30	庄内	10:00～10:30	椿	10:00～10:30
河曲	11:00～11:30	庄野	11:00～11:30	深伊沢	11:00～11:30
郡山	13:30～14:00	一ノ宮	13:30～14:00	旭が丘	13:30～14:00
栄	14:30～15:00	長太	14:30～15:00	ふれあいセンター	14:30～15:00
鼓ヶ浦	15:30～16:00	箕田	15:30～16:00	玉垣	15:30～16:00

## 考古博物館

開館時間・電話番号  
9時～17時(入館は16時30分まで)  
☎059-374-1994

休館日  
7日(木)・11日(月)・18日(月)  
19日(火)・25日(月)

### 今月の展示

速報展  
「発掘された鈴鹿2025」  
とき 6月14日(日)まで  
観覧料 一般・学生 200円  
小・中学生 100円  
※常設展共通



## 公共施設予約システム

市内の文化・スポーツ・公園などの施設の空き状況の確認や利用申込にご活用ください。ご利用には利用者登録が必要です。

公共施設  
予約システム

# 鈴鹿市の情報発信

鈴鹿市公式 X



鈴鹿市公式 facebook



鈴鹿市LINE 公式アカウント



鈴鹿市公式 YouTube



広報すずか 音声・電子版



鈴鹿市公式 インスタグラム



マイ 広報紙



## テレビ広報 「鈴鹿五感」YouTube配信中!



### ▶#61 AGF鈴鹿体育館

大小2つのアリーナを有する市内最大の公営屋内施設であり、トレーニングルームや市立テニスコートを併設するAGF鈴鹿体育館を紹介していますので、ぜひご覧ください。

## ラジオ広報すずか Suzuka Voice FM 78.3MHz

鈴鹿市からの お知らせ (5分間)

月・水・金曜日	火・木曜日	土・日曜日
7時50分 16時30分	8時03分 17時30分	7時54分 13時54分

※パソコンやアプリでも聞けます。詳しくはSuzuka Voice FMのウェブサイトです。



ありのままの自分、  
そのままの相手を大切に

ひろげよう

# 人権尊重の輪

人権尊重の第一歩は、自分と相手の「かけがえのなさ」を認めることから始まります。近年、学力などの目に見える成果だけでなく、やり抜く力や自制心、社会性といった「非認知能力」の大切さが注目されています。そして、この力を豊かにする基盤となるのが、「自己肯定感」です。

自己肯定感とは、自分の弱さや未熟な点も含めて、「ありのままの自分には価値がある」と受け入れることです。この基盤があってこそ、人は困難に直面した際にも、諦めず、しなやかに立ち直る力を発揮できます。

この「しなやかな強さ」は、自分を大切に思う心に支えられ、その心は周囲の人々が存在を認め、肯定的に受け止める日々の関わりによって育まれます。だからこそ、家庭や地域で「そのままの自分で大丈夫」という安心感を得られる環境を整えることは、一人一人の生きる意欲を支える力となります。お互いの良さを認め合う行動は、決して特別なことではありません。まずは日々の挨拶や何気ない対話など、自分にできる身近なことから始めてみませんか。

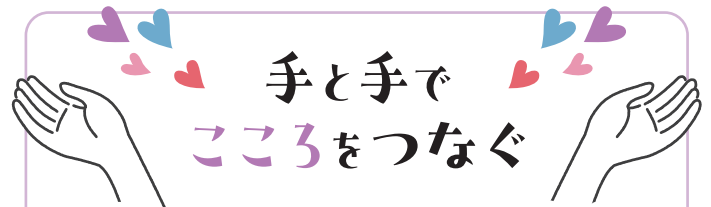
一人一人の心が満たされ、互いを心から尊重し合える明るい未来を、ともに築いていきましょう。



教育指導課  
☎059-382-9028  
☎059-383-7878  
✉kyoikushido@city.suzuka.lg.jp

教育支援課  
☎059-382-9055  
☎059-382-9053  
✉kyoikushien@city.suzuka.lg.jp

人権政策課  
☎059-382-9011  
☎059-382-2214  
✉jinkenseisaku@city.suzuka.lg.jp



手と手で  
こころをつなぐ

このコーナーでは、手話に対する理解と普及を図るため、皆さんに手話に関する情報を発信しています。

「家族」に関する手話を使ってみましょう!

父



右手人差し指の指先を頬に当てる。



親指を立てて上げる。

子ども



腰の高さで位置を変えて右手手のひらで空間を3回押さえる。

単語の表現などを動画でご覧ください



障がい福祉課  
☎059-382-7626  
☎059-382-7607  
✉shogaifukushi@city.suzuka.lg.jp



おおうち だみのる 大内田実さん

# ひと・まち・モータースポーツ

## 60歳からのフォーミュラカーレースチャレンジ

この春、60歳でフォーミュラカーレースに挑戦を開始した男性がいます。大内田実さん(御園町)。その名に聞き覚えのある人も少なからずいるのではないのでしょうか。そう、大内田さんは、かつて鈴鹿8耐や全日本選手権最高峰クラスで活躍したトップライダーです。

50歳を機に2輪レースを引退した大内田さん。しかし、本人の心から消えなかったのがモータースポーツへの熱い想いでした。昨年、鈴鹿産・鈴鹿発のフォーミュラカーレース「フォーミュラエンジョイ」の名門ガレージ「K&Gレーシング」の門をたたき、新たなチャレンジをスタートさせました。3月1日(日)に鈴鹿サーキットで行われた今季第1戦。前日の公式予選で参加17台中9番手のタイムを記録し、

上々のポジションからのぞんだ決勝レースでは、2度のスピンを喫しながらもみごと10位で完走。初の4輪レースを終えました。還暦を過ぎてでも大内田さんのモータースポーツライフはますます輝きを増しています。中野能成(鈴鹿モータースポーツ友の会事務局)

## 地域づくり研修生が つくる 地域づくり Navi vol. 52 栄地区地域づくり協議会

### 「みんなで学ぼう災(祭)」

栄地区は伊勢湾、中ノ川、堀切川に囲まれており、津波や洪水の際は危険な地域です。また、高齢者が多く、災害時の準備や避難方法を心配に思われている方がいます。

防災クイズなど、こどもから大人まで楽しめる企画を盛り込むことで、防災を意識するきっかけや幅広い世代の交流を深める場になればという思いで開催しています。



### 参加した人たちの感想



「防災について学べただけでなく、こどもから大人まで楽しめるイベントになっており家族で楽しむことができました」「天栄中学校まで防災バッグを背負って歩いたので疲れたけど防災を意識する良いきっかけになりました」などの感想がありました。

## 地域づくり Photo



防災講話



防災グッズの体験

### 地域づくり研修生の一言

「みんなで学ぼう災(祭)」だけでなく、放課後こども教室「さかえーる教室」や生活支援サービス「お願いネットさかえ〜」などさまざまな活動に取り組んでいる賑やかな協議会です。

問合せ 地域協働課 ☎059-382-8695

明治11年 創刊 三重の県紙

# 伊勢新聞

購読のお申し込みは、お近くの販売店へ。お問い合わせは、伊勢新聞社へ。(☎059-224-4400)

## ● 広報すずか ● 鈴鹿市ウェブ 広告募集中

ご相談に応じます。お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先 ※お問い合わせ時に掲載広告枠が埋まっている場合もございます。悪しからずご了承ください。

株式会社 亜細亜エンタープライジズ

〒513-1124 三重県鈴鹿市自由ヶ丘一丁目17番1号 TEL 059-374-0170 FAX 059-374-3718 担当: 竹尾 pacific.take@gmail.com

