

広報すずか SUZUKA

2026
09

Public Relations



｜特集｜ プロスポーツをもっと身近に
ヴィアティン三重バスケットボールがやってきた！

Pick UP Suzuka ピックアップ すずか

・バスの日
・不動産相続登記

- 8 インフォメーション(お知らせ・イベント情報)
- 19 相談/図書館/考古博物館/公共施設予約システム
- 20 子育てルーム
- 22 ヘルスプラス(検診・健康づくり)
- 26 まちの掲示板
- 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/すずかデータバンク

ヴィアティン三重

バスケットボールが

やってきた！

この街が、プロバスケットで熱狂する。

2026年、「ヴィアティン三重バスケットボール」のホームタウンが鈴鹿市に決定しました。今後はAGF鈴鹿体育館をホームアリーナとし、熱い戦いが繰り広げられます。

また、学校での出前授業など、子どもたちや地域とつながる活動にも積極的に取り組んでいきます。今号では、初めての方でも試合を存分に楽しめる観戦ポイントやチームの魅力をご紹介します。

地元でプロの迫力を体感し、皆で応援しましょう！

2026-27 SEASON ヴィアティン三重 ホームゲーム in 鈴鹿

11/21(土)・22(日)

14:05

対戦 山口パッツファイブ

11/28(土)・29(日)

14:05

対戦 しながわシティ

12/26(土)・27(日)

14:05

対戦 山口パッツファイブ

1/30(土)・31(日)

14:05

対戦 山口パッツファイブ

2/20(土)・21(日)

14:05

対戦 ウォルガ湘南

4/3(土)・4(日)

14:05

対戦 しながわシティ

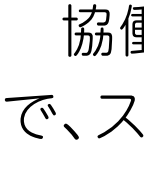
4/17(土)・18(日)

14:05

対戦 しながわシティ

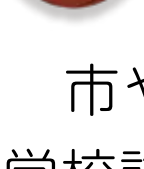
鈴鹿市は

ヴィアティン三重 バスケットボールの 「ホームタウン」です！



2026年3月 包括連携協定を締結

協働による活動を推進することで、スポーツを通じた地域のにぎわい創出などを図ります。



ヴィアティン三重による 地域貢献活動

市や地域・学校・企業と連携し、学校訪問やバスケットボール教室、地域イベントへの参加などを積極的に実施しています。スポーツを通して地域に笑顔と元気を届け、誰もが親しめるクラブを目指すと同時に、子どもたちの夢を育み、地域の活性化に貢献できる取り組みを行っています。



▲バスケットボール教室の様子



もっと知ろう！ ヴィアティン三重！

ヴィアティン三重バスケットボールの
歩みと、目指している場所

2020-21

2021-22

2022-23

県リーグ

地域
リーグ

B.LEAGUE B3

総合型スポーツクラブ
ヴィアティン三重に

祝！県内初！
プロリーグ参入！

バスケットボールチームが誕生！

2023-24

2024-25

2025-26

B.LEAGUE B3

B.LEAGUE B3

B.LEAGUE B3

2026-27

2027-28

2028-29

B.LEAGUE NEXT

B.LEAGUE NEXT

B.LEAGUE ONE

Bリーグの構造が刷新され、
B.LEAGUE NEXT
からスタート！

最短、
B.LEAGUE ONE
を目指す！

ホームタウン

ホームアリーナ

所属リーグ

エンブレムと
チームカラー

我らが!!

そう!!みんな
よく行く!!

県内唯一
プロリーグ参戦!

元気の象徴!!

鈴鹿市

AGF鈴鹿
体育館

B.LEAGUE
NEXT

オレンジ

チーム
マスコット

SNSをフォローしよう!

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴
ライオン!!

ヴィアくん

VEERTIENBB

LINE

Instagram

Twitter

強さの象徴

あなたは誰を推しますか？ 選手をチェック！



鈴鹿市出身！
元B1リーガーが、地元を
盛り上げる！！

#1 宮崎 恭行 選手

鈴鹿で育った誇りを
胸に、全力プレーで
勝利を目指します。



千葉ジェッツ天皇杯優勝時メンバー！
ストイックな
プレーに注目

#18 阿部 友和 選手

勝利への執念を胸
に、妥協なき努力で
チームを支えます。



津市出身！
高確率のスリーポイントで
会場が沸く！！

#7 佐脇 考哉 選手

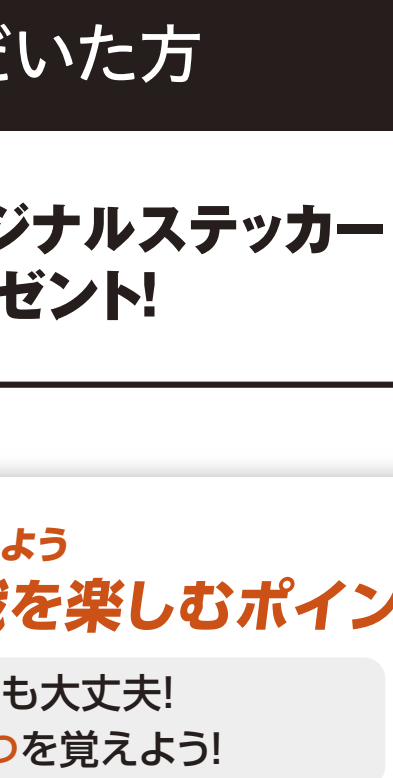
自慢の3ポイント
シュートで会場を熱
くし、皆さんとともに
勝利へ挑みます。

今年のチームはここに注目

今期のヴィアティン三重は、メンバーの半数以上が入れ替わり、若手主体へ一新。外国籍選手のポジションも変え、より流動的でスピーディーな「超・攻撃的バスケ」に挑戦します。

また、B1経験者のベテランも加入。若手のスピード感にベテランの頭脳的なプレーや巧みな駆け引きが加わるところも見所です。

コートを疾走する選手の若きエネルギーと躍動感で、バスケをまだ見たことのない方でも、会場全員が熱狂できるプレーを魅せてくれるはずです。



ヴィアティン三重
バスケットボール 中 西 康 介 さん
ゼネラルマネジャー

11月21日(土) & 22日(日) の
試合にご来場
いただいた方

各日先着
50名様に

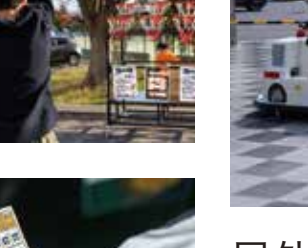
オリジナルステッカー
プレゼント!

01 POINT これだけは覚えよう バスケ観戦を楽しむポイント

はじめてでも大丈夫！
まずはこの3つを覚えよう！



① シュートの点数を知ろう！
ゴール近くは2点！
遠くのライン外は3点！
フリースローは1点！



② 攻める時間は24秒以内！
24秒以内にシュートしないと相手ボールに！スピーディーな展開で面白い！



③ ファウルに注目！
ファウルが多いと相手にフリースローが与えられる！

02 POINT プロバスケの試合って 実はこんなに楽しい!

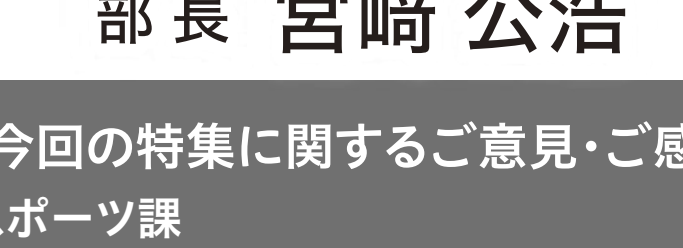


屋外では、キッチンカーなどグルメはもちろん、オリジナル遊具や試合日によっては働く車体験も！会場内では、豪華景品が当たる抽選会なども実施！プロバスケは試合だけじゃない楽しみ方が満載です！

昨今、国内のバスケットボール人気は大きな高まりを見せており、B.LEAGUEへの注目もますます増しています。そうした中、プロバスケットボールチームが鈴鹿市をホームタウンとして活動を始めるとは、大変喜ばしく、今後への期待が膨らみます。

2026年3月には、鈴鹿市とチームが包括連携協定を締結し、パートナーとしてともに歩み始めました。

スポーツの力でまちに元気と一体感を生み出し、地域に根ざした市民に愛されるチームへと成長してくれることを願っています。秋から始まる試合には、ぜひ多くの皆さんに会場へ足を運んでいただき、熱い声援を送っていただきたいと思います。



文化スポーツ部

みやざき きみひろ
部長 宮崎 公浩

今回の特集に関するご意見・ご感想

スポーツ課

☎ 059-382-9029

☎ 059-382-9071

✉ supotsu@city.suzuka.lg.jp

THE **WORLD'S** **TOP** **100** **UNIVERSITIES**

鈴鹿市では、近鉄、JR、伊勢鉄道の鉄道

網が大都市圏とを結ぶ広域幹線として、三重交通の路線バス、コミュニティバス(C-BUS)が市内幹線(一部、市外とを結ぶ)として運行されています。さらに、タクシー事業者が、鉄道やバスを補完し、公共交通ネットワークを構成しています。それぞれの交通モードが、その特性を生かし、人と地域をつなぎ、私たちの暮らしを支えています。

鈴鹿市の公共交通ネットワーク



市庁には、うちの鉄道会社、路線バスも路線バス系統、C-BUS4路線、タクシー事業者5社による公共交通ネットワークが広がり、市内のさまざまな場所へ移動することができます。

市コミュニティバス(C-BUS)は、2000年3月

● 2000.3.10 県内初コミュニティバス運行開始

- | | |
|--------------|------------------|
| ● 2004. 8. 6 | 累計利用者数100万人 |
| ● 2005.10.1 | 南部地域に運行拡大 |
| ● 2016.10.1 | 新型車両(ノンステップバス)導入 |
| ● 2019.11.1 | 交通系ICカード導入 |
| ● 2025. 7. 1 | バスロケーションシステム導入 |
| ● 2025. 7.15 | 鈴鹿市「ミジュールバス」運行開始 |

累計利用者数

681 万人

2 もっと利用しやすい公共交通へ

索サービスやバスロケーションシステムへの対応など、官民連携の取り組みを進めています。



と目的地を入力する

出発地と目的地を入力することで、鉄道、路線バス、C-BUS、徒歩などを組み合わせた経路の検索ができます。



バスロケーション

システムとは



③ あなたの利用が公共交通の未来につながります

一人一人が目的や行き先に応じて公共交

通を利用することで、地域の移動手段を守り、育て、将来世代へ受け継ぐことにつながります。9月20日の「バスの日」をきっかけに、市内の身近な公共交通を利用してみませんか。



●



©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc./GAMEFREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは

任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの商標です。

不動産 相続登記

津地方法務局

不動産の相続登記 のお知らせ

管財課 ☎059-382-9009 📠059-382-7615

※各項目の問い合わせは各欄下部をご覧ください。

■相続登記の義務化

令和6年4月1日から相続登記の義務化がスタートしました。

- 相続したことを知った日から3年以内に相続登記の申請が必要です。
- 義務化前に相続した不動産で、相続登記していない場合は、令和9年3月31日までに申請が必要です。
- 正当な理由なく義務に違反した場合は10万円以下の過料が科される可能性があります。



相続登記の申請

義務化特設ページ



■住所等変更登記の義務化

令和8年4月1日から住所等変更登記の義務化がスタートしました。

- 不動産の所有者は、氏名または名称、住所に変更があったときは、その変更日から2年以内に変更登記の申請が必要です。
- 義務化前に氏名または名称、住所の変更登記を申請していない場合も令和10年3月31日までに申請が必要です。
- 正当な理由なく義務に違反した場合は、5万円以下の過料が科される可能性があります。



住所等変更登記の

義務化特設ページ



■法定相続情報証明制度

相続手続には、「法定相続情報証明制度」が便利です。

- 戸籍などの書類を基に法務局が法定相続人を確認し、無料で発行する公的証明書です。
- 相続登記はもちろん、預貯金の払い戻しや相続税の申告など、さまざまな相続手続きで利用できます。



「法定相続情報

証明制度」について



問合せ／津地方法務局鈴鹿出張所 ☎059-382-1171

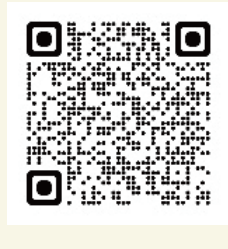
■相続土地国庫帰属制度

相続土地国庫帰属制度とは、相続した土地を国が引き取る制度です。相続した土地の管理にお困りの方へ、将来「所有者不明土地」が発生することを予防するため、一定の要件を満たした場合に、土地を手放して国庫に帰属させることができます。



相続土地国庫帰属

制度について



問合せ／津地方法務局不動産登記部門相続土地国庫帰属審査室

☎059-228-4527

■自筆証書遺言書保管制度

令和2年7月10日から自分で書いた遺言書を法務局で保管できる自筆証書遺言書保管制度がスタートしています。遺言書が発見されなかったり、書き換えられたりするトラブルを防ぐことができます。ご自身の財産を大切な人に確実に引き継ぐために、法務局をご利用ください。



自筆証書遺言書

保管制度

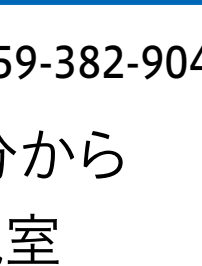


問合せ／津地方法務局供託課 ☎059-228-4133

インフォメーション Information

お知らせ

鈴鹿市人口 減少対策会議の 傍聴ができます



総合政策課 ☎059-382-9038 ☎059-382-9040

日 10月8日(木)14時30分から

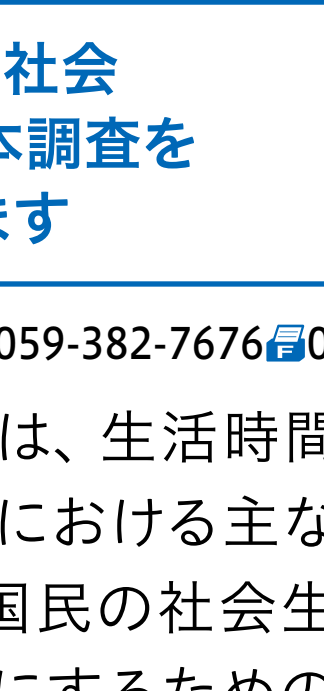
所 市役所本館6階 庁議室

内 人口減少対策に係る意見聴取
など

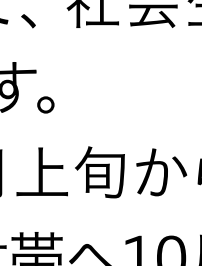
定 10人

※希望者多数の場合は抽選

申 当日14時から14時25分まで、
会場で受け付け



令和8年社会 生活基本調査を 実施します



総合政策課 ☎059-382-7676 ☎059-382-9040

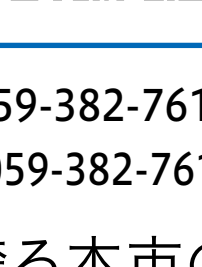
総務省では、生活時間の配分や自由時間における主な活動の状況など、国民の社会生活の実態を明らかにするための基礎資料を得ることを目的として、社会生活基本調査を実施します。

調査対象地域では、9月上旬から調査員が訪問し、対象世帯へ10月上中旬に調査票を配布しますので、回答へのご協力をお願いします。

問 三重県政策企画部統計課

☎059-224-2051

図書館 (本館・江島分館) を休館します



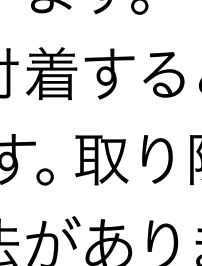
図書館 ☎059-382-0347 ☎059-382-4000

蔵書点検および資料整理日のため、下記の期間休館します。

日 10月6日(火)～ 13日(火)

※休館中の本の返却は、本館・江島分館の夜間返却口をご利用ください。

刈り取り後の稲わら など早期に処理を



農林水産課 ☎059-382-9017 ☎059-382-7610

河川雨水対策課 ☎059-382-7614 ☎059-382-7612

県下有数の生産量を誇る本市のノリ生産は、10月初めから養殖シーズンを迎えます。

一方、田んぼでは、稲刈りを終える時季を迎えますが、台風が接近しやすい時季でもあります。刈り取り後の稲わらなどをそのままにしておくと、大雨時に側溝や水路を詰まらせ浸水被害を拡大させたり、海へ大量に流れ込み、漁業に影響を与えてしまいます。

海でこれらがノリ網に付着するとノリの品質が悪化します。取り除くには、手作業しか方法がありません。

また漁港内に流れこんでしまうと漁に出られないため、漁業者は回収作業に追われてしまいます。

このため、刈り取り後の稲わらなどは、早期のすき込みをお願いします。

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、
パークバスポートが
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
三重県鈴鹿市稲生町 7992 TEL.059-378-1111
※内容は予告なく変更される場合がございます。

詳しくはこちら

庭木1本から承ります!
お客様のお客様の
お約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

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

お近くの鈴鹿地域
担当者が伺います!
☎ 9:00～17:00
0120-61-4128

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 亜細亜エンタープライズ
〒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

ふれあい収集の 対象者を拡大します



廃棄物対策課 ☎059-382-7609 ☎059-382-2214

集積所へのごみ出しが継続的に困難な方を対象に、ごみを戸別収集する「ふれあい収集」の要件を、「要介護3以上」から「要介護2以上」に拡大します。

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2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 9月1日(火)から、直接廃棄物対策課へ

※申込書、要綱などは市ウェブサイトから入手できます。

※収集は、11月頃順次開始します。

年金事務所の 事前予約



保険年金課 ☎059-382-9401 ☎059-382-9455

年金事務所では、年金請求の手続きや年金受給に関する相談の事前予約を電話やインターネットで受け付けています。

なお、インターネットからの予約は年金の請求に関する手続きに限ります。

予約受付専用電話

☎0570-05-4890

※050から始まる電話番号の方は、

☎03-6631-7521へお掛けください。

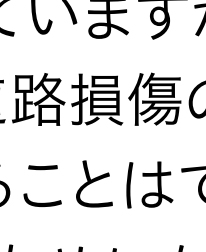
※受付時間は、土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）を除く8時30分から17時15分までです。

※事前予約の際は、基礎年金番号が分かるもの（年金手帳、基礎年金番号通知書、年金証書など）をご用意ください。

問 津年金事務所

☎059-228-9112

市道の不具合を見つけたらご連絡を



道路保全課 ☎059-382-8421 ☎059-382-7612

市では、道路パトロールを行い市道の安全確保に努めていますが、パトロールだけでは道路損傷の全てを早期に発見することはできません。事故防止のためにも、不具合を発見した場合は、場所や状態などを道路保全課へご連絡ください。

※鈴鹿市LINE公式アカウントの基本メニューの損傷報告からのご連絡いただけます。

後期高齢者医療保険・国民健康保険の高額療養費制度の上限額が8月から変わりました

福祉医療課 ☎059-382-7627 ☎059-382-9455

保険年金課 ☎059-382-7605 ☎059-382-9455

高額療養費制度とは、ひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を越えて支払った額が支給される制度です。上限額は、個人や世帯の所得に応じて決まり、令和8年度と令和9年度の2段階に分けて見直されます。下の表は令和8年8月から令和9年7月までの内容です。令和9年8月以降の見直しについては、厚生労働省ウェブサイトをご覧ください。

※原則として、マイナ保険証を利用される方は、手続きなしで高額療養費の適用を受けられます。マイナ保険証を利用されない方は、申請により交付される限度額認定証などを医療機関などの窓口で提示してください。

適用区分		入院+外来 【月額上限】(世帯ごと) 【多数回該当】※1	入院+外来 【年間上限】 (世帯ごと)	外来 (個人ごと) 70歳以上のみ
70歳未満	70歳以上			
区分ア	現役並みⅢ	27万300円+1% (14万100円)	168万円	—
区分イ	現役並みⅡ	17万9,100円+1% (9万3,000円)	111万円	—
区分ウ	現役並みⅠ	8万5,800円+1% (4万4,400円)	53万円	—
区分エ	一般Ⅰ・Ⅱ	6万1,500円 (4万4,400円)	53万円 ※2	月額上限2万2,000円 (年間上限21万6,000円)
区分オ	—	3万6,900円 (2万4,600円)	29万円	—
—	住民税 非課税世帯Ⅱ	2万5,700円 (2万4,600円)	29万円	月額上限1万1,000円 (年間上限9万6,000円)
—	住民税 非課税世帯Ⅰ	1万5,700円	18万円	月額上限8,000円

※1:多数回該当とは、直近12か月以内に3回以上、上限額に達した場合に4回目から上限額が下がる仕組みです。

※2:年収約200万円未満であることが確認できた方については、年間上限41万円を適用し、令和9年8月以降に償還払いをします。

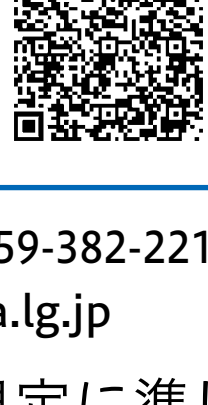
後期高齢者医療を ご利用の方



国民健康保険を ご利用の方



人権啓発・人権教育 研修会などの 参加費用助成



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

研修参加費用を市の規定に準じて助成します。

対 市内在住・在勤の方

定 各会若干名

※予算の範囲内で、応募者多数の場合は抽選

申 9月30日(水)まで(消印有効)に、
申請書に必要事項を記入の上、
直接、郵送または電子メール
で人権政策課へ

〒513-8701 住所不要

平日8時30分～17時15分

※申請書は、人権政策課または市ウェブサイトで入手できます。

※研修後、報告書の提出が必要です。

◆部落解放研究第59回全国集会

日 10月19日(月)・20日(火)

所 広島県福山市

◆第77回全国人権・同和教育研究大会

日 11月28日(土)・29日(日)

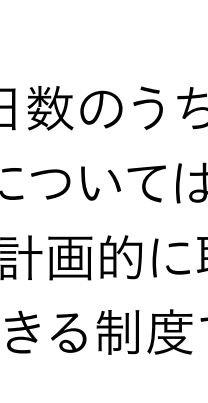
所 埼玉県さいたま市 ほか

◆第41回人権啓発研究集会

日 令和9年2月18日(木)・19日(金)

所 滋賀県米原市、彦根市

年次有給休暇を取得 しやすい環境づくりに 取り組みましょう



産業政策課 ☎059-382-8698 📠059-382-0304

働き方・休み方の改善をこれからも継続的に行うためには、計画的な業務運営や休暇の分散化につながる年次有給休暇の計画的付与制度(※1)や、労働者のさまざまな事情に応じた柔軟な働き方・休み方に資する時間単位の年次有給休暇(※2)の活用が効果的です。労使一体となって年次有給休暇を上手に活用するために、導入をご検討ください。制度の内容や取り組み事例などは「年次有給休暇取得特設サイト」をご確認、または三重労働局雇用環境・均等部室にお問い合わせください。

※1:年次有給休暇の付与日数のうち、5日を除いた残りの日数については、労使協定を締結すれば、計画的に取得日を割り振ることができる制度です。

※2:年次有給休暇の付与は原則1日単位ですが、労使協定を締結すれば年5日の範囲内で時間単位の取得が可能になります。

行政相談月間



市民対話課 ☎059-382-9004 📠059-382-7660

「行政相談」とは、国やNTTなどの特殊法人などの仕事について、皆さんから苦情や意見、要望をお聞きし、その解決促進を図る制度です。総務省では、この制度を皆さんによく知っていただくため、9月および10月を「行政相談月間」として、全国的にさまざまな行事を行います。気軽にご相談ください。

※相談は無料で、秘密は固く守られます。

日 9月18日(金)、10月16日(金)

10時～12時

所 市役所本館1階 市民ロビー

◆電話での行政相談

☎0570-090110

平日9時～16時45分

※土・日曜日、祝日、上記以外の時間帯は留守番電話で対応します。

※IP電話などを利用する場合は

☎059-227-1100へ

※相談の電話は、相談内容の正確な把握のために録音されます。

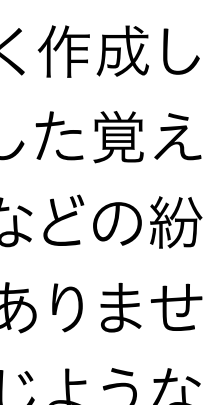
問 三重行政監視行政相談センター

行政監視行政相談課

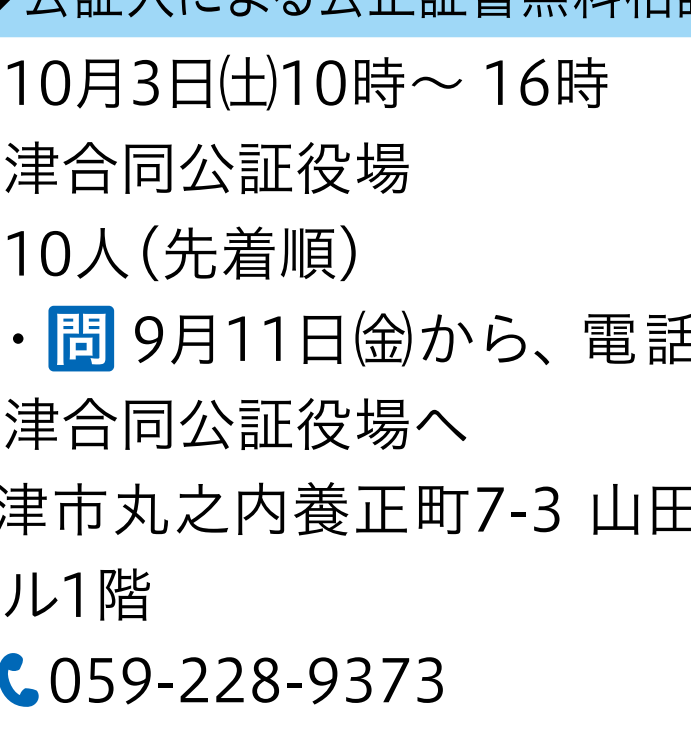
津市丸之内26-8

津合同庁舎3階

コミュニティ助成事業で 備品が整備されました



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、より活発な地域活動を行うことを目的に、磯山町北条自治会と甲斐町自治会が公民館で使用する機器や祭りで使用する備品などを購入しました。



磯山町北条自治会：プロジェクターなど

甲斐町自治会：パソコンかき氷機など

10月1日から 7日までは 「公正週間」



市民対話課 ☎059-382-9004 📠059-382-7660

◆大切な契約や遺言は公正証役場で

お金を貸したり、不動産を売ったり、貸したりするときは契約書を作ります。しかし、せっかく作成しても、後になって、契約した覚えがない、内容がおかしいなどの紛争が生じることが少なくありません。遺言書についても同じようなことが起こります。そこで、これらの書類は、「公正証書」にしておきましょう。公正証書には、法律によっていろいろな力が認められており、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配もありません。

※公正証書についての相談は無料です。
※内容を他人に知られることは、絶対にありません。

◆公証人による公正証書無料相談

日 10月3日(土)10時～16時

所 津合同公証役場

定 10人(先着順)

申・問 9月11日(金)から、電話で
津合同公証役場へ

津市丸之内養正町7-3 山田ビル1階

☎059-228-9373

障がい者 就職面接会



障がい福祉課 ☎059-382-7626 📠059-382-7607

障がい者雇用を予定している企業から、求人内容や職場環境について直接話を聞ける面接会を実施します。

対 一般企業への就職を希望する障がいのある方

日 10月15日(木)

※会場の混雑を避けるため、個別に時間を指定します。

所 市役所本館12階 1203会議室

参加企業 20社程度(予定)

料 無料

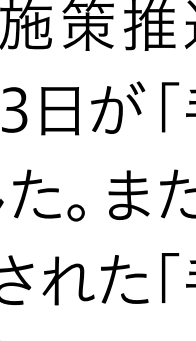
持 鈴鹿公共職業安定所(ハローワーク鈴鹿)で交付される受付票、筆記用具

申 事前に鈴鹿公共職業安定所で利用登録を行った上で、9月18日(金)までに、面接希望届を鈴鹿公共職業安定所へ
神戸9-13-3

☎382-8609(部門コード43井)

※面接希望届は鈴鹿公共職業安定所窓口で入手できます。

9月23日は 「手話の日・手話言語 の国際デー」

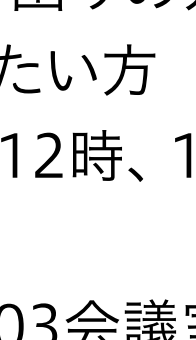


障がい福祉課 ☎059-382-7626 📠059-382-7607

令和7年6月に、手話に関する施策を総合的に推進することを目的に「手話に関する施策の推進に関する法律(手話施策推進法)」が施行され、9月23日が「手話の日」と定められました。また、同日は国連総会で決議された「手話言語の国際デー」です。

本市では、平成31年4月に「鈴鹿市手話言語条例」を施行し、手話を使用しやすい環境づくりを推進し、手話に対する理解や普及を図っています。

空き家と終活 無料相談会



住宅政策課 ☎059-382-7616 📠059-382-9071

売却、賃貸、管理、相続、登記、境界、成年後見、耐震診断、耐震工事・リフォーム、税金、解体、空き家バンク、終活などの相談に、各専門家がお応えします。

対 市内に空き家を所有している方、市内に所有する住宅の相続や処分についてお困りの方、終活について相談したい方

日 11月29日(日)10時～12時、13時～15時

所 市役所本館12階 1203会議室

定 30～40人程度(先着順)

料 無料

協力 空き家ネットワークみえ(福)鈴鹿市社会福祉協議会

※空き家ネットワークみえは、深刻化する空き家問題に取り組むため専門家の団体により構成された組織です。

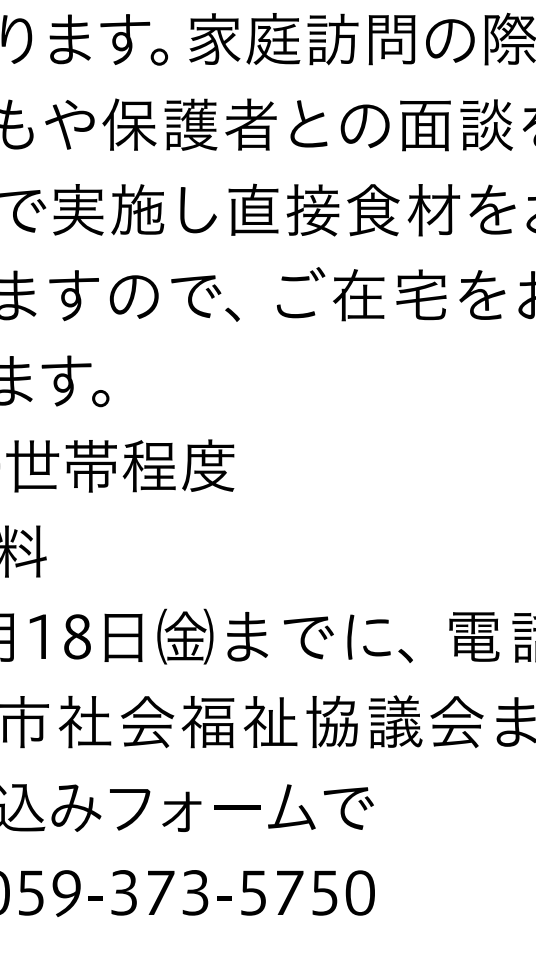
申・問 9月7日(月)から10月23日(金)までに、次の方法で住宅政策課へ

○市ウェブサイト内の申込みフォームで

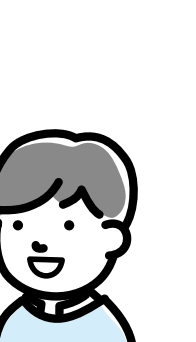
○電話で

○申込書に必要事項を記入し、直接または郵送で
〒513-8701住所不要

※申込書は、住宅政策課または市ウェブサイトで入手できます。



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 市内にお住まいで、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となります。

日 10月～令和9年3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直接食材をお渡ししますので、ご在宅をお願いします。

定 20世帯程度

料 無料

申 9月18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

9月の納税・納付

○国民健康保険料…3期

【納期限は9月30日(水)です】

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

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 11月中に実施

内 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。

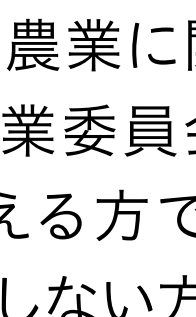
料 無料

※貸布団は有料です。

申 9月15日(火)から10月15日(木)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お問い合わせください。

農地利用最適化 推進委員の募集



農業委員会事務局 ☎059-382-9018 📠059-382-7610

対 原則市内在住者で、農業に関する識見があり、農業委員会の職務を適切に行える方で、次のいずれにも該当しない方

○法令により兼職が禁止されている方

○破産手続開始の決定を受けて復権を得ない方

○禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終えていない、またはその執行を受けることがなくなるまでの方

任期 委嘱日～令和11年7月19日(木)

定 1人

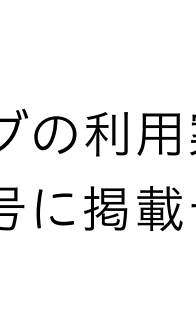
※応募者多数の場合は、候補者検討会議などで選定します。

報酬 条例に基づき支給

申 9月5日(土)から10月4日(日)までに必着で、所定の用紙に必要事項を記入の上、直接または郵送で農業委員会事務局へ
〒513-8701 住所不要

※所定の用紙は、農業委員会事務局、地区市民センターまたは市ウェブサイトで入手できます。

令和9年度の夏季放 課後児童クラブの 利用案内



こども政策課 ☎059-382-7661 📠059-382-9054

利用を検討している保護者の方は、ウェブサイトをご確認ください。

夏季放課後児童クラブ

○ひかりっ子

平田東町10-13

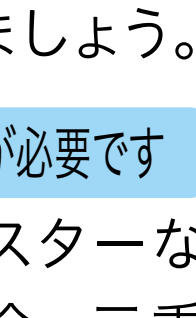
☎059-375-2468

※通年の放課後児童クラブの利用案内は、広報すずか10月号に掲載予定です。

※通年の放課後児童クラブの利用を希望する方は、夏季放課後児童クラブの申し込みはできません。



屋外広告物を適切に 設置・管理しましょう



都市計画課

☎059-382-9063 📠059-384-3938

9月1日(火)から9月10日(木)までは「屋外広告物適正化旬間」です。屋外広告物の設置や管理について、ルールを知っておきましょう。

◆屋外広告物の設置には許可申請が必要です

会社や店舗の看板やポスターなど広告物を設置する場合、三重県屋外広告物条例で定める許可申請が必要です。また、設置を行う屋外広告業者は三重県知事の登録が必要です。屋外広告物の設置を依頼する場合は、登録を受けていることを確認してください。

◆禁止地域

「禁止地域」内では、自家用広告物や道標など、限られた広告物の設置のみ許可します。

◆禁止物件

次の場所には屋外広告物は設置できません。

信号機、橋りょう、道路標識、歩道橋、道路の分離帯、トンネル、ガードレール、街路樹、歩道柵など

◆屋外広告物による危険な事故を防ぎましょう

全国的に屋外広告物の落下や倒壊による事故が発生しています。屋外に設置されている広告物は、風雨や強い日差しにさらされているため、表面はきれいでも時間の経過とともに部材の腐食、ゆるみ、亀裂などが発生して突発的な落下や倒壊するなど危険な状態になることがありますので、広告物の設置者や管理者は、定期的な点検や修繕を行い、適切に広告物を管理しましょう。



壁面広告



広告板



屋上広告



突出広告

秋の全国交通安全運動



交通防犯課 ☎059-382-9022 📠059-382-7603

9月21日(月・祝)から30日(水)までの10日間、秋の全国交通安全運動が実施されます。秋は日が暮れるのが早くなります。外出するときは反射材や明るい色の衣服を着用し、安全な道路横断方法を意識しましょう。また、自転車や自動車を運転するときは、早めにライトを点灯し、こどもや高齢者の方を見かけたら、スピードを控えるなど、思いやりのある運転を心掛けましょう。

運動の重点

- 歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- 夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルール理解・遵守の徹底

eLTAX(エルタックス)サービス停止



eLTAXのシステム更改に伴うサービス停止期間中は、電子申告・電子納付の手続きができません。

対象サービス

- eLTAXを利用した電子申告・電子納付
- eL-QR・eL番号を利用した地方税お支払いサイト・スマホ決済アプリでの納付
- OSS（自動車保有関係手続のワンストップサービス）を利用した電子申告に伴う電子納付

日 9月19日(土)0時から24日(木)8時30分まで

問 電子申告…市民税課

☎059-382-9006

📠059-382-7604

電子納付…納税課

☎059-382-7831

📠059-382-7660

市税・国民健康保険料の夜間窓口

日 9月30日(水)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、口座振替の手続きなど

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



市税の休日窓口

日 9月27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

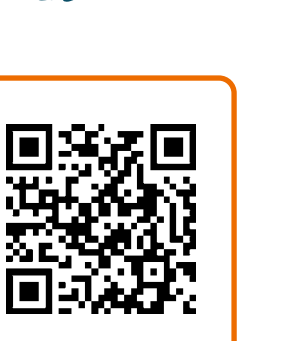
☎059-382-9008

📠059-382-7660

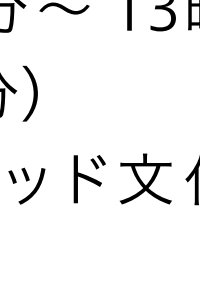


インフォメーション Information

イベント情報



第6回 すずかロゲイニング



スポーツ課 ☎059-382-9029 ☎059-382-9071

日 10月11日(日)9時30分～13時
(受付9時～9時30分)

集合 ハヤシユナイテッド文化
ホール鈴鹿

内 ロゲイニングとは地図を元に、
時間内にチェックポイントを
回り、得点を集めるスポーツ
です。チームごとに作戦を立て、
チェックポイントでは、見本と
同じ写真を撮影します。チェッ
クポイントの数字が、そのまま
得点となり、より合計点の高
いチームが上位です。

定 1チーム2人以上5人以下(先
着順)

○ファミリーの部(100チーム)
小学生以下1人以上と18歳以
上1人以上

○一般の部(40チーム)
中学生以上

料 中学生以上：1人500円、小
学生：1人300円、未就学児：
無料

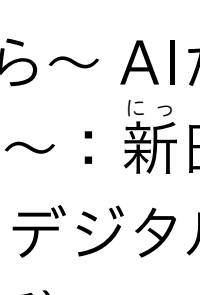
※申し込み時にお支払ください。

持 スマートフォン(LINE使用)、
飲み物、雨具など

主催 鈴鹿市スポーツ推進委員
協議会

申 9月4日(金)から23日(水・祝)
までに、申込みフォームで

三重大学 北勢サテライト市民 公開セミナー in 亀山



総合政策課 ☎059-382-9038 ☎059-382-9040

日 10月8日(木)13時～14時40分

所 亀山市青少年研修センター
集会場(亀山市若山町7-10)

内・講師

○半導体の今とこれから～AIだ
けじゃないその活躍～：新田
州吾さん(半導体・デジタル
未来創造センター教授)

○国際スポーツ大会の裏側！柔道
日本代表を裏から支えるスタッ
フの活動とは？：川戸湧也さん
(教育学部准教授)

○コレステロールが高い、その原因
は遺伝かも？～知ってほしい家
族性高コレステロール血症～：
堀美香さん(医学系研究科教
授)

定 80人(先着順)

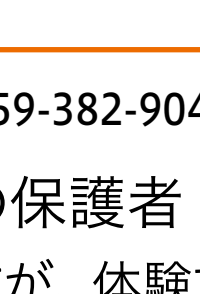
料 無料

申・問 10月2日(金)までに、電子
メールで三重大学地域創生推
進チームまたは申込みフォー
ムで

✉ regional-t@ab.mie-u.ac.jp

☎ 059-231-6271

令和8年度 鈴鹿市総合防災訓練



防災危機管理課

☎059-382-9968 ☎059-382-7603

南海トラフ地震を想定した防災
訓練です。避難所の開設訓練、道
路障害の復旧、救出訓練、防災展
示、警察・自衛隊車両の展示、鈴
鹿消防の救助訓練などを予定し
ています。ぜひご家族でお越し
ください。

日 9月27日(日)9時～12時

所 河曲小学校

親子で体験！ モーションキャプチャ と胸骨圧迫



総合政策課 ☎059-382-9038 ☎059-382-9040

対 小学5・6年生とその保護者

※ご家族の見学は可能ですが、体験
するのは、大人1人とこども1人のペア
です。

日 9月26日(土)・27日(日)

①9時～10時30分

②10時30分～12時

③13時30分～15時

所 鈴鹿工業高等専門学校

内 映画やゲームでおなじみの
モーションキャプチャで、正し
い救命アクションを学ぶ

定 親子12組(各回2組)

料 無料(1人あたり別途傷害保険
料50円が必要)

申 9月9日(水)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ので、予めご了承
ください。

鈴鹿大学 寄附講座

総合政策課 ☎059-382-9038 ☎059-382-9040

対 18歳以上の方

日 10月3日(土)10時～11時30分

所 鈴鹿大学(郡山町663-222)

内 対象物を「見る」だけではなく、
手で触れたり、匂いを嗅いで
みたり、味わったり、音を聞き
ながら手を動かすことで、全
身の感覚を刺激し、脳の活性
化を図る「臨床美術」を体験

講師 小柴博正さん(臨床美術士)

定 20人(先着順)

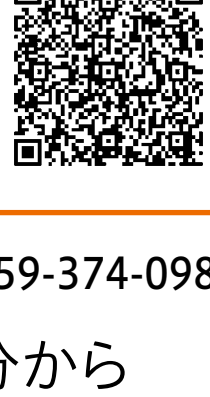
料 無料

申・問 電話、電子メールで鈴鹿
大学または申込みフォームで

☎ 059-372-2121

✉ soumu@suzuka.ac.jp

**特別展関連講演会
「絵画からよむ
弥生社会」**



考古博物館 ☎059-374-1994 📠059-374-0986

日 9月12日(土)13時30分から

所 考古博物館 講堂

内 弥生土器などに描かれた絵画から、当時の人々の世界観などについて読み解いていきます。

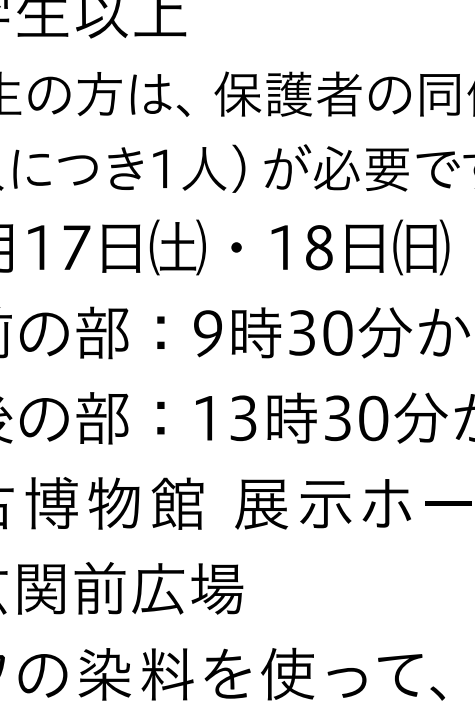
講師 ^{ほ づみ ひろ まさ}穂積裕昌さん（三重県埋蔵文化財センター）

定 50人（先着順）

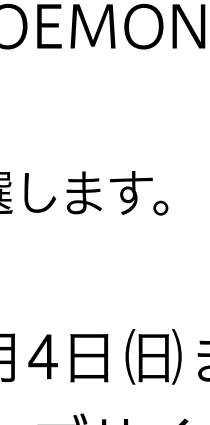
料 無料

※講演会参加者は、当日のみ特別展・常設展を無料で観覧できます。

申 当日、直接考古博物館で
※すずか市民アカデミー（まなベル）共催事業



**体験特別講座
「草木染め」**



考古博物館 ☎059-374-1994 📠059-374-0986

対 小学生以上

※小学生の方は、保護者の同伴（参加者1人につき1人）が必要です。

日 10月17日(土)・18日(日)

午前の部：9時30分から

午後の部：13時30分から

所 考古博物館 展示ホールおよび玄関前広場

内 ビワの染料を使って、帆布のエコバッグに模様を染め付けます。

講師 ^{おお すぎ じゅん}大杉淳さん（YOSOEMON）

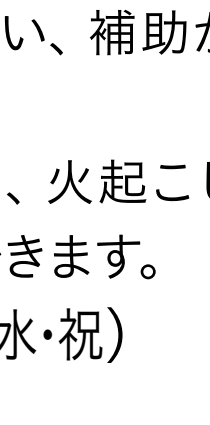
定 各10人

※応募者多数の場合は抽選します。

料 1,500円（材料費）

申 9月19日(土)から10月4日(日)までに、考古博物館ウェブサイト内の申込みフォームまたは電話、直接考古博物館で
※1回の申し込みで2人までです。

**認知症サポーター
養成講座**



長寿社会課 ☎059-382-9886 📠059-382-7607

対 市内在住・在勤・在学の方

日 10月16日(金)9時30分～11時（受付9時から）

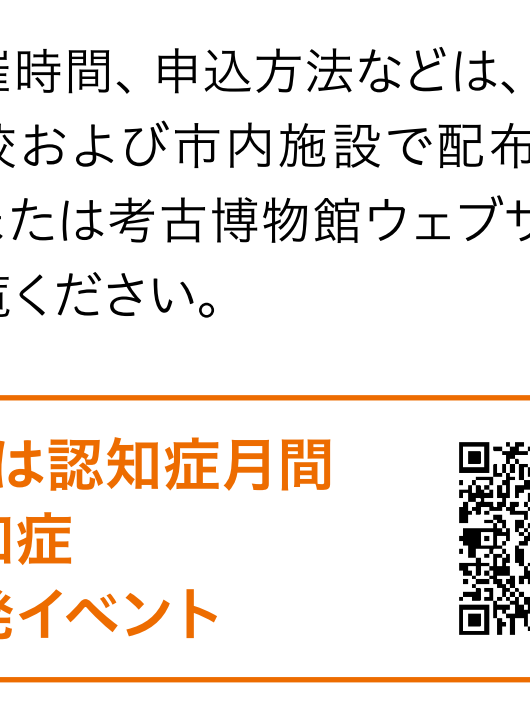
所 鈴鹿市社会福祉センター 2階 大会議室（神戸地子町383-1）

講師 鈴鹿市認知症地域支援推進員

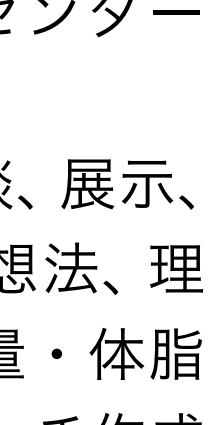
定 50人程度（先着順）

料 無料

申・問 9月14日(月)から10月9日(金)までに、申込みフォームまたは電話で鈴鹿市社会福祉センター
☎ オレンジのリストバンドは認知症サポーターの証し



**シルバーウィーク
こども体験博物館**



考古博物館

☎059-374-1994 📠059-374-0986

対 小・中学生（一部未就学児も可）

※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、補助が必要です。

※勾玉作り、缶バッジ作り、火起こし体験はどなたでも参加できます。

日 9月19日(土)～23日(水・祝)

所 考古博物館

内

◆毎日開催

^{まが たま}勾玉作り、缶バッジ作り（午前）、

火起こし体験（午後）

※悪天候時、火起こし体験は缶バッジ作りに変更する場合があります。



▲勾玉（白・ピンク・黒）

◆日替わり開催

○9月19日(土)アート体験

○9月20日(日)ネイチャーゲーム・ネイチャークラフト

○9月21日(月・祝) ペットボトルロケットを飛ばそう！

○9月22日(火・休) あじろ編みのかご作り

○9月23日(水・祝) 似顔絵の描き方講座

料 講座ごとに異なります。

※開催時間、申込方法などは、市内小学校および市内施設で配布のチラシまたは考古博物館ウェブサイトをご覧ください。

**9月は認知症月間
認知症
啓発イベント**

長寿社会課 ☎059-382-9886 📠059-382-7607

日 9月12日(土)10時～15時

所 鈴鹿ハンター 1階 センターコート・サブコート

内 認知症についての相談、展示、作業療法士による回想法、理学療法士による筋肉量・体脂肪率のチェック、缶バッジ作成、スクエアステップなど

**インクルーシブ
マルシェ～みんな
これでいいのだ～**

ダイセーフォレストパーク

☎059-378-2946 📠059-378-9809

日 9月27日(日)10時～16時（雨天決行）

所 スズカト周辺

※ステージイベントはスズカト1階総合研修館

内 障がいの有無、年齢、国籍、性別に関わらず、誰もが楽しみ、誰もが参加できるマルシェ

ゲスト

^{たか はし ひろ たか}高橋宏貴さん

（ELLE GARDEN ドラマー）

^{ビーク}BEAKさん

（NICOTINE ドラマー）

料 無料

問 instagramでインクルーシブマルシェ実行委員会
アカウント：@inclusive.marche

**鈴鹿市スクエア
ステップリーダー
養成講座**



長寿社会課 ☎059-382-9886 📠059-382-7607

対 市内在住で、「スクエアステップリーダー」として地域でボランティア活動を行う意欲があり、3日間の講座を受講できる方

日・所

○10月9日(金)・30日(金)10時～15時30分：鈴鹿市社会福祉センター 2階 大会議室(神戸地子町383-1)

○12月18日(金)10時～13時：ふれあいセンター 2階 ホール(南玉垣町6600)

内 介護予防ボランティアとして、地域で活動する「スクエアステップリーダー」を養成します。
※スクエアステップとは、専用マットの上でステップを踏む運動で、転倒予防・認知機能向上・仲間づくりに役立つエクササイズです。

定 20人(先着順)

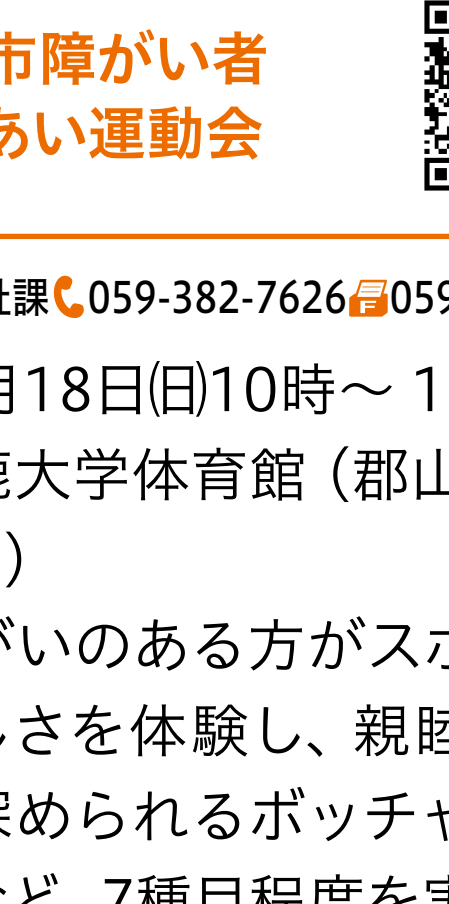
※申し込み数が少ない場合は中止することがあります。

料 無料

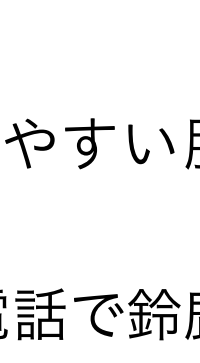
※リーダー認定登録料は2,200円必要です。

持 動きやすい服装、筆記用具、上靴、水分補給できる飲み物、タオル

申 9月30日(水)までに、電話で長寿社会課または申込みフォームで



**鈴鹿市障がい者
ふれあい運動会**



障がい福祉課 ☎059-382-7626 📠059-382-7607

日 10月18日(日)10時～15時

所 鈴鹿大学体育館(郡山町663-222)

内 障がいのある方がスポーツの楽しさを体験し、親睦や交流を深められるボッチャや玉入れなど、7種目程度を実施

料 無料

持 室内シューズ、動きやすい服装、飲み物

申 9月25日(金)までに、電話で鈴鹿市障害者団体連合会事務局へ ☎059-382-3441 担当：坂

※障がいのない方の参加やボランティアの方も募集します。

**地域
パラスポーツ教室**



障がい福祉課 ☎059-382-7626 📠059-382-7607

対 障がいのある方

※介助、支援が必要な方は付き添いの方と一緒にご参加ください。

日 10月4日(日)10時～12時

所 旭が丘小学校 体育館

内 「ボッチャ」や「フライングディスク」などのパラスポーツで、参加者同士や指導員たちと楽しく交流を深めます。

定 25人(先着順)

料 無料

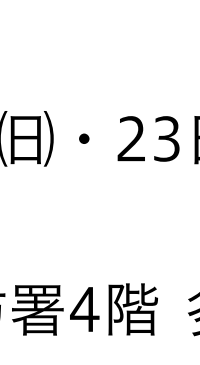
持 動きやすい服装、上靴、飲み物、タオル

申 市ウェブサイト内の申込みフォームで

主催・問 三重県パラスポーツ指導者協議会北勢地域事務局
✉suzukasuposui@gmail.com

担当：小久保

**上級救命講習
(実技講習)
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 10月18日(日)9時～16時(昼休憩1時間あり)

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の取扱い方法、異物除去法、止血法、傷病者の管理、搬送法などについて、知識や技術の習得

※応急手当WEB講習(上級救命講習編)の事前受講が必要です。確認のため、応急手当WEB講習受講後に発行される「応急手当WEB講習受講証明書」を印刷したもの、またはスクリーンショット(画面メモ)をご準備ください。

定 20人(先着順)

料 無料

持 当日は動きやすい服装で、筆記用具、ハンカチ(タオル可)

申 9月14日(月)9時から、直接または電話で中央消防署へ

**応急手当普及員
(新規)講習の
受講者募集**

消防課 ☎059-382-9155 📠059-383-1447

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

日 11月21日(土)・22日(日)・23日(月・祝) 9時～18時

所 消防本部・中央消防署4階 多目的室

内 成人・小児の心肺蘇生法とAEDの取扱い、救命に必要な応急手当の実技、基礎医学などの応急手当の習得や普通救命講習の指導要領の習得

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

定 30人程度(先着順)

料 無料

※「応急手当指導者標準テキスト」は、各自ご購入ください。

申 9月27日(日)から10月25日(日)までに、申込みフォームで

鈴鹿地域職業訓練センター 10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

◆玉掛け技能講習(つり上げ荷重1t以上)

日 学科：12月7日(月)・8日(火)8時40分～17時

実技：12月9日(水)・10日(木)・11日(金)8時40分～17時のいずれか1日を選択

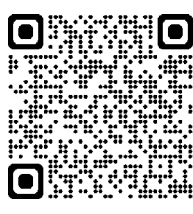
料 1万6,005円(教材費・税込)

申 10月7日(水)9時から、電話で鈴鹿地域職業訓練センターへ

※フォークリフト運転技能講習(10月・11月・令和9年1月)も受付中です。

※受付状況はQRコードでご確認ください。

ポリテクセンター三重 11月開講コース 職業訓練受講生募集



産業政策課 ☎059-382-8698 📠059-382-0304

対 求職者の方

※受講希望者は原則毎週木曜に実施する施設見学会への参加が必要です。施設見学会の日程が合わない場合はご相談ください。

日 11月4日(水)～令和9年4月26日(月)

内・**定** 電気生産システム科：18人(選考あり)

料 無料

申・**問** 9月30日(水)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

※訓練期間中、無料で託児サービスを利用できます。

第47回鈴鹿市民 アイデア展



産業政策課 ☎059-382-7011 📠059-384-0868

日 9月18日(金)～20日(日)9時～20時(18日は10時から、20日は17時まで)

所 鈴鹿ハンター 1階 センターコート

内 市民の科学・技術への関心を高め、豊かな創造性を育むため、学習や生活などの中から生まれた小・中学生のアイデア作品を展示します。

○工夫考案(工作)部門：創意工夫されたもの、生活に役立つものの、科学的な考えに基づいた夢のあるものなど

○絵画部門：未来への夢を描いたもの、自由奔放な発想をしたもの、純粹で素朴なものなど

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

ファミリー・サポート・センターは、子育てを助けてほしい人（依頼会員）の要望に応じて、子育てを助ける有償ボランティア（提供会員）を紹介し、相互の信頼と了解の上、一時的にこどもを預かる会員組織です。学校・保育所・保育園・幼稚園などの送り迎えや、自宅でこどもを預かる提供会員の養成講座を行います。

※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 市内に在住の方（資格・年齢は問いません）

所 男女共同参画センター 研修室1

講師 医師・公認心理師ほか

定 30人

※受講された方は、提供会員として登録していただきます。

申・問 鈴鹿市ファミリー・サポート・センター

☎・☎059-381-1171

日付	時間	内容	日付	時間	内容
11月4日(木)	10時～12時30分	こどもの発達とこころ	11月12日(木)	10時～12時30分	こどもの権利、提供会員の役割と心得
	13時30分～15時30分	虐待と社会的養護		13時30分～16時	小児看護
11月5日(木)	9時30分～12時	こどもの病気	11月13日(金)	9時30分～12時30分	こどもの安全と対応
	13時～15時30分	こどもの遊びと生活		13時30分～14時30分	子育て支援の必要性
11月11日(木)	10時～12時	気になるこどもの支援		14時30分～15時	登録について
	13時～16時	こどもの栄養		15時～16時	講座のまとめ

スポーツの杜 鈴鹿



9月の休業日…7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。

◆アーチェリー体験会

開催日に11月21日(土)を追加します。

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 9月19日、10月3日・31日、11月21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

※スポーツ傷害保険料込み、当日払い

申・問 必要事項を記載し電子メールで三重県アーチェリー協会へ maa.fukyu@gmail.com 担当：溝口

○参加者氏名と年齢 ※参加者が未成年の場合は保護者氏名も必要です。

○電話番号

○参加希望日（第1希望日、第2希望日）

◆短期教室

所 水泳場 会議室またはスタジオ

申 9月8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	10月6日(火)	11時～12時	20人	1,100円	飲み物
きほんのヨガ	18歳以上の女性	10月7日(水)		15人	1,100円	ヨガマット
運動と英語のジューシー	未就園児 (0～3歳)と保護者	10月13日(火)	10時～11時	15組	1,450円	—
ソクササイズ ～足圧体験会～	18歳以上の方 (2人1組)	10月14日(水)	10時30分～12時	10組	1,200円※1	※2
はじめてのピラティス	18歳以上の方	10月16日(金)	11時～12時	15人	1,100円	ヨガマット
はじめての腸活ヨガ	18歳以上の女性	10月20日(火)		15人	1,100円	
ウォーキングエアロ	18歳以上の方	10月26日(月)		20人	1,100円	室内シューズ
YUBAメソッド ～ポイトレ、レベルアップ～		10月30日(金)		8人	1,500円	飲み物

※1:ペア料金 ※2:タオル、バスタオル、あれば5本指ソックス

10月の相談



相談名	とき	ところ	問合せ
一般相談	月～金曜日 ※祝休日を除く	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、9月28日(月)から受け付けます。
○弁護士相談	2・9・16・23・30日	10:00～12:00 13:00～15:00	
○交通事故相談	27日	13:00～15:00	
○総合相談	16日	10:00～12:00 13:00～15:00	
○行政書士相談	27日	10:00～12:00	
○外国人のための行政書士相談	8日	10:30～12:00	市民対話課外国人交流室 ☎059-382-9058
女性のための電話相談	1・2・6・8・9・13 15・16・22・27 29・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 ※祝休日を除く	8:30～17:15	人権政策課 ☎059-382-9011 ☎059-382-2214
人権擁護委員による人権相談	2日	13:00～16:00	
教育相談	月～金曜日 ※祝休日を除く	8:30～17:15	子ども家庭支援課 ☎059-382-9140 ☎059-382-9142
女性相談			
家庭児童相談			
児童虐待・DVに関する相談			
発達相談			
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
	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
○年金事務所出張相談	14・28日	10:00～15:00	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	建築指導課 ☎059-382-9048 ☎059-384-3938
消費生活相談	月～金曜日 ※祝休日を除く	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

◎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

10月の休館日

金曜日、6日(火)～13日(火)

※特別整理期間のため、10月6日～13日までの間、図書館は休館となります。

便利な電子図書館も
ご利用ください！



10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。

19日(月)		21日(水)		22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
稻生	15:30～16:00	若松	15:20～15:50	国府	14:20～14:50
				住吉	15:10～15:40
26日(月)		28日(水)		1日(木)・29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

10月の休館日

5日(月)・13日(火)・19日(月)

20日(火)・26日(月)



寺谷みこ

体験講座【勾玉作り】

まが たま

と き 土日・祝休日 ※3日(土)・25日(日)を除く

受付時間 9時～10時、13時～14時

体験料 300円

定 員 12席(事前申込制・先着順)

※1席につき、体験者4人までです。

申込み 電話または窓口で

※前日までの予約を優先します。

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。



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
料 無料 **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8年4～6月生まれの乳児の保護者	10月2日(金)	10時～11時30分	9月10日(休)
むし歯予防コース(乳児)	8～11カ月の乳児とその保護者	10月29日(木)	10時～11時30分	9月15日(火)

※すくすくファミリー教室の予約は、アプリのみの受け付けとなります。

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 ☎059-382-2252 📠059-382-4187

対 市内に住民登録のある妊産婦とそのご家族、妊産婦の支援に関わる方
日 10月18日(日)10時～11時30分
所 保健センター
内 助産師による講話、からだところをほぐす体操
講師 やまなか きわ 山中希和さん(助産師)
定 20組(先着順)
料 無料
申 9月7日(月)から、すずっこ子育てアプリまたは申込みフォームで

健康診査

こども保健課 ☎059-382-2252 📠059-382-4187

妊婦・産婦の方が受けられる健康診査

- 妊婦健康診査／妊娠中14回分、県内の協力産科医療機関で、公費負担で受けられます。
- 妊婦歯科健康診査／妊娠中1回、市内の協力歯科医療機関で、公費負担で受けられます。
- 産婦健康診査／産後2回(2週間・1カ月)、県内の協力医療機関で、公費負担で受けられます。

お子さんが受けられる健康診査

乳児健康診査／乳児期に3回(1カ月・4カ月・10カ月)に、市内の協力医療機関で、公費負担または一部公費負担で受けられます。

新生児聴覚スクリーニング検査

市内の協力医療機関で、一部公費負担で受けられます。

こどもの予防接種

地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670

HPVワクチン

対 平成22年4月2日から平成27年4月1日生まれの女性
※平成22年4月2日から平成23年4月1日生まれの方(高校1年相当)は令和9年3月31日までの接種になります。
所 実施医療機関(QRコード参照)
料 無料(対象期間内に限る)
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。

こんにちは赤ちゃん訪問

こども保健課 ☎059-382-2252 📠059-382-4187

赤ちゃんがいるご家庭に、「こんにちは赤ちゃん訪問員」が訪問します。事前アンケートをすずっこ子育てアプリから提出し、訪問による面談を実施します。また訪問の機会に合わせて、妊娠支援給付金の申請ができます。
対 令和8年8月生まれの赤ちゃんがいるご家庭
内 市の子育てサービスの紹介、子育て情報の提供 など
料 無料
※詳しくは、9月下旬に案内を郵送します。
※生後28日以内の方は、母乳相談もできる新生児訪問があります。ご希望の方は、こども保健課へお申し込みください。

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 9月25日(金)、10月23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
※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。

市内へ転入された方(妊産婦、乳幼児・小中学生の保護者の方)へのお知らせ

こども保健課 ☎059-382-2252 📠059-382-4187
地域医療推進課 ☎059-382-9291 📠059-384-5670

各種健診の受診票の交換・交付、予防接種の予診票の交付は、保健センター(平日8時30分～17時15分)が窓口です。必要書類は、下記をご覧ください。
「妊婦健康診査・妊婦歯科健康診査・産婦健康診査の受診票」の交付
持 母子健康手帳、前市町村の受診票、申請者の本人確認書類(運転免許証など)、在留カード(外国籍の方)
問 こども保健課
「乳児健康診査(1カ月児・4カ月児・10カ月児)の受診票」の交付
※4カ月児・10カ月児は地区市民センターでも交付できます。
持 母子健康手帳、前市町村の受診票(交付されている方)、在留カード(外国籍の方)
問 こども保健課
「予防接種の予診票」の交付
持 母子健康手帳(接種履歴のわかるもの)、お子さんと保護者の本人確認書類
問 地域医療推進課

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 9月24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9月末ごろ、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)。

回 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	10月22日(木) 午後	11月6日(金) 午前	11月6日(金) 午後	11月8日(日) 午前	11月8日(日) 午後	11月30日(月) 午前	11月30日(月) 午後
胃がん(バリウム)	40歳以上	2,000円							
大腸がん(検便)	40歳以上	600円							
(免疫便潜血2日法)	事前に採便容器を郵送しますので、2日分の便を採って、検診当日に持参してください。								
超音波(エコー)	20～39歳の女性	1,500円							
乳がん	40歳以上の女性	2,000円							
マンモグラフィ	40歳以上の女性	2,500円							
子宮頸がん(細胞診)	20歳以上の女性	1,300円							

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

注意事項

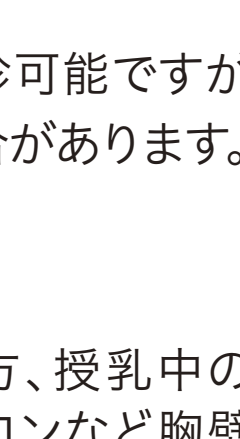
胃がん(バリウム)

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。



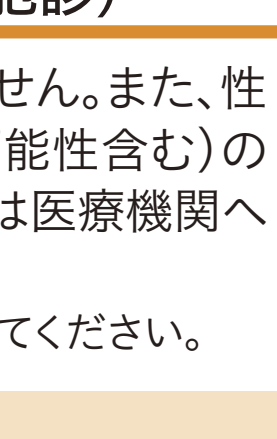
大腸がん(検便)(免疫便潜血2日法)

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・授乳中の方も受診可能ですが、
正確な判定ができない場合があります。

特 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。

特 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。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日祝除く)(予約不要)。

※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。

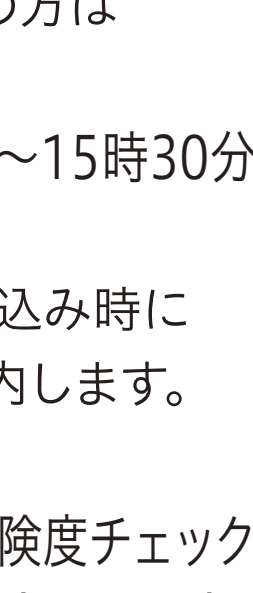
※託児サービスはありませんが、検診時
のみ職員による見守りをを行います

(土日

骨こつ教室「骨の健康で未来を守る！ 骨粗鬆症の危険度チェックと無理なく続ける骨活の工夫」

地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

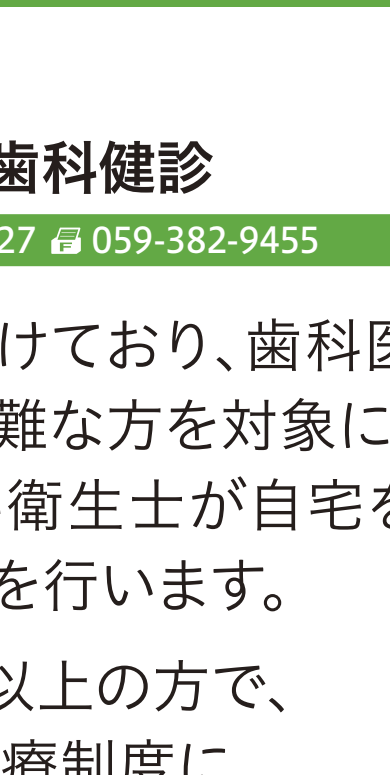
- 対** 20歳から64歳までの方
※骨粗しょう症の治療中の方は参加できません。
- 日** 10月19日(月)10時～11時30分
- 所** 保健センター
- 内** 骨粗しょう症の予防の講話、簡易骨密度測定など
- 定** 20人(先着順)
- 料** 無料
- 申** 9月8日(火)8時30分から、電話で地域医療推進課または申込みフォームで



骨密度チェック (簡易骨密度測定会)

地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

- 対** 20歳以上の市民
※骨粗しょう症の治療中の方は参加できません。
- 日** 10月19日(月)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、申し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** 70人(先着順)
- 料** 無料
- 申** 9月8日(火)8時30分から、電話で地域医療推進課へ



高齢者在宅訪問歯科健診

福祉医療課 ☎059-382-7627 ㊟059-382-9455

在宅で介護を受けており、歯科医院への通院が困難な方を対象に、歯科医師や歯科衛生士が自宅を訪問し歯科健診を行います。

- 対** 在宅要介護3以上の方で、後期高齢者医療制度に加入する市内在住の方
- 日** 10月1日(木)～12月28日(月)
- 内** 口腔内(歯・義歯・かみ合わせなど)の確認、口腔機能評価など
※受診後に簡単なアンケートをお願いする予定です。

- 料** 無料(対象期間内に1回)

- 定** 75人(応募者多数の場合は選考)

- 申** 9月11日(金)までに、調査票に訪問歯科健診の希望の有無を記入の上、同封の返信用封筒で福祉医療課へ

※調査票は、対象の方に8月下旬に送付します。

しゃべり場「おむすび」

地域医療推進課 ☎059-327-5030 ㊟059-384-5670

あなたの日頃のストレスや悩み事を話してみると、心が軽くなるかもしれません。

聴き方を学んだスタッフがゆっくりお聴きします。

- 日** 10月9日(金)、11月13日(金)、12月11日(金)
13時～16時(出入り自由)

※1人あたりの相談時間は1時間が目安です。

- 所** 保健センター

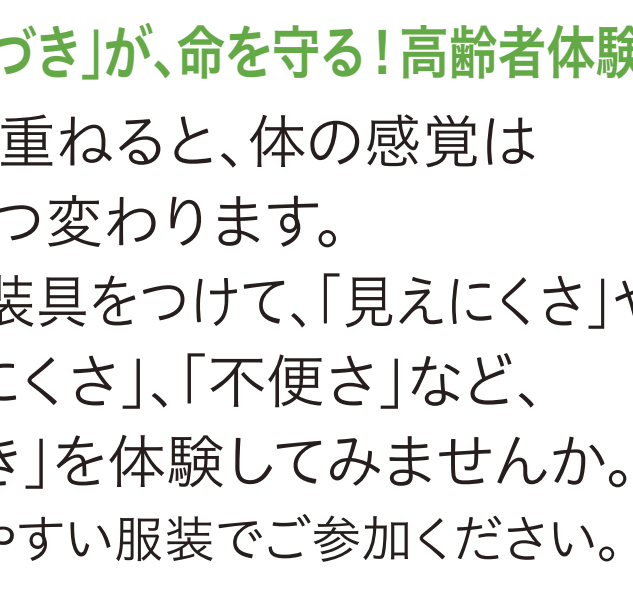
- 料** 無料

- 申** 事前に電話で「いのちと心を守る鈴鹿市民の会」へ

☎090-1620-5087

担当 杉本信之^{すぎもと のぶゆき}

※悪天候や感染症の影響などにより中止する場合がありますので、事前にご確認ください。



シニア女性のための健康講座

産業政策課 ☎059-382-8698 ㊟059-382-0304

スキンケアやメイクなど化粧行為を通じて、心身機能や生活の質の維持向上など健康寿命の延伸を目指します。

- 対** 市内在住の60歳以上の女性

- 日** 10月29日(木)13時30分～15時

- 所** 鈴鹿市シルバー人材センター1階 研修室

- 定** 15人(応募多数の場合は抽選)

- 料** 無料

- 申・問** 9月24日(木)から30日(水)までに、直接または電話でシルバー人材センターへ

☎059-382-6092

市民公開講座

「がん治療、お金はいくらかかる？」～知らないと困る医療費と選択～

地域医療推進課 ☎059-382-9291 ㊟059-384-5670

「がんと診断されると、実際にどのくらいのお金が必要になるのか。」ファイナンシャルプランナーが治療費・入院費・通院費など、現実的な金額を解説します。さらに高額療養費制度や公的保障や治療と生活のバランスについてもお話しします。希望者は病院見学ができます。

- 日** 9月27日(日)14時～16時(受付13時30分から)

- 所** 鈴鹿医療科学大学附属桜の森病院 多目的ホール(南玉垣町7300-1、駐車場あり)

- 定** 50人

- 料** 無料

- 申・問** 9月18日(金)までに、電話で鈴鹿医療科学大学附属桜の森病院へ

☎059-340-7411

平日9時30分～17時

鈴鹿医療科学大学 市民公開講座

地域医療推進課 ☎059-382-9291 ㊟059-384-5670

その「気づき」が、命を守る！高齢者体験

年齢を重ねると、体の感覚は少しずつ変わります。

専用の装具をつけて、「見えにくさ」や「歩きにくさ」、「不便さ」など、「気づき」を体験してみませんか。

※動きやすい服装でご参加ください。

- 日** 10月10日(土)
10時30分～12時(受付10時から)

- 所** 鈴鹿医療科学大学 白子キャンパス 講堂(南玉垣町3500-3)

- 講師** 久保田千景さん^{くぼた ちかげ}
(鈴鹿医療科学大学救急救命学科准教授)

- 定** 40人程度

- 料** 無料

- 申** 不要

- 主催・問** 鈴鹿医療科学大学救急救命学科

☎059-340-0550

担当：久保田^{くぼた}

美味しく食べて元気！ 薬剤師と学ぶ「健口」講座

お口と筋肉の元気を保ち脱水を防ぐコツを、クイズや体操を交えて薬剤師がわかりやすくお話しします。

- 日** 10月25日(日)13時～14時30分(受付12時30分から)

- 所** 鈴鹿医療科学大学 白子キャンパス1号館7階 1701講義室(南玉垣町3500-3)

- 講師** 二村昭彦さん^{ふたむら あきひこ}

- 定** (鈴鹿医療科学大学薬学部教授)

- 料** 100人程度(先着順)

- 申** 無料

- 問** 10月19日(月)までに、申込みフォームで鈴鹿医療科学大学薬学部

☎059-340-0550

✉sadapon@suzuka-u.ac.jp

担当：定金^{さだかね}

※講演会終了後、希望される方にキャンパス見学を実施します。



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

みんなで語り合おう、分か
ち合おう。そして笑おう。

文学の窓 ☎090-6577-7741

対18歳以上 **日**9月10日(木)13時
30分 **所**(一社)COCOLO(道伯
5-22-32) **料**無料 **申**電話で

内読書療法を用いて感情につい
て自由に語り合う。

健康寿命を延ばす、 活躍するための講座

(一社)100歳大学

中田 ☎090-4083-1648

日内10月10日(土)目の健康、21日
(水)野菜と健康、11月3日(火・祝)芋
掘り **所**鈴鹿市社会福祉センター
料1回300円(11月3日のみ1,000
円) **申**電話で

市民登山大会 鈴鹿山岳協会-入道ヶ岳-

鈴鹿山岳協会 島田

✉koji_shimada_gozira@yahoo.co.jp

対1000m級の山を自力で登れる方
日9月27日(日) **料**無料※保険各自
申9月14日(月)までに、氏名、住所、
年齢、連絡先をメールで **内**入道ヶ
岳※椿神社集合 **定**先着20人

芋掘り、木の実拾い等、 秋の自然を楽しみませんか？

(特非)こどもサポート鈴鹿

☎059-383-1322(平日9時30分～15時30分)

対未就学児と保護者 **日**10月18日
(日)10時～15時 **所**加佐登神社み
ささぎの郷 **料**1家族1,500円 **申**電
話で **内**焼き芋、豚汁も味わいま
す。※天候による内容変更あり

ひきこもりの方のための なんでも相談会

(福)鈴鹿市社会福祉協議会 ☎059-373-5750

✉s.shakyo@suzuka-shakyo.or.jp

対中学校卒業以上の方(家族の
みの参加可) **日**9月24日(木)10時
～16時 **所**鈴鹿市社会福祉セン
ター 小会議室 **料**無料 **申**電話ま
たはメールで **内**相談会を開催

鈴鹿市民あるこう会 参加者募集

鈴鹿市民あるこう会

鈴木利昭 ☎080-1611-9264

対どなたでも **日所**9月20日(日)7
時30分近鉄白子駅集合
料300円(当日徴収します)
内白子駅～(株)フジクラ～田古知
川～千代崎駅→白子駅

鈴鹿市バドミントン クラブ対抗戦

鈴鹿市バドミントン協会

✉suzukabad@yahoo.co.jp

対市内で活動する団体
日10月25日(日)
所西部体育館
料1チーム8,000円
申9月26日(土)までに、メールで

アドラー心理学で子育て やってみませんか？

鎌田

✉cozy.biyori@gmail.com

対子育て中の方、アドラー心理学に
興味のある方 **日**9月17日(木)10時～
12時 **所**鈴鹿市社会福祉センター
料100円 **申**メールで **内**子育ての困
り事を話しましょう。

シニアリトミック

まえ だ え り こ

前田江理子

☎090-3566-9225

対60歳以上の方 **日**9月29日(火)、10月27日(火)10時～11時 **所**白子コミュニティセンター **料**1回600円 **申**電話で **内**音楽に親しみながら脳の活性化を

秋季テニス教室

はし もと だい

橋本大 ☎090-9175-8945

✉nfdwy463@yahoo.co.jp

対中学生以上一般の方 **日**9月19日(土)から毎週土曜日18時～21時 前後半あり(全10回) **所**市立テニスコート **料**6,500円(別途保険料あり) **申**メールで

第4回三重ハーモニカ

街道演奏会

ひ ぐち み ほ

樋口美穂

☎090-9902-3677

日9月27日(日)開演13時(開場12時30分) **所**ふれあいセンター ふれあいホール **料**無料 **内**三重のハーモニカ愛好家が演奏。哀愁ある心地よい音色で癒しのひと時を

ガッツリ祭 元気フリー

マーケット出店者募集!

西条発展会事務局

☎・☎059-384-2122

日11月1日(日)9時～15時

所西条中央公園

料2,500円(2.5m×2.5m/限定60ブース)

申西条発展会ウェブサイトで

第30回かるがも演奏会

(吹奏楽コンサート)

かるがもブラスアンサンブル

🏠<https://www.karugamobrass.com>

日11月22日(日)13時30分開演(開場13時) **所**イスのサンケイホール 鈴鹿 **料**無料 **内**交響詩「ローマの祭り」、「天空の城ラピュタ」、「好きすぎて滅!」ほか

ほんものの川柳を目指す

勉強会

鈴鹿川柳会白子教室

あし だ

芦田 ☎090-6571-1779

日9月16日(水)、10月21日(水)13時から **所**白子コミュニティセンター **料**300円 **申**電話で

内川柳の基本の勉強

講師:吉崎柳歩

ファミリーエンジョイテニス

参加者募集

日本女子テニス連盟 三重支部(打田)

☎090-4118-8355 ✉jltfmie@gmail.com

対テニス未経験の3歳～小学生とその保護者 **日**11月1日(日)10時～12時(受付9時30分～) **所**三重交通Gスポーツの杜鈴鹿(屋内シェルターコート)

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

はし もと

橋本 ☎080-1987-4008 ✉tsuunokai@gmail.com

日毎月第2火曜日19時～21時(9月8日、10月13日) **所**鈴鹿市社会福祉センター **料**200円

申不要 **内**不登校のこどもを持つ親同士の語り合いが中心です。

モルック無料体験会

参加者募集

楽しいモルッククラブ鈴鹿

✉molkkysuzuka@gmail.com

日毎月第1、第2土曜日8時30分～10時 **所**桜の森公園(自由広場) **料**無料 **申**メールで **内**モルックを楽しむ気楽なクラブです。※初心者歓迎

鈴鹿女声50周年コンサート

うたのおくりもの

たか なみ のり こ

高浪則子 ☎090-9170-5669

日10月17日(土)13時30分開演(13時開場) **所**ふれあいセンターふれあいホール **内**女声コーラスコンサート **料**無料ですが整理券が必要です。

11月号 掲載分集 募集



問 情報政策課 ☎ 059-382-9036

9月14日(月)9時から18日(金)17時
までに、次の方法で情報政策課へ
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、直接申し込む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。(9月号掲載→11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。

女性ライダーが輝いた夏

鈴鹿4耐

鈴鹿8時間耐久レースが、それまでのノンタイトルから世界耐久選手権に昇格した1980年、アマチュアライダーの祭典として誕生したのが鈴鹿4時間耐久レース(鈴鹿4耐)でした。その頃からのバイクブームもあって人気は瞬く間に沸騰、数多くの有力ライダーを輩出しました。

鈴鹿4耐黎明期に、ひととき注目を集めたのが女性ライダーの挑戦。実はその数年前まで女性は2輪レースには出場できないというルールでしたが、さまざまな働きかけと活動実績によってその壁を破り、女性に2輪モータースポーツの門戸を開いたのが堀ひろ子さん(故人)でした。腰山(旧姓 今里)峰子さんと組んで出た第1回大会では、予選でポールポジションを獲得し、大きな反響を呼びました(決勝はリタイア)。

現在、鈴鹿市役所には翌年の第2回大会に同じコンビで参戦し、完走したマシンを展示中です(10月30日(金)まで 途中展示中断あり)。女性ライダー達が輝いた45年前の夏を実感してください。

■中野能成

(鈴鹿モータースポーツ友の会 事務局)

今も2輪レースを楽しむ
腰山峰子さん
(尼崎市)



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. 57

深伊沢地域づくり協議会

「わらアート」を始めた

きっかけと思い

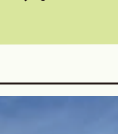
深伊沢地域づくり協議会では、米作り体験事業として、田植えや稲刈り、もちつき大会などを行ってきました。さらに地区の人たちが集まれる場を作ろうという思いがきっかけで「わらアート」が生まれました。「わらアート」作りを通じて、地区の人たちの交流が生まれ、人と人とのつながりや絆がより深まるようにという思いで、この取り組みを続けています。

深伊沢地域
づくり協議会
会長
いしかわ
市川さん



参加した人たちの声

「わらアート」作りに参加した方からは、「仲間になってよかった。次回も参加したい」「わらアートのアイデアは素晴らしい」「女性の参加が増えにぎやかになった」などのうれしい声がありました。また、「もっと若い人が参加できるように工夫することが必要である」などの改善に向けた意見もありました。

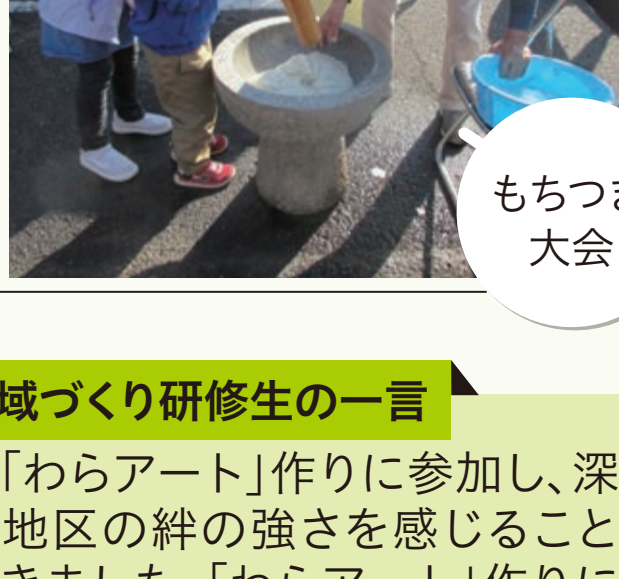


地域づくり

Photo



わらアートの「かえる」



もちつき大会

地域づくり研修生の一言

「わらアート」作りに参加し、深伊沢地区の絆の強さを感じることができました。「わらアート」作りには、地域の方たちの細かい工夫がたくさんありますので、皆さんもぜひ参加してみてください。

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>



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)