

ぷりっ&ニュース

第306号

2026年10月



協働事業：障がい者サポーター養成講座&交流会ぽじここ

障がい者ってだあれ？サポートって私にできるの？地域社会にいるちょっと困ったを抱える人にとって、あなたの一言がとても助かることがあります。まずは“知る”から始めてみませんか？

日 時：11月14日(土) 13:00~15:00

場 所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」 2階 研修室

内 容：13:00~ 障がい者サポーター養成講座

14:00~ 当事者との交流会

14:40~ 講座・交流会のまとめ フィードバック

講 師：松本和剛先生（秋田看護福祉大学 医療福祉学科 講師）

参加費：300円

申込方法：QRコードの申込フォームからお申し込みください。

その他：養成講座を受講された方には、障がい者サポーター認定証キーホルダーをお渡しします♪

共催・問合せ先：亀山親なきあとを考える会つむぐ、亀山市健康福祉部地域福祉課 ☎ 0595-84-3313



申込フォーム
QRコード



“うたと音のひびきde” ひとのわコンサート14th

日 時：10月18日(日) 開場…13:30 開演…14:00

場 所：中央コミュニティセンター（亀山市文化会館内）

出 演：リコーダーを吹いてみよう会、MAKK、ア・カペラの会

ピアノ&尺八の兄弟DUO、ハーモニーゆうき

参加費：無料 ※事前申込不要

主 催：第14回ひとのわコンサート実行委員会・「第九」を愛する会（応援制度登録団体）

後 援：（公財）亀山市地域社会振興会（亀山市文化会館）/コミュニティCaféを作る会（ぶんぶん）

問合せ先：コミュニティCaféぶんぶん ☎ 0595-82-1222



不登校のこどもと親と地域の会〜でんでんおしゃべりカフェ

『でんでん』は、不登校の子どもを持つ親や、不登校に関心のある方が集まり、安心して話せる居場所です。同じ立場の人とつながることで、心が少し軽くなることもあります。はじめての方もどうぞお気軽にお越しください。

《小中学生の行きしぶりや不登校の保護者、関心のある方》

日 時：10月2日(金) 19:00~21:00

10月8日(木) 10:00~12:00

場 所：井田川地区北コミュニティセンター（みどり町55番地2）

《高校生以上の行きしぶりや不登校、就労やひきこもりにお悩みの保護者、関心のある方》

日 時：10月16日(金) 19:00~21:00

場 所：市民協働センター「みらい」

問合せ先：QRコードのでんでん公式LINEからお問い合わせ下さい。

不登校のこどもと親と地域の会〜でんでん〜 内藤



Instagram
QRコード



公式LINE
QRコード

「亀山宿語り部」の楽しい話 講座開催

日 時：10月15日(木) 13:30~14:30

場 所：市民協働センター「みらい」 1階 多目的ホール

テーマ：「関 一政」について

発表者：亀山宿語り部の会 西川均さん

内 容：関氏（一政と父）蒲生氏郷の与力として全国を転戦、秀吉・家康に仕え、多くの転封があった。領地についてお話をします。

参加費：無料 ※事前申込不要

問合せ先：亀山宿語り部の会 ☎ 090-1503-1807（尾崎）



第38回 憲法カフェ「知憲～憲法を読んでみよう・Ⅱ」

憲法の改正は必要か、まずは憲法を知ることが必要です。日本国憲法と一緒に読んで、学び語り合いましょう。

日 時：10月31日(土) 13時30分~15時

場 所：市民協働センター「みらい」 1階 多目的ホール

参加費：無料 ※どなたでも参加できます。

主 催：亀山九条の会

問合せ先：☎ 090-8954-1526（川辺一弘） ✉ k.k.bengorou@outlook.com



コミュニティカフェを作る会(コミュニティCaféぶんぶん)で開催します。
 申込・問合せ先:コミュニティCaféぶんぶん ☎0595-82-1222
 または、亀山市文化会館 ☎0595-82-7111まで

各講座の合間に
 コーヒータイムも
 楽しめます♪



描く

SUIBOKU-画 「墨楽会」 定例日

日 時: 墨楽会1期生 10月8日(木) 13:30~15:30
 墨楽会2期生 10月5日(月) 13:30~15:30
 場 所: コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
 講 師: 日本画家 宮崎観峰さん
 内 容: 墨楽会1期生…鍾馗さん
 墨楽会2期生…ザクロ
 参加費: どちらも1,300円(ドリンク代含む)
 その他: 道具類は保管、準備してあります



川柳

ぶんぶん・ゼミ「第100回 川柳の深みとおもしろみ」

日 時: 10月2日(金) 13:30~15:30
 場 所: コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)
 講 師: 相馬まゆみさん
 お 題: 「素顔」/「太る」 ※ご出席の上、お一人2句を投句
 参加費: 1,000円(ドリンク代含む) ※事前申込不要 予備受講生(選句に参加)大歓迎! 見学参加費: 500円



音楽

10月レコード鑑賞会

ベートーヴェン最盛期の名曲を楽しむ ~フルトヴェングラー、アルバンパルクそしてクルダの妙技~

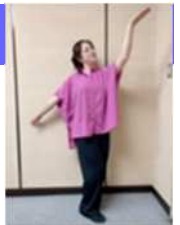
日 時: 10月9日(金) 13:30~15:30
 場 所: コミュニティCaféぶんぶん
 曲 目: 交響曲第3番「英雄」、弦楽四重奏曲「ハーブ」他
 参加費: 1,000円(ドリンク代含む)
 定 員: 20名 ※先着順、要事前申込 ☎0595-82-1222
 主 催: KSTレコード鑑賞会
 進 行: 谷成史さん



NOSS

まきちゃんとNOSS・ワールドを楽しもう!

日 時: 10月14日(水) 19:00~20:00
 場 所: 亀山市文化会館 リハーサル室1
 講 師: 清水万姫子さん(NOSS公認インストラクター)
 参加費: 2,000円(レッスン料+ドリンク代)
 持ち物: 運動のしやすい服装
 定 員: 6名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



水曜日のお楽しみ♪

囲碁・将棋 対局 10月お楽しみDay!

囲碁対局もう一席増。1~2名様エントリーOKです。お誘いあわせでお越しください!

日 時: 10月の水曜日(7日・14日・21日・28日) 13:00~15:00
 場 所: コミュニティCaféぶんぶん
 参加費: 600円(ドリンク代含む) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



おとわんすぽっと 10月 JOTO-ONE-SPOT♪

好きな音楽をぶんぶんの音響でMyコーヒータイムを! お好きなCD・レコードをご持参ください。
 ご希望の時間帯で調整させていただきます。

日 時: 10月の水曜日(7日・14日・21日・28日) 13:00~15:30
 場 所: コミュニティCaféぶんぶん
 参加費: 1,000円(コーヒーor紅茶付き) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



描く

ぶんぶん・あとり絵

楽しく気軽に絵描きしませんか？

日 時：10月25日(日) 13:00~15:00

場 所：コミュニティCaféぶんぶん

講 師：豊田康文さん 木下みゆきさん 他

内 容：秋を描こう！

参加費：1,200円(ドリンク代含む) ※お絵かき道具は準備済み

その他：似顔絵ご希望の方も、お気軽にご来店ください。完成品…1,000円(ワンドリンク付き)

ぶんぶんコーナーにて受講生作品展示中！



手工芸

お祝いや催し物に楽しさプラス バルーンアートの世界を楽しもう！

日 時：10月27日(火) 13:30~15:00

場 所：コミュニティCaféぶんぶん

講 師：道上香(いろは)さん チャイムさん

内 容：葡萄を作りましょう！

参加費：1,200円(材料費+ドリンク代) ※初期負担/ハンドポンプ代1,500円が必要です。

定 員：8名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



学び

令和の和算JYUKU

日 時：10月20日(火) 13:30~15:30

場 所：コミュニティCaféぶんぶん

講 師：算数の好事家 櫻井義孝さん

内 容：感動力を高めましょう！ 後半:面白問題、図形、代数、ワード問題

持ち物：筆記用具

参加費：800円(ドリンク代含む)

定 員：20名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222



学び

10月KAMEREKI 学びい〜舎

「藩校 明倫舎の歴史 第15回」

日 時：10月1日(木) 13:30~15:30

場 所：コミュニティCaféぶんぶん

講 師：郷土史家 八木淳夫さん

内 容：宮内黙蔵(國學院教授)の続き、橘良せん(大阪府立医学学校校長)

参加費：1,000円(ドリンク代) ※事前申込不要



手工芸

fururunの刺繍

刺繍のあるくらしをちょこっとひと手間かけてみませんか？

日 時：10月23日(金) 13:30~15:30

場 所：コミュニティCaféぶんぶん

講 師：古田淳子さん(日本手芸普及会講師)

参加費：2,000円(材料代+ドリンク代) ※付属品は含まれません。

定 員：10名(先着順) ※要事前申込 ☎0595-82-1222

その他：初回参加の方、刺繍道具お貸しします。基礎コースから始めていただきます。



音楽

リコーダを吹いてみよう会(入門編) 第6回

日 時：10月12日(月祝) 10:00~11:30

場 所：亀山市文化会館 リハーサル室2

講 師：奥井瑞穂さん(「フエフキーナ」設立以後 演奏活動)

参加費：1,000円(会場費+ドリンク代含む)

持ち物：家にあるリコーダー 購入したい方はご連絡ください。



煎茶

♪茶処(ちゃこ)ちゃん・たいむ♪

日 時：10月22日(木) 13:30~15:00

場 所：コミュニティCaféぶんぶん(亀山市文化会館内)

講 師：日本茶インストラクター 一見貞子さん・駒田やす代さん

内 容：和紅茶を楽しみましょう！

定 員：8名 ※先着順、要事前申込 ☎0595-82-1222

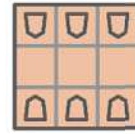
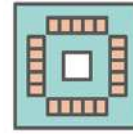
参加費：1,300円(ドリンク代含む)



アナログボードゲームで脳トレ&スクエアステップ

毎月第2・第4土曜日に、アナログボードゲームをする会を開催しています。ボードゲームで楽しく交流しながら一緒に脳トレしましょう♪ボードゲームの合間にはスクエアステップも行います！頭も身体もすっきり♪

日 時：10月10日・24日(土) 10:00～16:00 ※事前申込不要
場 所：総合保健福祉センター「あいあい」 2階 ボランティアルーム
内 容：アナログボードゲーム (囲碁・将棋・健康麻雀・トランプ など)
問合先：カラオケローズ 代表 原 ☎090-8150-9324



のんびりごはんの会

子どもと一緒に小学校の給食メニューをつくりませんか？子どもがチャレンジできるように一緒に見守りをしてくれるスタッフも募集しています♪Instagramで活動の様子を発信していますので、ぜひご覧ください♪

日 時：10月18日(日) 10:00～ ※食事開始…12:00～
場 所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」 栄養指導室
内 容：中華飯・フライビーンズ
参加費：300円 ※幼児は200円 持ち物：エプロン
定 員：40名 ※先着順 ※定員を超えた場合はキャンセル待ち。



Instagram
QRコード

公式LINE
QRコード

※キャンセル待ちになった場合は、翌月の予約をご案内しています。
申込・問合先：公式LINEから申込み、お問合せ下さい。申込締切…10月12日(月)
主 催：のんびりごはんの会 伊藤

加太駅舎サロンの10月の催し

加太駅の活性のため、毎月様々な催しを行っています。どなたでも自由にお越しください！

《音楽イベント》(観覧無料)

- 10月 8日(木) 11:30～「第6回ブッキングライブ」出演：山崎、みやちゃん、マミー&タミー、HC、田中和也、他
- 10月21日(水) 13:30～「ほのぼのコンサート」出演：Teem Green、うらら
- 10月29日(木) 13:30～「フォークソングライブ」出演：Bookends、Blue moon

その他：加太駅舎サロンでは利用者を随時募集しています。作品展示、音楽ライブ、落語、教室、サークルの練習などでご利用できます。問合せ、申込みは加太地区まちづくり協議会まで。

問合先：加太地区まちづくり協議会 ☎0595-98-0008 ✉kabuto.machikyo@gmail.com

【第3弾】トコトコミニマルシェ開催！ ステージ出演者も大募集

第3弾

トコトコミニマルシェ

2026 **10.24(土)**

10:30～15:00 (雨天決行・荒天中止)

加太駅下広場

つながる・たのしむ・まちのマルシェ

食べて・買って・体験して
みんなで楽しもう！

おいしい・かわいい・たのしいお店がいっぱい！

家族で楽しめる
ローカルマルシェ！

おいしいもの・すてきな雑貨・
リラックス体験・地域のお店が大集合！

★一般参加のオープンマイク出演募集(1曲200円)
インスタDMまたは主催者メールから申し込みください。

出店者詳細や
開催の様子をチェック！

フォローして
最新情報を
チェック！

TOKOTOKO_MINIMARCHE

主催 一般社団法人 EARTH ATLAS (キツネコのいえ) 代表 神巫 ✉kitsunekohome@gmail.com 協力 加太地区まちづくり協議会 駅舎活用委員会

コスプレ×旅遊び COSTRIP

アニメ好き、コスプレ
仲間見つかるかも♡

コスプレ × 旅あそび

COSTRIP!

コストリップ
歴史のまちで、特別な思い出を！

2026 **11.1(日)** 9:30～15:00

三重県 亀山市 旧東海道関宿一帯

コスプレ初心者歓迎！ | 素敵な写真を撮ろう！ | カメラマン参加も受付中！

参加詳細は
ホームページをご覧ください！

主催 一般社団法人 EARTH ATLAS (キツネコのいえ) 代表 神巫 ✉kitsunekohome@gmail.com

ぷらっとカフェ15

市民活動・ボランティアセンターぷらっとでは、市民活動団体・ボランティア団体やこれから活動を始めたい個人が、活動の現状や課題に関する情報共有や意見交換を行うことで、活動の活性化や新たなつながりを創出するとともに、市民活動やボランティア活動をはじめのきっかけづくりを目的に、ぷらっとカフェ15を定期的に開催します。

日 時：10月15日(木) 19:00～20:30

場 所：市民協働センター「みらい」1階 多目的ホール

トークテーマ：活動を続けるモチベーションとその維持方法についてお話ししましょう！

申込方法：QRコードの申込フォームか、お電話にてお申込みください。

問合せ：市民活動・ボランティアセンター「ぷらっと」 ☎0595-84-5008



申込フォーム
QRコード



音訳ボランティア養成講座

音訳ボランティアとは、目の不自由な方や文字を読むことが難しい方へ、市の広報や本などの文字情報を声で届ける活動です。あなたの声でぬくもりを伝えることができる、音訳ボランティアの活動を始めてみませんか？

日 時：10月17日・31日／11月14日・28日／12月5日（土）

いずれも10:00～12:00 ※全5回ですが各回のみの参加も可能です。

場 所：市民協働センター「みらい」

定 員：各回10名 ※申込多数の場合抽選

講 師：亀山朗読奉仕会 ※12月5日のみUDアドバイザー 中川桃子さん

申込方法：QRコードの申込フォームか、お電話にてお申込みください。

主 催：社会福祉法人亀山市社会福祉協議会

問合せ：市民活動・ボランティアセンター「ぷらっと」 ☎0595-84-5008



申込フォーム
QRコード

協働事業提案制度・市民参画協働事業推進補助金 公開プレゼンテーション

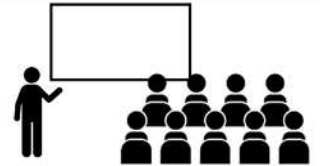
協働事業提案と、市民参画協働事業推進補助金の公開プレゼンテーションを実施します。

日 時：10月10日(土) 13:00～17:00

場 所：市民協働センター「みらい」1階 多目的ホール

参加費：無料 ※申込不要

問合せ：市民活動・ボランティアセンターぷらっと ☎0595-84-5008



ふくたまるしえ

なつかしい古民家でのんびりマルシェ。自分だけの『好き』を探しに足を運んでみませんか？
グルメや占い、施術にハンドメイドなど十数名様が出店！

日 時：10月16日(金) 10:00～15:00

場 所：ふくまめや店内（白木町3471番地）

参加費：無料 ※どなたでも参加歓迎します！

問合せ：ふくたまるしえ実行委員会 ☎0595-87-0886（出口）



令和8年度 亀山藩御流儀 心形刀流武芸形 演武見学会

幕末に江戸から伝えられ、三重県無形文化財に指定されている心形刀流剣術の演武を亀山演武場内（通常非公開）で行います。また、当日は、心形刀流の剣士として勇名をさせた伊庭八郎の遺刀や亀山演武場、心形刀流に関する史資料も場内で展示します。亀山で続けられている古武道の魅力にふれてみませんか。

開催日：11月29日(日) 13:30～15:00（受付：13:00）

場 所：亀山演武場（旧亀山城多門櫓西隣）

対 象：小学校高学年以上

定 員：30名 ※先着順、要事前申込

申込方法：下記申込先にメールまたはFAXでお申し込みください。

（受付期間：9月29日(火)～11月20日(金)）

その他：当日、心形刀流の剣士として勇名をさせた伊庭八郎の遺刀や亀山演武場、心形刀流に関する史資料を場内で展示。

申込・問合せ：亀山市市民文化財文化課まちなみ文化財G

☎bunkazai@city.kameyama.mie.jp ☎0595-96-1218 FAX: 0595-96-2414

主 催：心形刀流保存赤心会 **事業協力**：亀山市、亀山宿語り部の会



アートグループmajot 5daysギャラリー

日 時：毎月1日～5日（1月・2月・8月・9月は休廊） 11:00～16:30

場 所：亀山市文化会館 2階 ホワイエ（東御幸町63）

その他：洋画・彫刻・陶・刺繍・アクセサリー・クラフト

布・編み物・イラストなどの作品を展示販売します。

主催・問合せ：アートグループmajot ☎090-8950-3011（森）

art group majot まじよらす



ぽっかぽかの会が開催します

申込・問合せ先：NPO法人ぽっかぽかの会 浜野 ☎090-4791-3801(13時以降)
FAX: 0595-83-4956 ✉pokkapoka.no.kai@gmail.com

※参加者氏名・電話番号
(緊急時の連絡先)を
お知らせください。

アート教室

日 時：10月18日(日) 10:00~12:00 場 所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」1階 ぽっかカフェ
内 容：秋の果物を描こう 講 師：大坪沢子先生
参加費：会員…500円 非会員…1,000円(材料費込み)
対 象：3歳から成人 定 員：10名(先着順) ※要事前申込

ゆるぽかランチトーク

日 時：10月26日(月) 10:30~12:00 場 所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」 研修室
内 容：さとう式リンパケアセルフケアリーダー、寺島桂子さん(気づいたら障がい児のお母さん)、
櫻井真由美さん(元スクールカウンセラー)によるセルフケア会。教えていただいたセルフケアを
お家で実践しましょう。お母さんから緩んで、お子さん、ご家族も是非ケアしてあげてください。
不思議ですが、心も身体も 軽くなりますよ。
参加費：1,600円(ぽっかカフェの弁当付き) 定 員：8名(先着順) ※要事前申込



三重大学教育学部教授 松浦直己氏座談会

日常生活で困っていることやわからないことを質問したり、アドバイスを聞くことができます。

日 時：10月24日(土) 10:00~12:00
場 所：亀山市総合保健福祉センター「あいあい」 研修室
講 師：三重大学教育学部 副学部長(附属学校担当) 教授 松浦直己さん
※附属学校企画経営室 室長、津市子ども教育センターセンター長
参加費：会員…無料 非会員…1,000円
定 員：20名(先着順) ※要事前申込。託児有…定員5名(先着順、1名…600円)
申込方法：QRコードの申込フォームからお申し込みください。
松浦先生に事前質問がある場合は、QRコードの質問受付フォームからご質問ください。



事前質問
受付フォーム



申込フォーム
QRコード

れ〜る おしゃべり食堂 “マイ♡プレイス〜自分の居場所〜”

おなかと心をいっしょに満たす、だれでも来られる「おしゃべり食堂」。いっしょにごはんを囲みながら、ゆっくりおしゃべりしたり、笑ったり、ほっとひと息ついたり。「また来たいな」そう思える、あたたかな居場所を目指しています。

日 時：10月21日(水) 10:00~13:00 ※毎月第3水曜日開催
場 所：関南部地区コミュニティセンター(関町萩原172-3)
定 員：10組 ※先着順・要事前申込 ※どなたでも参加OK♪
参加費：大人(中学生以上)…800円、子ども…500円、乳幼児無料
持ち物：各自の飲み物・必要な方はエプロン等
問合せ・申込方法：申込フォームまたは公式LINEから、問合せ・お申込みください。
※公式LINE申込は、名前・人数・アレルギー有無・連絡先を記載してください。
主 催：れ〜る 代表 若菜 礼美



公式LINE
QRコード



申込フォーム
QRコード

令和8年熊本地震 災害ボランティア活動を希望される皆さまへ

被災地での活動は、予測できないさまざまな事態が想定されます。災害ボランティアに参加される皆さまの安全と万が一の備えのため、出発前に「ボランティア活動保険」の加入をお願いしております。保険に加入していただくと、被災地までの移動における事故、活動中の思わぬケガや他人に損害を与えてしまった場合の賠償責任が補償されますので、より安心してボランティア活動に参加していただけます。なお、令和8年熊本地震に係る災害ボランティア活動については、「大規模災害特例」が適用され、加入手続き完了後から補償の対象となります。

《ボランティア活動保険加入プラン》
保険料：○天災・地震補償プラン…500円(推奨) ○基本プラン…350円
※基本プランは、地震、噴火、津波が起因する死傷は補償されません。

《ボランティア活動保険の加入手続き方法》
窓口加入：市民活動・ボランティアセンター「ぷらっと」(平日9:00~17:15 ※祝日除く)
WEB加入：詳細は全国社会福祉協議会ホームページをご確認ください。
問合せ先：市民活動・ボランティアセンター「ぷらっと」 ☎0595-84-5008(担当：川原田・井上)



プラン詳細



Web加入について
全社協HP

☆ ぷらっとニュースに掲載する情報・お便りを募集しています ☆
詳しくは、市民活動・ボランティアセンター「ぷらっと」(東町一丁目8番7号)までご連絡ください。
☎0595-84-5008、FAX: 0595-84-5801 ✉kyodo@city.kameyama.mie.jp