



3月19日に開通した磯山バイパスⅡ期工区の建設に携わった事業者の皆さん

## | 特集 | ～つながる、広がる、便利になる～私たちの道路ネットワーク

### Pick UP Suzuka ピックアップ すずか

- ・市の財政
- ・市民の声
- ・環境

- 8 Infomation インフォメーション
- 20 子育てルーム
- 21 HEALTH+ ヘルスプラス
- 25 まちの掲示板
- 26 相談/図書館/考古博物館/公共施設予約システム
- 27 鈴鹿市の情報発信/ひろげよう人権尊重の輪/  
まちの出来事

公式LINEの友だち追加で  
広報発行をお知らせ!



# つながる、広がる、便利になる 私たちの道路ネットワーク

私たちのまちの発展を支える「幹線道路」をご存じですか？

幹線道路は、単なる道路ではなく、地域の発展を支える基盤インフラです。道路と道路がつながり、道路ネットワークが広がることで、交通・経済・防災・生活環境が向上し、私たちの生活の質が大きく改善されます。

今回の特集では、「鈴鹿四日市道路」や「鈴鹿亀山道路」といった広域な幹線道路や、「汲川原橋徳田線」、「平野三日市線・三日市地子町線」などの地域の幹線道路など、国・県・市が一体となって事業を進めている道路の整備状況や新たに開通した道路などを紹介します。



## 鈴鹿四日市道路【国】

北勢バイパスと中勢バイパスを連結する幹線道路で、四日市市采女町から鈴鹿市稲生町までの延長7.5kmが事業区間です。現在、稲生町から野辺町まで事業承認がなされ、工事着手に向けて、用地測量、設計・調査などが行われています。

期待される  
整備効果

- ◆国道23号の渋滞が緩和される。
- ◆大規模災害時に安心・安全なルートが確保される。

## 鈴鹿亀山道路【県】

鈴鹿四日市道路と亀山JCTを連結する自動車専用道路で、野辺町から亀山市辺法寺町までの延長10.5kmが事業区間です。現在、工事着手に向けて、設計・調査・用地取得が進められています。

期待される  
整備効果

- ◆高速道路までのアクセス時間が短くなる。
- ◆防災機能が向上する。



▲鈴鹿四日市道路【国】・鈴鹿亀山道路【県】

## 鈴鹿亀山道路【県】

## 汲川原橋徳田線【市】

## 汲川原橋徳田線【市】

鈴鹿中央線と中勢バイパスを連結して、国道23号と東名阪自動車道をつなぐ都市構造上の骨格となる幹線道路です。現在、慢性的な渋滞の緩和と安全で快適な自転車歩行者道の確保を図るため、平野町から国府町までの延長1.3kmの事業区間で、4車線化する道路拡幅工事を進めています。

期待される  
整備効果

- ◆4車線化により、慢性的な渋滞が緩和できる。
- ◆歩道整備によって、歩行者・自転車の安全性が確保できる。



▲汲川原橋徳田線【市】

## 平野三日市線・三日市地子町線【市】

平野三日市線と三日市地子町線は、都市の骨格を形成し、近隣住区相互を連絡する幹線道路です。本路線は汲川原橋徳田線と鈴鹿四日市道路を結び、医療拠点である鈴鹿中央総合病院へのアクセスを確保する重要な役割を担い、救急車の搬送時間短縮が期待されています。現在、算所町から地子町までの延長2.3kmで、用地測量と用地取得を進めており、工事着手に向けて準備を進めています。

期待される  
整備効果

- ◆現在、計画している鈴鹿四日市道路へのアクセスがしやすくなる。
- ◆鈴鹿中央総合病院までの搬送時間が短縮できる。



▲平野三日市線・三日市地子町線【市】

# 新たな道路の開通と交差点改良

## 磯山バイパス Ⅱ期工区 開通式



### 主要地方道鈴鹿環状線(磯山バイパスⅡ期工区)【県】

令和8年3月19日に主要地方道鈴鹿環状線(磯山バイパス)が全線開通し、国道23号から中勢バイパスまで通行できるようになりました。



鈴鹿建設事務所  
事業推進室  
鈴鹿亀山道路課

みたらい はると  
御手洗 温都さん

#### 開通の ポイント

徳田町付近の鈴鹿環状線は、道幅が狭く朝夕を中心に混雑が発生し、課題となっていました。今回の全線開通により、周辺地域の混雑緩和と共に、国道23号から中勢バイパスがつながることで、交通便利性の向上、産業・物流の効率化が期待できます。また、大規模災害発生時には緊急輸送道路として沿岸部への救援ルートとしての役割も担っています。

### 主要地方道神戸長沢線(定五郎橋南詰)【県】

令和7年5月13日に主要地方道神戸長沢線の道路改良工事が完成し、定五郎橋南詰交差点に右折レーンを設置したことにより、朝夕の慢性的な渋滞が緩和しました。



#### 開通の ポイント

以前の交差点には右折レーンがなく、通勤時間帯の右折待ちの車両による渋滞が課題となっていました。交差点を南に移設し、新たに右折レーンを整備したことで、朝夕の混雑が緩和され、交通の流れが改善しました。

鈴鹿建設事務所  
事業推進室  
道路課

なか もり こう すけ  
中森 康介さん



# 広がる地域の可能性!

## 鈴鹿PAスマートインターチェンジ

平成31年3月、鈴鹿パーキングエリア(鈴鹿PA)スマートインターチェンジが開通し、令和7年12月末時点で、約313万台が利用しています。本市の西の玄関口として、地域住民の暮らしの向上や、アクセス向上による地域産業の発展、観光振興に貢献しています。さらに、代替道路の確保による物流の安定化など、多面的な効果を発揮しています。



▲鈴鹿PAスマートIC (ETC搭載車両のみ通行可)

## スマートインターチェンジによる地域産業の活性化

鈴鹿PAスマートインターチェンジの開通を契機に、新名神高速道路へのアクセスが良好なエリアに鈴鹿椿工業団地が整備され、「株式会社日本陸送」の鈴鹿物流センター営業所、「JA全農みえ」の茶センターが新規立地しました。



株式会社日本陸送  
専務取締役

ふじ さき のぶ お  
藤崎 伸雄さん

## 利便性と安全性の向上につながる拠点

令和7年8月、鈴鹿椿工業団地内に鈴鹿物流センター営業所を竣工しました。インターの近くに拠点を構えたことで、高速道路が近く輸送が便利になりました。それにより、走行時間が減少しました。ドライバーの労働時間が減り、利便性と安全性の向上につながっています。

さらに、物流業界では環境面に配慮した物流が求められていますので、当社では大量輸送ができるダブル連結トラックを導入し、走行車両から排出されるCO<sub>2</sub>の削減に取り組んでいます。



▲鈴鹿物流センター営業所



▲ダブル連結トラック



## スマートインターチェンジを利用して、鈴鹿PA「PIT SUZUKA」にお立ち寄りください

新名神高速道路 鈴鹿PA「PIT SUZUKA(ピット スズカ)」は、大阪方面と名古屋方面の両方から利用することができるパーキングエリアです。施設内はモータースポーツを感じられる仕掛けをはじめ、グルメやお土産など、鈴鹿ならではの魅力がいっぱいです。高速道路に乗る前はもちろん、一般道から入ることもできますので、ぜひ鈴鹿PA「PIT SUZUKA」をご利用ください。



道路は、車や人が通るだけでなく、街の形成、防災、環境面などで、さまざまな役割を果たしています。特に、市内の主要な幹線道路は、都市の発展を支える重要な施設です。

また、道路には、土地利用を誘導する効果もあり、整備された幹線道路沿いやインターチェンジ周辺では、民間による工業団地の造成が進み、新たな産業拠点が形成されています。

鈴鹿市が持続的な発展をしていくには、道路インフラの整備が必要となりますが、一方で、公共事業を継続的に行っていくためには、予算の確保が欠かせません。既に整備された施設の更新時期を迎えることから、国・県の道路事業と連携を図りながら、事業の効果が最大限に発現できるように道路ネットワークの構築を進め、「道づくり」に取り組んでいます。



鈴鹿市土木部長  
やまもと ふみよし  
山本 章善

今回の特集に関するご意見・ご感想  
土木総務課 ☎059-382-9072 📠059-382-7612 📧dobokusomu@city.suzuka.lg.jp

# 令和8年度 当初予算の概要をお知らせします

予算に  
関すること



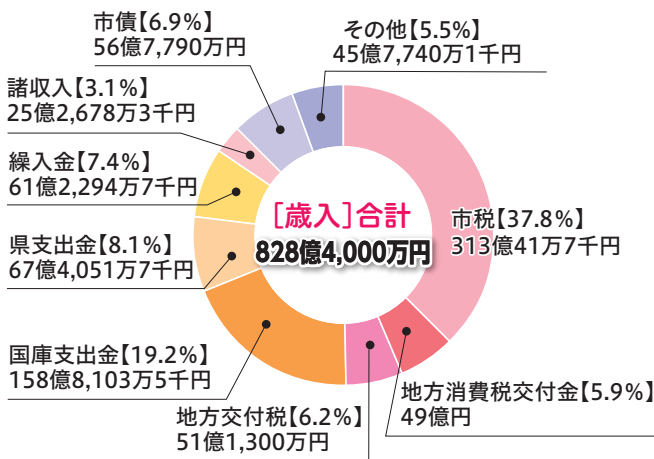
財政課 ☎059-382-9041 📠059-382-9040 ✉zaisei@city.suzuka.lg.jp

## ■ 会計別予算額

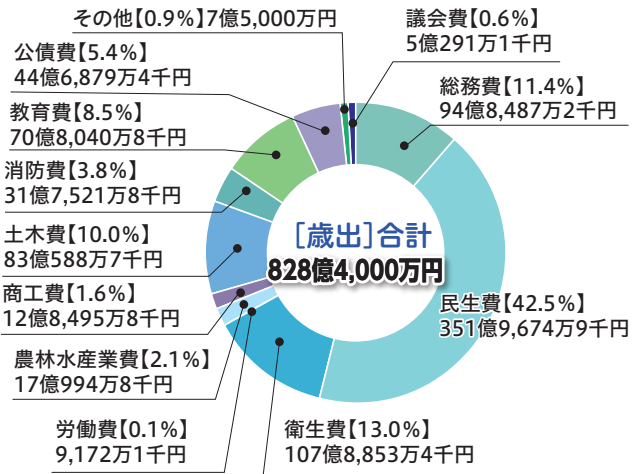
【単位：千円・％】

会計区分	令和8年度	令和7年度	増減額	増減率	
一般会計	82,840,000	77,050,000	5,790,000	7.5	
特別会計	国民健康保険事業	17,091,570	17,406,580	▲ 315,010	▲ 1.8
	土地取得事業	704,000	154,000	550,000	357.1
	介護保険事業	58,053	54,498	3,555	6.5
	後期高齢者医療	5,791,210	5,411,129	380,081	7.0
	小計	23,644,833	23,026,207	618,626	2.7
水道事業会計	7,730,145	7,074,639	655,506	9.3	
下水道事業会計	12,643,270	13,199,993	▲ 556,723	▲ 4.2	
合計	126,858,248	120,350,839	6,507,409	5.4	

### 一般会計の歳入



### 一般会計の歳出



## 令和8年度予算で、新たに実施する主な取組

※【 】の金額は、令和9年度以降に支出する予定の予算額です。

- 1 「鈴鹿市子ども計画」の策定 597万6千円** 「鈴鹿市子ども計画」の策定により、全ての子ども・若者が身体的・精神的・社会的に幸福な生活を送ることができる社会の実現を目指します。
- 2 祝日保育の実施に対する支援 148万8千円** 私立保育所などが実施する休日保育事業について、祝日のみの保育に対しても補助を行うことで保育ニーズに対応します。
- 3 義務教育学校に係る基本構想及び基本計画の策定 2,557万5千円** 天栄中学校区の小中学校を再編して設置する義務教育学校に係る基本構想、基本計画を策定し、令和14年4月の開校を目指します。
- 4 高齢者終活支援 17万3千円** 身寄りのない高齢者などの終活情報に関する登録窓口を設置し、緊急連絡先や終活にあたりご本人の希望を登録することで、将来への不安解消につなげます。
- 5 幼児のインフルエンザワクチン接種費用の助成 1,060万円** 1歳以上の未就学児を対象に任意接種のインフルエンザワクチン接種費用の一部を助成し、市民の疾病予防及び健康増進を図ります。
- 6 道路整備による交通アクセスの強化と交通利便性の増進 1,200万円** 都市計画道路末広千代崎線の一部区間において車道整備並びに自転車歩行者道の拡充整備及び両側設置を行うことにより、交通アクセスの強化と交通利便性の増進を図ります。
- 7 家庭ごみのふれあい収集の実施 880万8千円** 家庭ごみの戸別収集(ふれあい収集)を行うことで、集積所へのごみ排出が困難な高齢者や障がい者を支援します。
- 8 地域公共交通計画の策定 1,000万円【1,000万円】** 地域公共交通計画の策定を通して、まちづくりと連携した地域公共交通ネットワークのアップデート、新技術の活用など、本市の地域公共交通のあり方を検討します。
- 9 就職・転職フェアの拡充 33万7千円** 大阪で就職・転職フェアを開催し、関西在住の若者をはじめ、幅広い世代の方々にアプローチし、本市での就職や転職、移住・定住につなげます。
- 10 「書かない窓口」の実現に向けた準備 543万2千円** 窓口で申請書の記入を不要とする「書かない窓口」の実現に向けた準備を行い、DXの推進による市民サービスの向上を図ります。

## あなたの意見や提案をお聞かせください



市民対話課 ☎059-382-9004 📠059-382-7660 📧shimintaiwa@city.suzuka.lg.jp

本市では、より良いまちづくりのために、市政全般に対するご意見・ご提案を「市民の声」として受け付けています。令和7年度は、延べ545件の意見が寄せられました。これらの声は、市政の参考にさせていただきます。  
※令和6年度の意見は443件でした。

### ご意見をお寄せください

ウェブサイト内の入力フォーム、電子メール、手紙、電話、ファクス、直接窓口にお越しいただくなど、いずれの方法でも受け付けています。手紙の場合は、市民対話課と地区市民センターなどに切手不要の「市民の声」用紙を備えていますのでご利用ください。  
なお、お寄せいただいたご意見は、個人が特定できないよう配慮して、広報すずかやウェブサイトで紹介することがあります。

担当部局	件数	意見の一例
健康福祉部	77	生活保護について 新型コロナウイルスについて
総務部	58	職員の採用について 本館15階について
都市整備部	44	公園における 自転車の乗り入れについて
教育委員会事務局	44	部活動の地域展開について キッズウィークについて
文化スポーツ部	44	武道館へのエアコン設置について
環境部	42	ムクドリの大群について もやせないごみについて
危機管理部	40	駅の自転車駐輪場について
土木部	39	道路の草について 市道の散乱ゴミについて
地域振興部	36	外国人について 市民の声の用紙について
政策経営部	30	物価高騰対策について
こども政策部	30	放課後児童クラブについて
産業振興部	26	F1日本グランプリについて
議会事務局	7	こどもと議員の ふれあいミーティングについて
上下水道局	6	下水道工事について
その他	22	
計	545	

## 土地の管理は所有者・管理者の責務です 除草・剪定を行うなど適切に管理しましょう

環境政策課 ☎059-382-7954 📠059-382-2214 📧kankyoseisaku@city.suzuka.lg.jp

土地の管理をおろそかにすると、雑草・樹木が生い茂り、衛生面やごみの不法投棄などさまざまな問題が発生する可能性があります。地域の皆さんが快適に暮らせるように、適切な土地の管理を心掛けましょう。

※自身での管理が難しい場合は、業者への依頼なども検討してください。

### 土地を放置すると…

交通事故や  
空き巣の恐れ



ごみが  
不法投棄される



木や枝、倒木などが  
隣地に被害を与える



### 隣地の雑草などにお困りの方へ

私有地の雑草などに関する問題は、近隣同士でのコミュニケーションの中で解決を図ることが大切です。まずは土地の所有者に除草や剪定をお願いしましょう。

土地の所有者が分からない場合は、法務局で登記事項証明書を取得することで調べることができます。



### 軽度・中等度難聴者 補聴器購入費助成金の申請受付を開始します



長寿社会課 ☎059-382-7935 ☎059-382-7607

補聴器の早期装用を促進し、コミュニケーション能力の向上を図ることで、認知症やうつ病などの発症リスクを低減させるため、購入費の一部を助成します。

※交付決定通知が届く前に購入された補聴器は、助成対象外です。

#### 対 以下の全てを満たす方

- 身体障害者手帳（聴覚障害）の交付対象とならない方
- 50歳以上の市内在住の方
- 両耳の聴力レベルがそれぞれ25デシベル以上の方
- 医師により補聴器の装用が必要と判断された方

※これまでに助成を受けたことがある方は、助成の交付決定日から5年間、助成申請することができません。

#### 対象機器 管理医療機器の指定を受けた補聴器本体

※電池、充電器およびイヤモールドを含みます。

※修理などの費用、付属品（電池、充電器、イヤモールド）の単体での購入、集音器の購入は助成対象外です。

※(公財)テクノエイド協会が認定する認定補聴器専門店での購入に限ります。

#### 助成額 補聴器購入費用の半額

※上限2万2千円

申 5月20日(水)から令和9年2月26日(金)まで(必着)に、長寿社会課へ

※令和7年度は事前に抽選を行いました。令和8年度は先着順で予算の上限に達した時点で終了します。

※申請書類は、長寿社会課窓口または市ウェブサイトで入手できます。

### インフォメーション

## Information

### お知らせ



#### 上下水道事業 経営審議会の 傍聴ができます



経営企画課 ☎059-368-1663 ☎059-368-1688

- 日 5月11日(月)13時30分から
- 所 上下水道局本館3階 第4会議室
- 内 新料金体系案などの検討
- 定 5人
- ※希望者多数の場合は抽選
- 申 当日13時15分から25分まで、会場で受け付け



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  
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  
三重県鈴鹿市福生町 7992 TEL.059-378-1111  
詳しくはこちら

庭木1本から承ります!

お客様のお約束  
庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
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  
通常2,200円を 高さ2m  
※税込  
※初回限定  
先着10名様 1,100円

お近くの鈴鹿地域  
担当者がお伺い  
いたします!

9:00~17:00  
0120-61-4128

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ナタープライジズまで

## 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

## ●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 亜細亜エナタープライジズ**  
〒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

バイクであいたい  
パレード2026の  
参加者を募集します



観光・モータースポーツ局  
☎059-382-9020 📠059-382-0304

鈴鹿サーキットの8耐前夜祭会場に  
向けて行う交通安全パレード「バイク  
であいたいパレード」の参加者を  
募集します。

**日** 7月4日(土)13時30分~18時(予定)  
※パレードは17時15分スタート予定  
※受付13時30分から

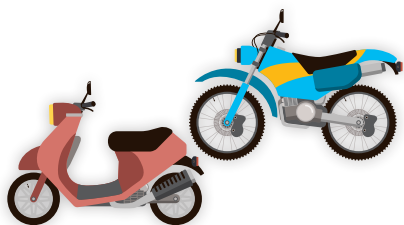
**所** 鈴鹿ハンター特設会場(算所  
2-5-1)

※パレードコースは、鈴鹿ハンター駐車場  
から鈴鹿サーキットまでです。

※パレードコースや周辺道路の交通規制  
を17時ごろから行います。パレード中は、  
道路の横断はできません。

**申** 5月7日(木)~25日(月)まで、鈴鹿商  
工会議所青年部ウェブサイト  
※応募多数の場合は抽選

**問** 鈴鹿商工会議所青年部  
☎059-382-3222



最新年度の所得課税  
証明書の取得は  
コンビニで



戸籍住民課 ☎059-382-9013 📠059-382-7608

6月から令和8年度所得課税証明  
書(令和7年中の所得)の発行を開  
始することにより、戸籍住民課や地  
区市民センターの窓口は混雑が予  
想されます。コンビニなどのマルチ  
コピー機で最新年度のみ所得課税  
証明書を取得することができます  
ので、ご利用ください。

※利用する場合は、マイナンバーカード(利  
用者証明用電子証明書搭載のもの)と、  
4桁の暗証番号の入力が必要です。

※1通200円で取得できます(窓口交付の  
場合、1通300円)。

※所得課税証明書の取得は、ご自身のもの  
に限ります。

※マイナンバーカードの申請は、市ウェブサ  
イトを確認または戸籍住民課コールセン  
ターへお問い合わせください。

☎059-327-5056

#### ◆一部証明書の発行停止

次の日は、コンビニなどのマルチコ  
ピー機での所得課税証明書の取得  
ができませんので、ご注意ください。

**日** 6月1日(月)(終日)

※住民票の写しや印鑑登録証明書などは  
発行できます。

ふとん丸洗いサービスを  
ご利用ください



長寿社会課 ☎059-382-7935 📠059-382-7607

市の委託業者が自宅を訪問して布  
団を預かり、丸洗い・消毒・乾燥  
をしてお返しします。

中ワタが、綿・合成繊維・羊毛・  
羽毛のいずれかの布団で、サイズ  
は問いません。1人あたり2枚まで  
で、1週間から10日間程お預かり  
します。

※毛布は対象外です。

**対** 在宅で3カ月以上寝たきりの状  
態など、寝具の衛生管理が困難  
な40歳以上の方

**日** 7月中に実施

**料** 無料

※預かり期間中の貸し布団は有料です。

**申** 5月15日(金)から6月15日(月)ま  
でに、申請書を介護支援専門員  
(ケアマネジャー)または地域  
包括支援センターを通じて長寿  
社会課へ

※令和7年度までの申込期間と異なりま  
すので、ご注意ください。

※お住まいの地区の地域包括支援セン  
ターの連絡先など、詳しくは長寿社会  
課へ。次回は広報すずか9月号でお知  
らせする予定です。

「認知症フレンドリーシティ鈴鹿」参画事業所を募集します



長寿社会課 ☎059-382-9886 📠059-382-7607

誰もが住み慣れた地域で自分らしく希望を持って暮らし続けることができるまちを目指して、市は令和4年12月9日に「認知症フレンドリーシティ鈴鹿」を宣言しました。認知症の方や家族を行政や地域住民で支えるだけではなく、おもいやりレジなどの暮らしやすい環境整備に企業の協力も必要になるため、参画していただける事業所(企業・店舗)を募集しています。

※「認知症フレンドリーシティ鈴鹿」に参画する事業者(企業・店舗)を「認知症フレンドリーシティ鈴鹿」パートナーと呼びます。





### 国民年金学生納付 特例制度のお知らせ



保険年金課 ☎059-382-9401 📠059-382-9455

20歳以上の国民年金被保険者で、保険料納付が困難な学生の方は、「学生納付特例制度」を利用することで、在学中の支払いが猶予されます。

※学生納付特例を受ける場合は、毎年度申請が必要です。

※猶予承認期間の保険料は、10年以内であれば、追納できます。

※マイナポータルから電子申請もできます。

**所** 保険年金課、地区市民センター、津年金事務所

**持** 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）、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）、学生証または在学証明書（原本）、退職して学生になった方は雇用保険の離職票または受給資格者証

**問** ○保険年金課  
○津年金事務所  
☎059-228-9112

### シニア向け無料就職 相談窓口のご案内



産業政策課 ☎059-382-8698 📠059-382-0304

個別相談に応じながら就労までのサポートを行います。

**対** 60歳～70歳かつ離職後1年以内または在職中の方

**日** 5月12日(火)・26日(火)10時～16時30分

**所** 市役所本館7階 打合せ室  
**定** 各3人(予定)

**料** 無料

**申・問** 電話で産業雇用安定センター三重事務所(大塚・中原)へ  
☎059-225-5449  
(平日9時～17時)

### 非自発的理由による 離職に伴う国民健康 保険料の軽減



保険年金課 ☎059-382-9290 📠059-382-9455

65歳未満の方で対象の方は、届出することで国民健康保険料が軽減される場合があります。

**対** 次の要件全てに該当する方

- 解雇などの会社都合により離職した方
- 雇用保険の失業給付を受給中または受給していた方
- 雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知のコードが以下の数字の方

**離職理由コード** 11、12、21、22、23、31、32、33、34

**持** 雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知、マイナンバーのわかるもの、本人確認書類

**問** ○手続きについて：保険年金課  
○雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知について：公共職業安定所(ハローワーク鈴鹿)

☎059-382-8609

### 「人権擁護委員の日」 特別相談所を開設します



人権政策課 ☎059-382-9011 📠059-382-2214

近所や家庭内の問題、いじめや体罰、職場でのハラスメント、DVなどでお悩みの方は、ご相談ください。※相談は無料で、秘密は固く守られます。

#### ◆特設人権相談所

**日** 6月1日(月)10時～15時

**所** 鈴鹿ハンター 2階 特設会場  
(算所2-5-1)

**相談員** 人権擁護委員

**問** 津地方法務局人権擁護課  
☎059-228-4193

### 国民健康保険料 所得申告書の提出を



保険年金課 ☎059-382-9290 📠059-382-9455

「令和8年度国民健康保険料所得申告書」を、5月28日(木)に発送します。必要事項を記入の上、6月10日(水)までに保険年金課へ提出してください。

**対** 国民健康保険に加入中で、確定申告書や市・県民税申告書の提出がなく、給与や公的年金の支払者から支払報告書が提出されていないなど、前年中の所得金額が不明な方

※所得がない方も提出してください。

※すでに確定申告書や市・県民税申告書を提出した方に届いた場合は、申告書の写し(コピーしたもの)を添付して、提出してください。

### 若者の就業支援のため の出張相談のご案内



産業政策課 ☎059-382-8698 📠059-382-0304

「若者就業サポートステーション・みえ」が、市・県と連携して出張相談を実施します。

**対** 49歳までの無業状態の若者とその家族・関係者

**日** 毎月第2・4水曜日13時～17時  
**所** 市役所本館7階 701 ミーティングルーム

**内** 職業的自立に向けた支援、キャリア・カウンセラーによる個別面談

**料** 無料(予約制)

**問** 若者就業サポートステーション・みえ  
☎059-271-9333  
(平日9時～18時)

## 令和8年度全国瞬時警報システムの 全国一斉情報伝達試験を行います



防災危機管理課 ☎059-382-9968 📠059-382-7603

緊急事態の発生時に備えるため、全国一斉の情報伝達試験を行います。全国瞬時警報システム（Jアラート）を利用して、国から送られてくる緊急情報を、防災スピーカーやコミュニティFM放送などの情報伝達手段を用いて市民の皆さんに伝える放送試験です。

※本試験では、緊急速報メールの配信はありません。

※気象状況や災害の発生などにより、試験を中止する場合があります。

📅 6月3日(予備日7月1日)、8月26日(予備日9月9日)、11月11日(予備日11月25日)、令和9年2月3日(予備日2月17日)の各水曜日いずれも11時ごろから1分間程度

## 国民健康保険料の 振替口座を登録 している方へ



保険年金課 ☎059-382-9290 📠059-382-9455

国民健康保険料を口座振替で納付している世帯は、口座の変更または廃止の手続きをしていない場合、令和8年度も引き続き登録のある口座から振替を行います。振替口座を変更または廃止する必要がある方は、早めの手続きをお願いします。

## 令和8年度の国民健康保険料の納期と保険料率などのお知らせ



保険年金課 ☎059-382-9290 📠059-382-9455

令和8年度に賦課される国民健康保険料の納期と保険料率などは、次のとおりです。保険料の額は、7月に送付される納付通知書でご確認ください。

国民健康保険料 (普通徴収)		保険料率など	
4月		医療保険分	所得割 8.37%
			均等割 加入者1人につき33,300円(未就学児は16,650円)
5月			平等割 1世帯につき23,600円
			賦課限度額 67万円
6月		高齢支援分	所得割 2.80%
			均等割 加入者1人につき10,900円(未就学児は5,450円)
7月	1期(7/31(金))		平等割 1世帯につき7,400円
			賦課限度額 26万円
8月	2期(8/31(月))	40歳以上65歳未満の方は介護保険分も含まれます。	
9月	3期(9/30(水))	介護保険分	所得割 2.70%
			均等割 加入者1人につき12,400円
10月	4期(11/2(月))		平等割 1世帯につき5,800円
			賦課限度額 17万円
11月	5期(11/30(月))	令和8年度から新たに保険料に加算されます。	
12月	6期(12/25(金))	子ども・子育て支援金分(子ども分)	所得割 0.26%
			均等割 加入者1人につき1,078円(18歳未満被保険者は全額軽減)
1月	7期(2/1(月))		平等割 1世帯につき735円
			18歳以上均等割 18歳以上加入者1人につき126円
2月	8期(3/1(月))		賦課限度額 3万円
3月	9期(3/31(水))	※18歳未満被保険者とは、18歳に達する日以後の最初の3月31日以前である被保険者です。	

※賦課される保険料は、医療保険分、高齢支援分、介護保険分、子ども分の合計です。

※所得割は、表の率に加入者全員の基礎控除後の総所得金額などの合算額をかけて算出します。

※所得割の元となる金額は、土地の譲渡所得の特別控除後で算定します。また、雑損失の繰越控除は適用されません。申告不要の特定株式等譲渡所得や特定配当などの所得を確定申告などで申告した場合は、その所得も含まれます。

※医療保険分は、被保険者の医療費などに使われるものです。

※高齢支援分は、後期高齢者(75歳以上)の医療費を支援するものです。

※介護保険分は、介護保険第2号被保険者になる40歳以上65歳未満の方に賦課されるものです。

※子ども分は、子育て世帯に対する施策に使われるものです。



**特別児童扶養手当・障害児福祉手当・特別障害者手当のお知らせ**



障がい福祉課 ☎059-382-7626 📠059-382-7607

障がいのある方に対する手当を案内します。該当すると思われる方は、障がい福祉課へご相談ください。

※手帳の等級は目安であり、原則、手当用診断書（障がい別）で判定します。

※すでに受給認定されている方は申請不要です。

※令和8年度の手当月額です。

※所得制限があります。

**◆特別児童扶養手当**

**対** 障がいを支給事由とする公的年金を受け取ることができない20歳未満の児童を養育している方

**障がいの程度** 身体障害者手帳1～3級・4級の一部、療育手帳A1（最重度）・A2（重度）・B1（中度）・B2（軽度）の一部、精神障害者保健福祉手帳1・2級の一部

※特定の施設に入所中の児童は対象外です。

※児童または養育者が国外に居住している場合は対象外です。

**手当月額** 1級：5万8,450円、2級：3万8,930円

※児童1人当たりの額です。

**◆障害児福祉手当**

**対** 20歳未満で、重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時の介護を必要とする在宅の方

**障がいの程度** 身体障害者手帳1級、療育手帳A1（最重度）、精神障害者保健福祉手帳1級

※特定の施設に入所中の方や、障がいを支給事由とする公的年金などを受給している方は対象外です。

**手当月額** 1万6,560円

**◆特別障害者手当**

**対** 20歳以上で、著しく重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の方

**障がいの程度** 身体障害者手帳1級程度、療育手帳A1（最重度）程度、精神障害者保健福祉手帳1級程度の障がい重複している方、または重複障がいと同等の障がいのある方

※特定の施設に入所中の方や、病院などに3カ月を超えて継続入院している方は対象外です。

**手当月額** 3万450円

**犬・猫の避妊・去勢手術費の一部を助成します**



環境政策課 ☎059-382-9014 📠059-382-2214

**対** 4月1日から令和9年3月31日(水)までに次のいずれかに該当する方

○市内在住で、避妊・去勢手術した犬・猫の飼い主

○市内で猫を保護し、避妊・去勢手術を受けさせた個人（市内在住者）またはボランティア団体（所在地不問）

※犬：登録済で、令和8年度狂犬病予防注射接種済（予定）であること。

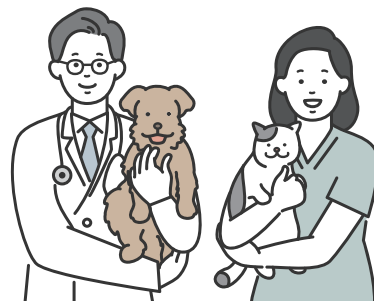
※飼い主のいない猫：手術後、片耳にV字カットを施すこと。

**助成金額** 雌の犬：3,000円、雌の猫：2,000円、雄の犬・猫：1,500円

**申** 令和9年3月31日(水)までに、環境政策課または市内の各動物病院に備え付けの申請書・請求書に必要事項を記入の上、直接または郵送で環境政策課へ

※申請書・請求書は、市ウェブサイトでも入手できます。

※申込期間内であっても、予算の上限に達した時点で終了します。



**すずか電子図書館の貸出点数と予約点数の上限を変更します**



図書館 ☎059-382-0347 📠059-382-4000

6月1日(月)9時から、すずか電子図書館の貸出点数と予約点数の上限をそれぞれ2点から3点に変更します。



市営住宅の入居者募集



鈴鹿市営住宅管理センター  
 ☎059-373-5371  
 📠059-373-5372

募集枠	単身	団地名	階層	戸数	家賃	備考
70歳以上の高齢者・ 身体障がい者・ 要介護者等世帯向け	×	ハイツ旭が丘	1階	1戸	1万8,800円 ～3万6,900円	福祉対応型住戸
	×	十宮団地	1階	1戸	1万6,200円 ～3万1,800円	
60歳以上の高齢者・ 身体障がい者・ 要介護者等世帯向け	×	ハイツ旭が丘	1・2階	4戸	1万6,800円 ～3万6,900円	
	×	桜島団地	2階	1戸	1万5,900円 ～3万2,100円	
	×	十宮団地	1階	1戸	1万5,900円 ～3万1,300円	
一般世帯向け (身体障がい者・ 高齢者世帯不可)	×	桜島団地	3階	1戸	1万5,700円 ～3万900円	
	×	十宮団地	3階	2戸	1万4,800円 ～2万9,600円	
	×	ハイツ旭が丘	3・4階	3戸	1万7,300円 ～3万4,900円	
	×	一ノ宮団地	3階	1戸	1万4,200円 ～2万7,900円	
世帯区分なし	条件有	高岡山杜の郷	1・2・3階	5戸	2万600円 ～4万2,700円	
	×	潮風の街磯山	1階	1戸	2万3,600円 ～4万6,400円	

※家賃は申込者の世帯所得を基準に算定します。なお、家賃以外に敷金・共益費等が必要です。

**対** 次の要件全てに該当する方

- 1 市内に住所または勤務場所があること
- 2 同居する親族(婚約者を含む)がいること
- 3 住宅に困窮していることが明らかでないこと
- 4 市税を滞納していないこと
- 5 鈴鹿市市営住宅条例に定める収入基準に該当していること
- 6 暴力団員でないこと
- 7 過去に、市営住宅に入居していたときに、当該住宅の家賃等を滞納していないこと
- 8 市営住宅の明渡し請求を受けていないこと。

※入居契約時に連帯保証人を1人立てることが必要です。

※高齢者世帯は、前記要件を全て満たし、該当の年齢以上の方がいる世帯が対象です。

※身体障がい者世帯は、前記要件を全て満たし、身体障害者手帳所持の方がいる世帯が対象です。

※要介護者等のいる世帯は、前記要件を全て満たし、要支援または要介護認定を受けた介護保険被保険者証所持の方がいる世帯が対象です。

※単身の入居資格要件については、鈴鹿市営住宅管理センターへお問い合わせください。

**申** 5月7日(木)から29日(金)(平日8時30分～17時30分)

まで(必着)に、所定の申込書類に必要書類を添えて、直接または郵送で鈴鹿市営住宅管理センターへ  
 〒513-0809 鈴鹿市西条5丁目40-1

※申込書類は5月7日(木)から鈴鹿市営住宅管理センターまたは同センターウェブサイトで入手できます。

**選考方法** 応募者多数の場合は、6月10日(水)(予定)に公開抽選会で決定します。

※応募状況によっては公開抽選会の日程を追加することがあります。

**入居指定日** 8月3日(月)(予定)

※高齢者世帯、障がい者世帯、ひとり親世帯など優先措置を受けられる場合がありますので、申し込みの際に申し出てください。住民票の写しなどの証明書が必要です。

※募集戸数、内容については、状況により変更する場合があります。

※居室の照明・エアコンなどは、入居者負担です。

※浴槽・風呂釜などの風呂設備は設置済です。

※ペットなど生き物の飼育・持ち込みは禁止です。

※福祉対応型住戸は、室内に手すりや段差解消の工事がされています。

※令和8年4月から駐車場使用料が有料になりました。



### 佐佐木信綱顕彰歌会献詠短歌を募集します



文化財課 ☎059-382-9031 📠059-382-9071

- 対** ○一般の部：どなたでも ○学校の部：小学生～大学生
- 内** 用紙は自由で未発表の自作短歌
- 一般の部：1人2首まで ○学校の部：1人1首
- ※難しい漢字にはふりがなを付けてください。
- 選者：佐佐木頼綱さん・佐佐木定綱さん
- 賞：佐佐木信綱大賞、三重県知事賞、三重県教育委員会教育長賞、鈴鹿市長賞、鈴鹿市教育長賞、入賞
- ※応募者に詠草集（応募作品集）を配布します。
- 料** 一般の部：1首につき1,000円、学校の部：無料
- ※応募料は、郵便小為替の場合は郵送、現金の場合は現金書留で作品と同封のうえ送付してください。
- 申・問** 一般の部は、6月1日(月)から8月31日(月)まで、学校の部は、6月1日(月)から7月31日(金)までに、作品・氏名(ふりがな)・住所・電話番号をウェブサイトまたは郵送、電子メールで佐佐木信綱顕彰会へ  
〒513-0012 石薬師郵便局留 佐佐木信綱顕彰歌会係宛  
📧nobu24@mecha.ne.jp
- ※電子メールまたは同会ウェブサイトから申し込む場合は、電子メールアドレスを必ず記入してください。

### 鈴鹿市まちづくり 応援補助金の公開 プレゼンテーション審査会



地域協働課 ☎059-382-8695 📠059-382-2214

- 市民の皆さんの自主的なまちづくり活動の応援を目的とした、市民活動団体などの活動経費の一部を補助する制度の交付事業を決定するため、まちづくり事業部門「そだてようコース」一次審査通過団体と協働事業部門「さかせようコース」申請団体の公開プレゼンテーション審査を行います。
- 日** 5月30日(土)13時から
  - 所** ハヤシユナイテッド文化ホール 鈴鹿(文化会館) 多目的ドーム



### ふれあい収集 (ごみ収集福祉サービス) のご案内



廃棄物対策課 ☎059-382-7609 📠059-382-2214

- 集積所へのごみ出しが困難な方を対象に、玄関先でごみを戸別収集する「ふれあい収集」を7月から開始します。申し込む時期によっては、8月以降になる場合があります。
- 対** 単身または世帯全員が次のいずれかに該当する世帯
  - 介護保険の要介護3以上の認定を受けている方
  - 身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳の2級以上または療育手帳Aをお持ちの方
  - 申** 直接、廃棄物対策課へ
  - ※申込書、要綱などは、廃棄物対策課または市ウェブサイト  
で入手できます。



### 議会本会議 ライブ中継のご案内



議事課 ☎059-382-7600 📠059-382-4876

- 5月開会議会、6月定例議会の本会議をケーブルネット鈴鹿(112ch)でライブ中継します。市議会ウェブサイトからは、YouTubeで視聴できます。
- ※議場で傍聴することもできます。
  - 日**
  - 5月開会議会：5月18日(月)10時から、19日(火)13時から
  - ※両日とも当日の会議終了まで
  - 6月定例議会：6月5日(金)・15日(月)・16日(火)・17日(水)・18日(木)・30日(火)10時から
  - ※全日程とも当日の会議終了まで
  - ※日程は変更になる場合があります。
  - ※常任委員会、予算決算委員会、特別委員会および全員協議会はYouTubeによるライブ中継を実施しています。



### 議会だよりを 先行公開します



議事課 ☎059-382-7600 📠059-382-4876

- 議会だより6月号(6月5日発行予定)を、市議会ウェブサイトで先行公開します。QRコードからご覧ください。また、ウェブサイトでは、過去の議会だよりもご覧いただけます。



令和8年度  
金生水沼沢  
植物群落観察会



文化財課 ☎059-382-9031 ☎059-382-9071

日 6月6日(土)9時から

※小雨決行

所 金生水沼沢植物群落

※徒歩・自転車等の方は開始時刻までに  
直接、開催場所にお越しください。

※自動車でお越しの方は、市ウェブサイト  
で駐車場案内図をご確認ください。現  
地付近の道路は駐車厳禁です。

定 20人(先着順)

持 水筒、タオル、帽子、虫除けスプ  
レー、長靴など

※雨天時は雨具

申 開催日の15日前(5月22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。

※観察会では、ノハナショウブ、トウカイコ  
モウセンゴケなどを観察する予定です。

インフォメーション  
Information

イベント情報



速報展

「発掘された鈴鹿2025」  
関連講座スライド説明会



考古博物館 ☎059-374-1994 ☎059-374-0986

日・内

○第1回：5月17日(日)13時30分か  
ら：「富士山1号墳(5次)」

○第2回：6月14日(日)13時30分か  
ら：「磐城山遺跡(18・19次)」

所 考古博物館 講堂

講師 発掘調査担当者(文化財課職員)

定 各50人程度(当日先着順)

料 無料

※参加者は、当日に限り速報展と常設展  
を無料で観覧できます。

経済センサス-活動調査-  
を行います



総合政策課 ☎059-382-7676 ☎059-382-9040

令和8年6月1日を調査基準日とし  
て、全国すべての事業所・企業が  
対象の経済センサス-活動調査-を  
実施します。

5月中旬から調査員が事業所・企  
業へ訪問し、調査書類を配布しま  
すので、回答をお願いします。

※すでに回答済みの方は、調査員は訪  
問しません。

市税の休日窓口

日 5月24日(日)9時~12時

所 納税課

※入口は南玄関のみ

内 市税の納付、納付相談、口  
座振替の手続きなど

問 納税課

☎059-382-9008

☎059-382-7660



三重県内男女共同参画  
連携映画祭2026



男女共同参画課 ☎059-381-3113 ☎059-381-3119

6月23日(火)から29日(月)までの男女  
共同参画週間に合わせて開催する  
映画祭です。当日は本市在住で原  
作者の中條ていさんをお迎えし、プ  
レトークを行います

日 6月27日(土)13時30分~15時  
45分(開場13時)

所 ふれあいセンター ふれあい  
ホール(南玉垣町6600)

内 「アイミタガイ(日本語字幕有)」

定 190人 料 無料

申 整理券は5月20日(水)9時から、男女共同参画センター窓口で配布ま  
たは市ウェブサイト内の申し込みフォームで

※整理券は1人2枚までです。

※託児は6月12日(金)17時まで、男女共同参画課窓口または申し込みフォームで(6カ  
月~未就学児、先着3人、無料)



©2024「アイミタガイ」製作委員会

市税・国民健康保険料の夜間窓口

日 5月28日(木)17時15分~19時

所 納税課

※入口は南玄関のみ

内 市税の納付、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



5月の納税・納付

○軽自動車税………全期  
【納期限は6月1日(月)です】



介護予防出前教室



長寿社会課 ☎059-382-9886 📠059-382-7607

介護事業所などの講師が地域の活動場所に出向いて開催する講座です。

**対** 「ふれあいいいききサロン」、「単位老人クラブ」、「自治会」、「地域づくり協議会」、「地区社協」

※5人以上で、65歳以上の方が半数以上参加している必要があります。

※個人での申し込みはできません。 ※参加者名簿の提出が必要です。

※同じ事業所への出前教室の依頼は毎月2回分までです。

**料** 無料 **申** 電話で各申し込み先へ

※「★」は講話中心の講座です。 ※実施地域は、地域づくり協議会の活動範囲です。

講座名	内容	実施地域	実施可能曜日・時間	申し込み先
運動機能の向上 (高齢者いきいき体操)	椅子に座った状態でできる健康体操	市全域	月～土曜日 9時～16時 ※日曜日は応相談	介護予防センター 鈴鹿清寿苑 ☎059-373-4567
音楽によるリハビリ	懐かしい歌を歌って、口腔ケアや体操			
運動リハビリ	作業療法士による筋力向上トレーニング			
ストレッチ体操	全身をゆっくりほぐし、やわらかい体をつくる			
楽しく音楽療法	音楽療法士による心身の健康の向上とリフレッシュを図る音楽療法	市全域	月～金曜日 9時～17時 ※土・日は応相談	在宅介護支援センター ルーエハイム ☎059-372-3811
健康太極拳	楊名時八段錦・太極拳の体験、健康太極拳による内臓や脳への刺激と心身のリラックス			
元気な体作り	体力、筋力維持のための体操			
フレイル・ 認知症予防講座	口腔トレーニングや脳トレ、健康体操			在宅介護支援センター ルーエハイム椿 ☎059-371-3211
★ 栄養講座	管理栄養士による健康維持のための栄養講座			
運動機能向上 プログラム	椅子に座ってのストレッチや認知症予防のための運動	市全域	月～土曜日 (祝日対応可能) 10時～16時 ※日曜日は応相談 ※時間は状況により応相談	特別養護老人ホーム 桜の森白子ホーム ☎059-373-4650
★ 東洋医学を知り、 ツボの刺激でリフレッシュ	ツボを知ってコリや痛みを緩和しリフレッシュ			
★ 健康寿命を延ばす食事	健康寿命を延ばす食事の話、食事の困りごと相談			
★ 知って防ごう脳卒中	脳卒中の初期症状と予防方法を学び、健康状態を維持できるようアドバイス			
フレイル予防総論やオーラル フレイルの講話と健康体操	フレイル予防総論、オーラルフレイルの講話、理学療法士による体操や口腔機能体操、セラバンド体操の実施	市全域	曜日不問 9時～15時	介護老人保健施設 アルテハイム鈴鹿 ☎059-370-0300
体組成計、骨密度計などを 用いた体力測定と健康体操	体組成計、骨密度計を用いたチェック、理学療法士によるフレイル予防や転倒予防体操・バランス体操			
転倒予防教室	転倒予防の講話、理学療法士による転倒予防や歩行指導、セラバンド体操の実施			
★ 認知症予防と 認知症予防体操	認知症の講話、理学療法士による最新の知見を取り入れた体操、コグニサイズ			
★ 専門職によるフレイル、 認知症予防、相談	管理栄養士、介護福祉士、社会福祉士などによるフレイル、認知症予防に関する講話 ※講師調整のため、数か月前からの依頼が必要			
フレイル予防	セラバンドなどを使った運動	市全域	月～金曜日 9時～16時 ※土・日は応相談	介護老人保健施設 パークヒルズ高塚 ☎059-375-5525
★ 栄養指導	管理栄養士による食事や栄養の指導			
音楽療法	唱歌や童謡に合わせた脳トレ、トーンチャイム演奏、昭和歌謡に合わせたダンス・軽体操・歌唱活動・リズムに合わせた早口言葉など(内容は参加人数により変更)	市全域	曜日不問 9時～18時 ※その他応相談	NPO法人 みんなDeうきうき歌謡団 ☎090-7048-8120
フレイル予防運動体操	ストレッチと筋肉トレーニング	市全域	月～金曜日 9時～17時 ※土・日は応相談	アクトスWill_G鈴鹿 ☎0574-60-5010
認知症予防運動体操	脳活トレーニングと有酸素運動			
カラダらくらく体操	膝痛・腰痛・肩痛予防改善体操			
セルフケア体操 (全身ストレッチ)	全身ストレッチや筋力ワーク	市全域	月～金曜日 10時30分～13時 ※土・日は応相談 ※時間は応相談	コナミ スポーツクラブ鈴鹿 ☎059-382-8118
セルフケア体操 (腸&リンパ健康運動)	専用ボールでのセルフマッサージや全身ストレッチ			
セルフケア体操 (チェアエクササイズ)	椅子を使った筋力トレーニング・ストレッチ・脳トレ体操			

	講座名	内容	実施地域	実施可能曜日・時間	申し込み先
	バンドイいきいき 介護予防(音楽体操)	音楽体操、脳トレ体操、うつ予防のためのグループ体操	市全域	月～金曜日 11時～16時 ※土・日・祝日は 応相談	カラオケバンドイ 鈴鹿ハンター店 ☎059-367-7162
	バンドイいきいき 介護予防(脳トレ体操)				
	バンドイいきいき 介護予防(集団体操)				
	楽しく続ける 心と脳の健康づくり体験	フレイル・認知症への備え(予防)の内容紹介、 生活の工夫の紹介、楽しく効果的にできる健康 づくり体験	市全域	月～土曜日 9時～17時	長太の寄合所 「くじら」 ☎059-395-1212
★	心いきいき回想法 ～昔にタイムスリップ～	昭和の遊びや懐かしいもの、故郷の思い出、四 季折々のテーマをもとに、楽しく語り合う認知 症の備え(予防)			
	みんなで防ごう転倒予防	転倒予防のための運動指導	市全域	月～金曜日 9時～18時 ※土・日・祝日は 応相談	おおえのき接骨院 ☎090-8154-3006
	あなたの運動器年齢は いくつ?	簡易的な体力測定を行い、運動器年齢を評価し アドバイス			
★	生き生き活動するコツ (生き活)	健康寿命、要支援・要介護の原因、骨折につい て			
	リズム運動 (エアロビクス)	音楽に合わせてリズムカルに体を動かし、脳ト レや姿勢改善をする	市全域	月～金曜日 9時～16時 ※土・日・祝日は 応相談	生活支援サービス アシスタ鈴鹿 ☎080-9691-1891
	未病ヨガ	元気な体をつくるためのヨガ			
	笑いヨガ	おなかから声を出して免疫力をアップ			
	脳も体も活性化! 元気チャージ講座	体操、音楽・運動レクリエーション、認知症予 防、栄養改善	長太、箕田、 若松、玉垣・ 桜島、稲生、 飯野、白子、 鼓ヶ浦、愛宕、 旭が丘、栄、 郡山、天名、 合川	月～金曜日 9時～17時 ※土・日は応相談	伊勢マリンホーム デイサービスセンター ☎059-387-6868
	フレイル体操	フレイル予防に必要な筋力・バランス訓練	長太・箕田・ 若松	月・水・金曜日 13時～15時	通所介護事業所 フレンドクラブ ☎059-383-3838
	楽しく運動しよう	全身ストレッチやセラバンド・棒・タオル・ボールなどを使った体操	稲生、飯野、 白子、鼓ヶ浦、 愛宕、旭が丘	月～金曜日 10時～16時 ※土曜日は応相談	特別養護老人ホーム かなしょうず園 ☎059-383-0955
★	元気の源は食事から	管理栄養士による食生活、栄養の話			
★	認知症を正しく知ろう・ 楽しく認知症予防	認知症予防やうつ予防を目的とした制作活動 やレクリエーション			
	体力測定(3カ月毎)	ウェアラブル端末を用いた体力測定	加佐登、石薬師、 久間田、椿、深伊沢、 鈴峰、庄内、国府、 庄野、牧田、井田川、 河曲、一ノ宮、神戸、 長太、箕田、若松	各サロン開催日 13時～ 曜日・時間は 応相談	デイサービスセンター 鈴鹿グリーンホーム ☎059-374-4600
	Zoom教室	フレイル予防の体操、現地に職員が出向くことも可能			
	マシントレーニング	マシントレーニングなどで機能訓練			
★	健康教室	生活習慣病、健康指導、栄養相談など その他分野も依頼調整可能			
	上肢・下肢筋力低下 防止運動	上肢・下肢筋力の低下を防止する運動、認知症 予防運動	長太、箕田、若松、 玉垣・桜島	月～金曜日 11時～16時 ※土・日曜日は応相談	特別養護老人ホームくすのき園 ☎059-385-3100
	体力測定・運動機能向上 プログラム	ボール、棒、椅子などを使用する体操	稲生、飯野、 白子、鼓ヶ浦、 愛宕、旭が丘、 栄、郡山、 天名、合川	月～金曜日 13時～16時	メディカルホーム あおぞら ☎059-389-6665
	運動機能向上 レクリエーション	レクリエーションを通じた参加者同士のコ ミュニケーション、楽しみながら運動			
★	栄養相談	高齢者に必要な栄養についての講義			
	楽しく笑ってフレイル予防	音楽に合わせた体操や脳トレーニング	加佐登、石薬師、 久間田、椿、 深伊沢、鈴峰、 庄内、河曲、 一ノ宮、神戸	月～土曜日 10時～15時	デイサービスセンター うの花 ☎059-373-1000
★	なるほど!健康豆知識	健康や介護などの身近な話題の提供			
	アクティブシニア 介護予防エクササイズ	椅子を使ったトレーニング、エクササイズ、筋 力やバランスを高めるためのストレッチなど	長太、箕田、若松、 玉垣・桜島、稲生、 飯野、白子、 鼓ヶ浦、愛宕、 旭が丘	月～金曜日 9時～16時 ※土・日は応相談	アクティすずか 文化センター ☎059-388-1500
★	健康寿命を延ばせる 姿勢の話と体操	正しい姿勢と健康の密接な話、姿勢改善エクサ サイズ	河曲、一ノ宮、神戸、 長太、箕田、若松、 玉垣・桜島、稲生、 飯野、白子、鼓ヶ浦、 愛宕、旭が丘	月～金曜日 10時～12時 ※土・日は応相談	姿勢専科 KCSセンター鈴鹿 ☎059-388-6155
	小股歩き改善・ 姿勢改善ウォーキング	正しい姿勢と健康の密接な話、姿勢改善ウォ ーキング			



### 鈴鹿高専公開講座



総合政策課 ☎059-382-9038 📠059-382-9040

自然界には、いろんな特性を持った野生の酵母菌がいます。酵母菌捜索隊隊員となって、野生の酵母菌を探してみませんか。

**対** 中学生、高校生、小・中学校および高校の教職員

※いずれも全日程参加できる方

**日** 6月13日・27日、7月4日・11日  
各土曜日13時30分～15時30分

**所** 鈴鹿工業高等専門学校

**定** 16人程度

**料** 無料

※別途傷害保険料200円

**申** 5月25日(月)13時までに、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** 鈴鹿工業高等専門学校総務課  
☎059-368-1717

### 第35回鈴鹿市 わんぱく相撲大会 参加者募集



スポーツ課 ☎059-382-9029 📠059-382-9071

**対** 小学生

※男女は問いません。

**日** 6月28日(日)

**所** 市武道館 相撲場

**内**

○個人戦：1年・2年・3年・4年・5年・6年生

○団体戦（3人）：小学4年生以上、4年生→先鋒、5年生→中堅、6年生→大将

※個人戦・団体戦ともに経験者部門・未経験者部門別で実施予定です。

**定** 150人程度(先着順)

**料** 無料

**申** 5月8日(金)から6月17日(水)までに、申し込みフォームで

### 保育のお仕事 相談会



こども育成課 ☎059-382-7606 📠059-382-9054

市内の保育所（園）、認定こども園、幼稚園に、仕事に関する相談ができるほか、各園の特色や取り組みを知ることができます。

※三重県保育士・保育所支援センターによる潜在保育士ミニ相談会も同時開催します。

**対** 保育士資格および幼稚園教諭免許を取得している方、取得予定の方または学生

**日** 5月17日(日)13時～16時

**所** 市役所本館12階

※参加施設などの詳細情報は、鈴鹿市お仕事情報サイト「鈴鹿deはたらこっ!」でもお知らせします。

### 山登り ベーシック塾2026



スポーツ課 ☎059-382-9029 📠059-382-9071

登山に必要な初級知識・技術など、安全に登山を楽しむ方法を学びます。

**対** 登山の初心者、これから山登りを始めたい人

**日** 6月20日(土)・21日(日)9時30分～16時30分

**所** 三重県鈴鹿庁舎(西条5丁目117)

**定** 60人(先着順)

**料** 5,000円

※1日のみ参加は3,000円

**申** 5月29日(金)までに、(一社)三重県山岳・スポーツクライミング連盟ウェブサイト

**問** 三重県スポーツ推進課

☎059-224-2986  
(平日8時30分～17時15分)

### ひとり親家庭の ためのWord 講習



こども政策課 ☎059-382-7661 📠059-382-9054

**対** ひとり親家庭の親とその子ども(独身30歳まで)、寡婦・離婚前の方

**日** 5月19日(火)～7月3日(金)

○昼コース：毎週火曜日10時～15時(昼休憩あり)全7回

○夜コース：毎週火・金曜日18時30分～20時30分 全14回

**所** 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**

○Wordの基本操作

○ビジネス文書作成の要点

○日商PC検定文書作成3級合格のための受験対策・検定試験

※希望者のみ検定料別途必要

**料** 無料

※別途テキスト代3,190円

**申** 5月12日(火)までに、同センターウェブサイト

### 鈴鹿地域職業訓練 センター 6月募集の 講座案内



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

#### ◆粉じん作業特別教育

**日** 8月20日(休)9時50分～15時50分

**料** 8,580円(税込)

※教材費を含む

**申** 6月18日(木)から

#### ◆パソコン講座(やさしいExcel)

**日** 8月3日(月)・4日(火)・5日(水)9時～12時

**料** 8,800円(税込)

※テキストはセンターの備品を使用

**申** 6月2日(火)から

**ポリテクセンター三重職業訓練受講生募集  
7月開講コース**



産業政策課  
☎059-382-8698  
☎059-382-0304

**対** 求職者の方

※受講希望者は施設見学会（原則毎週木曜実施）への参加が必要。日程が合わない場合はご相談ください。

**料** 無料 ※訓練期間中、電気工事管理科を除き無料で託児サービスを利用できます。

**申・問** 申込期日までに、ポリテクセンター三重へ  
四日市市西日野町4691  
☎059-320-2645

募集科	日程	定員※1	申込期日
テクニカルオペレーション科	7月2日(木)～ 12月23日(水)	15人	6月2日(火)
電気設備技術科		15人	
電気工事管理科 (企業実習付)	7月2日(木)～ 12月16日(水)	13人※2	6月12日(金)

※1 各科選考あり ※2 応募状況によって定員数が変わります

**スポーツの杜 鈴鹿**



6月の休業日…1日(月)・2日(火)・  
3日(水)  
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**

**申** 5月7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** 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	会場	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	6月9日(火)	11時～12時	水泳場 会議室	20人	1,100円	飲み物
はじめての ピラティス		6月12日(金)			15人	1,100円	
はじめての 腸活ヨガ	18歳以上の女性	6月16日(火)			15人	1,100円	ヨガマット
きほんのヨガ		6月17日(水)			15人	1,100円	
ウォーキング エアロ	18歳以上の方	6月22日(月)		水泳場 スタジオ	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	6月23日(火)		10時～11時	水泳場 会議室	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	6月30日(火)	11時～12時	8人		1,500円	飲み物

**◆着衣泳体験講座**

突然遭遇する水難事故に対して、自らが服のまま水に落ちた場合の対処方法と水に落ちた人を安全に救助する方法を体験します。ライフジャケットの着用体験もあります。

**対** 小学生以上の方 ※小学2年生未満の方は保護者の同伴が必要 **日** 6月13日(土)13時～15時

**所** 水泳場25m プール **定** 30人(先着順) **料** 無料 **持** 水着、キャップ、ゴーグル、タオル、着衣泳用服(洗濯済)

**共催** 日本赤十字社三重県支部 **申・問** 5月20日(水)から、水泳場窓口またはウェブサイトへ

**◆アーチェリー体験会**

**対** 身長145cm以上の方 **所** 多目的広場 **定** 各日10人(先着順) **持** 運動のできる服装、飲み物

**日** 5月16日、6月20日、7月18日、9月19日、10月3日、10月31日各土曜日10時～12時

**講師** 三重県アーチェリー協会公認指導員 **料** 1回500円 ※当日払、スポーツ傷害保険料込み

**申・問** 必要事項を記載の上、電子メールで三重県アーチェリー協会(溝口)へ [maa.fukyu@gmail.com](mailto:maa.fukyu@gmail.com)

○参加される方の氏名と年齢 ※参加者が未成年の場合のみ、保護者の方の氏名が必要です。

○電話番号 ○参加希望日 第一希望日、第二希望日



# 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
むし歯予防コース (乳児)	8～11カ月の乳児と その保護者	6月11日(木)	10時～11時30分	5月15日(金)
離乳食コース	令和7年12月～令和8年2月 生まれの乳児の保護者	6月15日(月)	10時～11時30分	

## HPV(ヒトパピローマウイルス感染症) ワクチン



地域医療推進課 ☎059-382-9291 ☎059-382-5670

**対** 小学6年生から高校1年生相当の女子  
※16歳となる日の属する年度の末日まで

**所** 実施医療機関(QRコード参照) **料** 無料

**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。  
※令和8年4月1日から、対象となるワクチンが9価ワクチンのみとなりました。

## 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 ☎059-382-7661 ☎059-382-9054

**内** 一時的なお子さんの預かりや、学校・保育所・幼稚園などの送り迎えをする提供会員になっていた  
だのための養成講座

※講師は医師・公認心理師など  
※ファミリー・サポート・センターの運営業務は、特定非営利活動法人こどもサポート鈴鹿へ委託しています。

**対** 市内在住の方 ※資格・年齢は問いません。

**日**

6月3日(水)	10時～12時、13時～15時30分
6月4日(木)	9時30分～12時、13時～16時
6月5日(金)	9時30分～12時、13時～15時30分
6月10日(水)	9時30分～12時30分、13時30分～15時30分
6月11日(木)	10時～12時、13時～14時、14時～15時、15時～16時

**所** 男女共同参画センター ホール **定** 30名 **料** 無料

**申・問** 鈴鹿市ファミリー・サポート・センター  
☎ ☎059-381-1171

※託児あり(5カ月以上のお子さん対象、有料：午前・午後各300円)

## 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** 5月22日(金)、6月26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。



## 転入ママパパのつどい



こども政策課 ☎059-382-7661 ☎059-382-9054

**内** 転入者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、気軽に話せる子育ての仲間づくり

**対** 市内に転入してきた就学前のお子さんを持つ保護者

**日** ①5月22日(金)10時～11時30分  
②5月29日(金)10時～11時30分

※②は①に参加した方を対象とした自由参加です。

**所** 稻生公民館

**定** 10組程度(先着順)

**料** 無料

**申** 5月8日(金)9時から20日(水)までに、申し込みフォームで





# 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 **5月29日(金)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6月上旬ごろ、はがきで別日を通知)。

**対** 市内に住民登録のある方

- ※検診部位について治療中・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です(乳がん検診は除く)。

**日** 午前の部:9時~11時 午後の部:13時~15時

**所** 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 西条五丁目118番地の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30日(火)		7月15日(水)		7月23日(木)	
			午後	午前	午後	午前	午後	
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。妊娠の可能性の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、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

### 胃がん(バリウム)

妊娠中(可能性含む)の方、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。

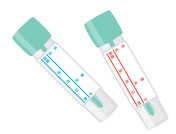
※検診前日21時以降は飲食、喫煙をしないでください。

※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、腹痛や下痢便等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・授乳中の方も受診可能ですが、正確な判定ができない場合があります。

**持** バスタオル

#### ▼マンモグラフィ

妊娠中(可能性含む)の方、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。

**持** 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(可能性含む)の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。



☑がん検診は、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。

## 骨密度チェック(簡易骨密度測定会)

骨密度測定



地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

**対** 20歳以上の市民  
※骨粗しょう症を治療中の方は参加できません。

**日** 6月23日(火)  
午前の部:9時30分~11時30分、  
午後の部:13時30分~15時30分

※1時間程度かかります。  
※混雑を避けるため、申込み時に受付時間を区切って案内します。

**所** 保健センター

**内** 簡易骨密度測定、骨折危険度チェック、ミニ講話、  
栄養相談(希望者)

**定** 150人(先着順)

**料** 無料

**申** 5月13日(水)8時30分から、電話で地域医療推進課へ

## 健康・栄養相談

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



## がん患者と家族のおしゃべりサロンin鈴亀

がんサロン



地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

**対** がん患者、患者の家族

**日** 5月22日(金)13時30分~15時

**所** 保健センター 2階

**料** 無料

**申** 電話またはファクスで三重県がん相談支援センターへ  
※当日参加もできます。

☎059-223-1616 ㊟059-202-5911

## 市指定医療機関でのがん検診の開始

市指定医療機関  
がん検診



地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

**日** 6月1日(月)~令和9年2月27日(土)

※秋以降は混み合うので早めの受診をおすすめします。

**対** 市内に住民登録がある方で、職場などで受診する  
機会がない方

## 風しんワクチン・MRワクチン接種費用の助成

風しんワクチン



地域医療推進課 ☎059-382-9291 ㊟059-384-5670

**対** 妊娠を希望する女性、妊娠を希望する女性の  
配偶者などの同居者、妊婦の配偶者などの同居者

**日** 令和9年3月31日(水)まで

**助成の条件** 風しん抗体価がHI法16倍以下に相当する  
抗体価であること

**ワクチンの種類** 風しんワクチンまたはMR(麻しん・風しん  
混合)ワクチンのどちらか一方

**申** ワクチンを接種後、必要書類を地域医療推進課へ

**助成金額** 5,000円

※詳細はQRコードの鈴鹿市ウェブ  
サイトからご確認ください。



## 結核健診(胸部X線)のご案内

結核レントゲン  
健診



※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

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。

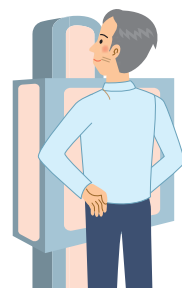
※タバコを吸っている方などは、たんの検査が必要な場合もありま  
すので、肺がん検診をお勧めします。

**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



## 健美薬膳オンラインセミナー 2026

地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670



オンラインで鈴鹿医療科学大学の専門講師陣から薬膳の基礎から応用まで学べます。受講後には日本薬膳学会から「健美薬膳師」資格を授与します。

**対** 以下の条件全てを満たす方

- ・パソコン、タブレット、スマートフォンのいずれかをお持ちの方
- ・インターネット環境をお持ちの方
- ・Zoom環境にてご視聴が可能な方
- ・メール連絡ができる方

**日** 6月から令和9年2月までの金曜日

19時～19時30分(予定)、月2回、計16回

**受講内容** 薬膳の基礎、季節に合わせた薬膳、体質に合わせた薬膳、症状に合わせた薬膳、栄養学

**定** 100人(先着順)

**料** 前期25,000円(6～10月)、後期25,000円(11～2月)

**申** 6月20日(土)までに、日本薬膳学会ホームページで

**問** 薬膳学会事務局

☎059-384-9211

※資格取得には、前期・後期のセミナーの受講と課題の提出が条件となります。



## 管理薬膳師養成講座

地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670



今まで薬膳を学んだ方や西洋医学や東洋医学の基礎を学びたい方を対象に、鈴鹿医療科学大学の専門教授陣が「からだのしくみ」から「病気予防や回復に役立つ養生」までを丁寧に解説します。受講後には日本薬膳学会認定資格「管理薬膳師」を取得することができます。

**日** 6月～令和9年2月の期間中の日曜日13時～16時50分  
計10回

**所** 鈴鹿医療科学大学千代崎キャンパス(岸岡町1001-1)

**授業内容** 薬膳学・栄養学などの講義5科目

**定** 30人(先着順)

**料** 前期55,000円(6～9月)、後期50,000円(10～2月)

**申** 5月29日(金)までに、日本薬膳学会ホームページで

**問** 薬膳学会事務局

☎059-384-9211



## 5月31日は世界禁煙デー

地域医療推進課 ☎059-327-5030 📠059-384-5670



5月31日は、世界保健機関(WHO)が定めた「世界禁煙デー」です。また、厚生労働省でも「世界禁煙デー」から始まる一週間を「禁煙週間」と定めています。

たばこの煙に含まれる化学物質のうち、発がん性物質は約70種類あり、肺がんをはじめ多くの病気の危険因子であることが知られています。また、たばこの煙を主とする有害物質を長期に吸い込むことで、慢性閉塞性肺疾患(COPD)を発症するリスクが高まるほか、受動喫煙による周囲の人に対する健康への影響も明らかになっています。

自分自身や子どもたち、大切な家族のために、この機会に禁煙について考えましょう。



## 医師による市民健康講座「トイレの悩みを軽くする生活術～尿トラブルの原因と対策～」

地域医療推進課 ☎059-327-5030 📠059-384-5670



**対** 鈴鹿市に住民登録のある方

**日** 6月18日(土)13時15分～14時30分

**所** ふれあいセンター(南玉垣町6600)

**講師** すぎむらよしき 杉村芳樹さん(泌尿器科医)

**定** 200人(先着順)

**料** 無料

**申** 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24回鈴鹿市脳卒中・循環器病市民講座

地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670



**日** 6月13日(土)13時～15時

**所** ふれあいセンター(南玉垣町6600)

**定** 200名程度(当日先着順)

**料** 無料

**申** 不要

**問** 鈴鹿中央総合病院総務課 たまおか 玉岡

☎059-382-1311

脳検査



## 令和8年度 鈴鹿市国民健康保険「脳検査」受診希望者募集

保険年金課 ☎059-382-9401 ㊟059-382-9455

### 対 次の全てに該当する方

- 令和8年4月1日時点で40歳以上74歳未満の方(昭和27年4月3日から昭和61年4月2日生まれの方)
- 令和7年度(令和7年4月から令和8年3月31日まで)に鈴鹿市国民健康保険に継続して加入していて、その期間に国民健康保険料の滞納がない方
- 令和8年4月1日時点で、鈴鹿市国民健康保険に加入しており、脳検査受診時も継続して加入している方

### 受診期間 7月1日(水)～令和9年3月27日(土)

### 内 MRI(磁気共鳴画像撮影)・MRA(磁気共鳴血管撮影)・問診・診察・血圧測定

※脳疾患で治療中の方は応募できません。

※閉所恐怖症の方は検査できない場合があります。

※体内に心臓ペースメーカーなどの電子機器、金属類(外科用クリップ、ステント、コイル、インプラント、人工関節など)がある場合は検査できない場合がありますので、治療された医療機関または国保脳検査実施医療機関にご相談ください。

### ■ 医療機関・定員・受診者負担額

医療機関名(50音順)	定員	受診者負担額
かわぐち脳神経クリニック	50人	13,000円
塩川病院	80人	8,600円
鈴鹿回生病院	170人	7,800円
鈴鹿中央総合病院	300人	6,300円
中京サテライトクリニック三重	50人	8,670円
村瀬病院	50人	6,000円

### 甲 5月18日(月)から6月5日(金)(必着)までに、次のいずれかの方法で

①市ウェブサイト内の申込みフォームで

②直接保険年金課または地区市民センターへ

③はがき(一人1枚)または封書に、件名「脳検査受診希望」・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・

電話番号・希望する医療機関名(第3希望まで記入)を記入し、郵送で保険年金課へ 〒513-8701 住所不要

※電話・ファクス・電子メールでの申し込みは受け付けません。

※応募者多数の場合は抽選します。結果などは、6月下旬に郵送で通知します。



## 家庭での食中毒予防

厚生労働省  
家庭での  
食中毒予防



地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

気温や湿度が高くなるこれからの時期は、食中毒が発生しやすい時期です。食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。次の3原則を心がけることで予防できますので取り組んでみてください。

### <食中毒予防の3原則>

食中毒菌を「**つけない、増やさない、やっつける**」

- ① 細菌を食べ物に「つけない」
- ② 食べ物に付着した細菌を「増やさない」
- ③ 食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」



## アコースティックギター 初心者も挫折した人も

柳原 肇 やなぎはら 肇 ☎090-7686-8205  
✉estacks-ziganof@docomo.ne.jp

日 5月8日(金)、22日(金)18時 所 牧田  
コミュニティセンター 料 月500円  
申 電話、メールで 内 ギターを弾い  
て歌いたい!そんな方、参加、問い合  
わせください

## わらべうたの会『まめっちょ』 参加者募集

中原音楽教室 ☎080-3658-5822

対 乳幼児親子、幼児グループ  
日 毎月不定期で開催 所 中原音楽教室  
料 500円 申 電話  
内 様々なわらべうたを歌い遊び音楽  
を楽しむ心を養います

## ストーリーテリングの おはなし会

鈴鹿おはなしの会たんぽぽ  
藤田 ふじた ☎090-4255-2529

対 5才ぐらいから大人の方  
日 5月17日(日)11時~11時30分  
所 図書館おはなしのへや  
内 絵本や紙芝居を使わない昔話や  
物語の語り聞かせ 途中退出も可

## シニアリトミック講座

前田江理子 まえだ えりこ ☎090-3566-9225

対 60歳以上の方 日 5月26日(火)、  
6月23日(火)10時~11時 所 白子コ  
ミュニティセンター 料 1回550円  
申 電話で 内 音楽に親しみながら脳  
の活性化を!



## 女性のTea Timeと ワークショップ

公式LINE ID @009degyp  
↑ https://lin.ee/5Kp3DSj

日 5月22日(金)10時30分~12時  
所 矢橋町471-2  
料 500円程度  
内 月替ワークショップとティータイム/  
今月は風船マスコット作り

## 新しい戦争反対ソング コンテスト鈴鹿

SUMレコード(サムレコード)  
☎059-324-7231 ✉song-1@mecha.ne.jp

申 2026年7月11日(土)必着  
応募方法等詳細はイベント名で検索  
優勝賞金2万円  
2026年7月19日(日)イベント同名の  
YouTube番組にて発表

## ロウドクサークル こんぺいとう 朗読会

山口 やまぐち ☎090-5625-4525

日 6月7日(日)14時(13時30分開場)  
所 ハヤシユナイトッド文化ホール鈴  
鹿3階音楽室 料 無料 申 不要  
内 小説、昔話等を4人のメンバーで  
お届けします

## 17音で表現する川柳の基本を 学びましょう

芦田 あしだ ☎090-6571-1779

対 全員  
日 第3水曜5月20日、6月17日13時  
所 白子コミュニティセンター  
料 300円 申 電話  
内 川柳の基本の勉強 講師 吉崎柳歩 よしざきりゅうほ

## 第11回特別企画 丘の会展

追田清 おいた きよし ☎090-2946-9058

日 5月11日(月)~17日(日)9時30分~  
16時(初日13時から、土曜10時か  
ら、最終日15時まで) 所 市役所本館  
1階市民ギャラリー 料 無料  
内 洋画作品を展示

# 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

## 鈴鹿こども茶道教室・親子教室

磯路会 いそじ  
増井 ☎059-356-7256

対 幼児から高校生(親子可)  
日 毎月第2土曜日9時45分~、11時~  
所 スズカト(鈴鹿青少年センター)  
料 茶菓子代程度(400円前後)  
申 電話で ※当日参加可

## 第17回ギター・マンドリン アンサンブルの集い

三重県ギター・マンドリン連盟  
若田直行 わきた なおき ☎080-1353-3378

対 市民  
日 6月7日(日)開場12時 開演12時30分  
所 ふれあいホール  
料 無料  
内 ギター・マンドリンアンサンブル演奏

## おもちゃ病院の開催

おもちゃ病院「トイなおす」  
代表 杉本章 すぎもと あきら ☎090-8944-2162

日 5月17日(日)10時~13時  
所 市役所別館第3 2階会議室  
持 おもちゃと取扱説明書  
修理後の引渡し 廃棄物対策課  
※廃棄物対策課で事前受付可

## モルック無料体験会 参加者募集

ウルル  
✉ molkkysuzukka@gmail.com

日 毎月 第1・2土曜日 9時30分~11時  
所 桜の森公園(自由広場)  
料 無料 申 電子メールで  
内 モルックを楽しむ気楽なクラブです  
※初心者大歓迎

7月号  
掲載分  
集

5月18日(月)9時から22日(金)17時までに、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です。 ※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カ月に1回の掲載とします。(5月号掲載→7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





# 6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、不動産鑑定士による相談です（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、5月25日(月)から受け付けます。
◎弁護士相談	5・12・19・26日	10:00～12:00 13:00～15:00	
◎交通事故相談	23日	13:00～15:00	
◎総合相談	19日	10:00～12:00 13:00～15:00	
◎行政書士相談	23日	10:00～12:00	
◎外国人のための行政書士相談	11日	10:00～12:00	
女性のための電話相談	2・4・5・9・11 12・18・19・23 25・30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
人権相談	月～金曜日	8:30～17:15	市役所本館 2階 (市民対話課)
人権擁護委員による人権相談	1日	10:00～15:00	市役所本館 4階 (人権政策課) 鈴鹿ハンター 2階 特設会場
教育相談	月～金曜日	8:30～17:15	人権政策課 ☎059-382-9011 ☎059-382-2214
女性相談			子ども家庭支援課 ☎059-382-9140 ☎059-382-9142
家庭児童相談			子ども家庭支援課 ☎059-382-9140 ☎059-382-9142
児童虐待・DVに関する相談			子ども家庭支援課 ☎059-382-9140 ☎059-382-9142
発達相談	月～金曜日	8:30～17:15	市役所西館 2階 (子ども家庭支援課) 市役所西館 1階 (子ども家庭支援課)
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 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
	月～金曜日	9:00～15:00	子育て支援センターハーモニー 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
◎年金事務所出張相談	10・24日	10:00～15:00	鈴鹿商工会議所別館 日本年金機構津年金事務所 ☎059-228-9112 (※)
◎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) 建築指導課 ☎059-382-9048 ☎059-384-3938
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 (鈴鹿ハンター 2階) 鈴鹿亀山消費生活センター ☎059-375-7611 ☎059-370-2900 電話相談:9:00～12:00、13:00～17:00

◎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

6月の休館日  
金曜日、2日(火)

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



## 6月の配本 / 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。

8日(月)・22日(月)		10日(水)・24日(水)		11日(木)・25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	14:20～14:50	井田川	13:30～14:00
稲生	15:30～16:00	若松	15:20～15:50	国府	14:20～14:50
				住吉	15:10～15:40
1日(月)・15日(月)・29日(月)		3日(水)・17日(水)		4日(木)・18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	10:50～11:20
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	14:20～14:50
鼓ヶ浦	15:30～16:00	箕田	15:30～16:00	玉垣	15:10～15:40

## 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

6月の休館日  
1日(月)・8日(月)・15日(月)・16日(火)  
22日(月)・29日(月)

### 6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



寺谷みこ

## 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



鈴鹿市公式 X



鈴鹿市公式 facebook



鈴鹿市LINE 公式アカウント



マチイロ



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!



▶#62 AGF鈴鹿陸上競技場  
石垣池公園内にある、三重県内では珍しいブルーのトラックを備えたAGF鈴鹿陸上競技場を紹介します。

## 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。



## 障がい者と災害について

ひろげよう

# 人権尊重の輪

日本では毎年のように台風や豪雨による災害が発生しており、南海トラフ地震も高い確率で懸念されています。そのため、日頃から食料・飲料の備蓄や、非常用持ち出し袋など、多くの方が準備していると思います。

ここで伝えたいのは、障がいのある方にとって災害は、より深刻であるという事です。障がいのある方の中には、災害情報をうまく取得できない方や避難したくてもできない方がいます。また、避難所の利用をあきらめてしまう方もいます。

本市では、障がい者などを対象に個別避難計画の作成を進めていますが、安否確認や避難所対応など行政が行うべき対策はたくさんあります。

あわせて地域の方のご理解と支え合いも大切です。突然の災害で気持ちの余裕が無くなってしまうこともあるかもしれませんが、「もし自分が同じ立場だったら…」と考え、思いを共有しながら助け合って、災害を乗り越えていく地域づくりを目指していきましょう。

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

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



## まちの出来事

### F1 日本グランプリ



モータースポーツの祭典、F1日本グランプリが鈴鹿サーキットで開催されました!

満開の桜が彩る中、昨年より約5万人多い31万5,000人もファンが世界最高峰の走りに酔いしれました。「鈴鹿市民応援席」では、ホンダの名エンジンを模した手作り帽子を被った熱心なファンの方々など、多くの笑顔に出会えました。



また、ダイセーフオレストパークでも関連イベントが開催され、F1マシンの搭乗体験や気球、地元のお茶の振る舞いなどで地域を盛り上げました!レース観戦者も市民の皆さんも、鈴鹿が一体となって楽しんだ特別な3日間となりました。



5月

すずかデータバンク

[3月31日現在]

火災 件数/8件、うち建物3件(29件、7件減)

救急 出動数/970件(2,855件、118件減)

( )内の数字は1月からの累計とその前年との比較です。

交通 事故数/584件、うち人身事故31件(1,540件、115件増) 死者数/0人(0人、1人減) 傷者数/34人(78人、7人減)

事故数などは暫定数です。

人口・世帯数 人口/192,339人(279人減) 世帯数/90,647世帯(205世帯増)

( )内の数字は前月との比較です。



人とバイクが  
一体になった  
美しい走り

# ひと・まち・モータースポーツ

楽しく走ってバイクの技術向上  
と安全運転を

パイロンなどで区画されたコースをバイクで走行し、タイムを競う「モトジムカーナ」。バイクの特性を理解して走ることによって運転技術をしっかりと身につけることができ、ひいては街中の安全運転にもつながる競技です。サーキットと違い速度域が低いため、初心者が気軽にチャレンジできるのも魅力で、バイクを意のままに操る爽快感は格別です。

「パイロンパーク鈴鹿」(国府町)は、約2000㎡の敷地にモトジムカーナをはじめとする4つのエリアを有するバイクの練習場(競技場)です。所長の越山正博さん(56歳)は、バイク好きが高じて1992年に長野から憧れの地である鈴鹿に移住。そして2018年、当地域では他に類をみない同施設を開設しました。

「運転に自信のない方でも、私たちがアドバイスやサポートをします。どうか気軽にご利用ください」と話す越山さん。

レンタル車両もあり、競技志向の方から運動初心者まで幅広い層のライダーが楽しめるフィールド、それが「パイロンパーク鈴鹿」です。  
■中野能成(鈴鹿モータースポーツ友の会 事務局長)

地域づくり  
研修生が  
つくる

地域のホットな情報をお届け

## 地域づくり Navi

vol. 53

鼓ヶ浦地区まちづくり協議会

### フレイル予防「やまもと体操」

鼓ヶ浦地区は、津波や川の氾濫の恐れがあり、また、高齢化率も高いことから、災害時に自分の足で避難するためにも健康寿命の延伸やフレイル予防が地域の課題となっています。

そのため、鼓ヶ浦地区まちづくり協議会では、フレイル予防を目的とした健康づくり活動として、愛知県豊田市で整体師をされている山本よしあ先生が考案したフレイル予防の体操「やまもと体操」を実施しています。この体操は毎日手軽にできる内容で、効率的に体をほぐし、筋力の維持やケガ防止につながることができます。



### 参加者の声

参加者からは「普段体を動かす機会はあまりないので、こういう場があるのはうれしいです」「みなさんと一緒にやるのが楽しかったです」「体操は簡単そうに見えてしっかりと効きました」「次回も参加して、いろいろな体操を学びたいです」などの感想がありました。

## 地域づくり Photo



寝転びながらできる  
体操



椅子に座りながらできる  
体操

### 地域づくり研修生の一言

参加者間の交流が活発で、フレイル予防に加え孤立防止にもつながる取り組みだと感じました。  
参加者のほとんどが女性だったので、男性が参加しやすくなるよう工夫が必要だと感じました。

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

<https://www.isenp.co.jp>



三重のニュース  
いっぱい!!

購読のお申し込み、お問い合わせは、伊勢新聞社販売部へ。(TEL 059-224-4400)