

# かめやま

2017 JUN  
6 / 16  
No.286

お知らせ版

**主な内容**

かめやま出前トーク(行政出前講座).....	1
暮らしの情報.....	4
一次救急当番医(7月).....	14



亀山市携帯サイト

開催実績  
(平成28年度)  
開催回数 339回  
参加人数 約15,600人  
(のべ人数)



市職員による講座の出前承ります!



## かめやま出前トーク

市政に関するさまざまなテーマについて、市の職員が地域などにお伺いしてお話しします。

- 地域や自治会などの集会におけるテーマの1つに!
- グループ仲間でのちょっとした勉強会に!
- 大人も子どもも一緒になって学んだり体験したり!  
など、さまざまな場面でご利用いただけます。  
随時受け付けしています、お気軽にお申し込みください。

- 申込要件** 市内に在住する人が10人以上集まる集会や会合など
- 内容** 市の職員が集会などへお伺いして、各テーマについてお話しします。  
※実施時間は90分程度としますが、ご要望に合わせて短縮など調整できます。
- 申込方法** 申込書に必要事項を記入の上、各担当部署へ直接お申し込みください。  
※申込書は、各地区コミュニティセンターや各市施設などにあります。また、市ホームページ(広報秘書室のページ)からもダウンロードできます。

分野	テーマ	内容	担当部署
防災・安全	災害への備えは? ～地震・風水害対策～	地震の仕組み・被害想定とその対策、河川の氾濫水位・気象警報などによる避難、「自助」(家庭でできる防災など)と「共助」(自主防災組織による防災訓練など)の大切さ	企画総務部 危機管理局 危機管理室 (☎84-5035)
	防災マップを作ろう!	自分たちのまちを見て歩き、地域の状況や危険なところをみんなで確認。災害発生時の避難に役立つ防災マップづくり	
	あなたのお住まいの避難場所はどこ?	災害発生時の避難場所(一時避難場所、指定避難所、その他の避難所)など、皆さんに知っていただきたい防災知識	
	みんなで救おう「災害弱者」	大規模災害発生における、高齢者、障がい者など『災害弱者』に対する「共助」・地域の関係づくり	消防本部 予防室 (☎82-9492)
	知って安心、防火の知識	火災の現状や住宅防火対策、住宅用火災警報器の設置場所や種類などを紹介	
	初期消火が肝心です!	訓練用消火器などを使用した初期消火の訓練指導	
	尊い命を守る「応急手当」	AEDの使用方法や心肺蘇生法などの応急手当の実技指導	
			消防本部 亀山消防署 (☎82-9493) 消防本部 関分署 (☎96-1780) 消防本部 北東分署 (☎84-1096)

そのほかの「かめやま出前トーク」テーマは次ページ ▶▶▶



# かめやま出前トーク

分野	テーマ	内容	担当部署
まちづくり	まちづくりの原点は「まちづくり基本条例」	「一人ひとりが生き生きと輝き、幸せに暮らせるまち」の実現を目指す「まちづくり基本条例」	企画総務部 企画政策室 (☎84-5123)
	市民みんなが主役です！「亀山市総合計画」	今年度からスタートした2025年までのまちづくりの方針「第2次亀山市総合計画」	
	いつまでも、みんなが住み続けることのできる亀山市、「亀山市人口ビジョン」と「亀山市まち・ひと・しごと創生総合戦略」	「亀山市人口ビジョン」と若い世代の定住促進と市民の暮らしの質を高める取り組みの「亀山市まち・ひと・しごと創生総合戦略」	
	一緒に始めよう！市民活動とまちづくり	市民と行政の協働に関する考え方や役割、市民活動の活性化、市民活動応援制度など	市民文化部 文化振興局 共生社会推進室 (☎84-5066)
	すべての人が輝く「共生社会」の実現のために	女性、障がい者や外国人などのすべての人が、地域でともに生き生きと暮らすためのヒント	建設部 用地管理室 (☎84-5102)
	皆さんの資産を守る「地籍調査」って、何？	土地の境界位置の確認や面積を測量する地籍調査事業	
	狭い道に面して建物を建てる時は？	幅員4m未満の道路に接した敷地で、建築行為などを行う場合の手続き	建設部 都市計画室 (☎84-5046)
	都市計画や景観計画、市街地整備について	都市マスタープランや立地適正化計画、景観計画、都市計画（都市計画道路、公園、用途地域など）、市街地整備	
広がっています 公園美化ボランティア	身近な公園などの美化活動に、地域やグループなどで取り組むアダプトプログラム（公共空間里親制度）		
健康	「医療カフェ」で医師と気軽に話してみませんか？	市立医療センター内科医師（総合診療科）が各地域に出向いて「医療や健康」について、講話と対話を行います。	市立医療センター 医事管理室 (☎83-0990)
子育て・福祉	生活や仕事などでお困りの場合に	生活困窮者自立支援制度と生活保護制度	健康福祉部 地域福祉室 (☎84-3311)
	プラステン + 10から始める健康づくり	日頃からできる体操やお口の健康づくりなど、講話や実技を行います。	健康福祉部 長寿健康づくり室 (☎84-3316)
	「認知症になっても大丈夫」～認知症サポーター養成講座～	認知症の人やその家族の「応援者」となるサポーターを養成する講座	健康福祉部 子ども総合センター 子ども支援室 (☎83-2425)
	子どもの成長をあたたく支援するには？	子どもの発達段階に応じた支援	
	それ「DV（ドメスティック・バイオレンス）」です！	「デートDV」など、身近に存在する人権侵害とその対処方法	健康福祉部 子ども総合センター 子ども家庭室 (☎84-3315)
	「認定こども園」ってどんなところ？保育所や幼稚園とどこが違うの？	認定こども園について、分かりやすく説明します。	
市民生活	在宅医療・介護連携「かめやまホームケアネット」のしくみ	市の在宅医療・介護の現状や取り組みについて、分かりやすく説明します。	市立医療センター 地域医療室 (☎83-0990)
市民生活	魅力ある情報発信を目指して	広報紙の紙面づくりや行政情報番組の制作方法	企画総務部 広報秘書室 (☎84-5021)
	行財政改革と財政について	「第2次亀山市行財政改革大綱」に基づく取組状況や、市の予算・決算などの財政状況	財務部 財政行革室 (☎84-5030)

分野	テーマ	内容	担当部署
市民生活	市税の内容について聞いてみませんか?	市税の種類や税率、個人市民税や固定資産税の課税の仕組みなど	財務部 税務室 (☎84-5063)
	聞いてみよう! 国民健康保険	制度の概要や保険税の仕組み、受けられる給付。また、医療費の最適化に向けた取り組み	市民文化部 保険年金室 (☎84-5005)
	75歳からどう変わるの? 「後期高齢者医療制度」	制度の概要や医療保険料の仕組み、受けられる給付。また、医療費の最適化に向けた取り組み	
	福祉医療費助成制度(子ども・心身障がい・一人親家庭等)をご存じですか?	福祉医療費助成制度(子ども・心身障がい・一人親家庭等)の仕組みと内容	
教育・文化	来年インターハイが三重県で開催! ~ウエイトリフティングの魅力とは~	来年のインターハイで、亀山市で実施されるウエイトリフティング競技のルールや見どころ、魅力を紹介します。	市民文化部 文化振興局 文化スポーツ室 (☎84-5079)
	どんなものが展示されているのでしょうか?	この話を聞くと歴史博物館に行かなくても、展示を見たのと同じになる。でも、話を聞くと実際に歴史博物館へ行きたくなる、そんなお話	歴史博物館 (☎83-3000)
	文化財は大切に	亀山城や関宿のまちなみなど、地域の歴史・文化、その保護の取り組み	市民文化部 文化振興局 まちなみ文化財室 (☎96-1218)
	歴史を活かしたまちづくり	「亀山市歴史的風致維持向上計画」や「東海道歴史文化回廊」など、歴史資産を活かしたまちづくり(地域で開催される史跡見学会や散策イベントなどへも参加)	
	地域を「学ぶ」	地域それぞれの歴史や自然環境、文化などの地域の魅力を再発見する楽しさを学ぶ	教育委員会 生涯学習室 (☎84-5057)
	「学ぶ」ことの楽しさ	さまざまな「学び」の成果を通じて、地域社会で自分が活躍できることを見だし、生きがいや楽しさなどにつなげていく	
	子どもたちに「生きる力」を!	子どもたちの基本的な生活習慣の確立や自己肯定感を高めるために、テレビ・ゲーム・スマートフォンなどと子どもたちの関わりも含め、家庭・地域はどうしていけばいいのかを「『亀山っ子』市民宣言」の意義とあわせて考える	
環境・産業	環境博士の公害講座	亀山市の環境調査の概要や現状	環境産業部 環境保全室 (☎96-8095)
	亀山里山公園みちくさで「道くさ」しよう	亀山里山公園「みちくさ」の自然と遊びを紹介、またアメリカザリガニなどの外来種について	
	減CO2(ゲンコツ)講座	家庭でできる温暖化防止の取り組みやエコ診断	
	どうなるの? 私たちのごみのゆくえ	「溶かして再利用する」ごみ処理方法と再資源化、最終処分量ゼロへの取り組み	環境産業部 廃棄物対策室 (☎82-8081)
	もったいない! 「ごみの減量とリサイクル」のススメ	亀山市のごみ事情や、家庭や地域でできるごみを減らすための取り組み	環境産業部 森林林業室 (☎84-5068)
	みんなで支える森林づくり	森林の状況と課題、森林づくりの取り組み	
	ご存じですか? 獣害対策	サル、イノシシ、シカから農作物を守るための身近な対策	環境産業部 農政室 (☎84-5048)
	亀山茶を美味しく淹れよう♪	日本茶インストラクターやアドバイザーによる亀山茶の美味しい淹れ方やお茶の効能など	



## もよおし

### 小・中学校教科書展示会

教育委員会教育研究室  
(☎84-5080)

北勢第三地区教科用図書採択協議会では、平成30年度用小学校道徳教科書の採択を行います。教科書採択に皆さんのご意見を反映させるため、展示会を開催します。ぜひご覧いただき、ご意見をお寄せください。

また、市内の小・中学校用教科書も展示しています。

と き

6月16日(金)～7月2日(日)  
午前9時～午後7時

※火曜日と6月23日(金)は除く

※土・日曜日は午後5時まで

ところ 市立図書館

### 第13回亀山市消防操法大会

市消防本部消防総務室(☎82-9491)

地域の安心・安全を支える消防団員が、日ごろの訓練の成果を競い合います。

と き 7月2日(日)

午前8時30分～正午

※雨天時は7月16日(日)に延期

ところ 亀山消防署北東分署  
(長明寺町842-1)

駐車場 パナック(株)亀山工場  
駐車場、(株)ホンダロジスティ

クス三重事業所駐車場、住友電装(株)亀山事業所駐車場

※できるかぎり乗り合わせでの来場にご協力ください。

その他 大会当日の午前7時に市内全域のサイレンを吹鳴します。火災と間違えないようご注意ください。



### 夏休み特別企画！ 南部浄化センター・親子探検ツアー

建設部上下水道局下水道室  
(☎97-0627)

下水道について親子で学んでみませんか。

と き 7月26日(水)

午後1時30分～3時30分

ところ (公財)三重県下水道公社  
南部浄化センター(四日市市楠町北五味塚1085-18)

対象者 市内に在住する小学4年生～6年生の児童(小学生の弟、妹の参加も可)と保護者(祖父母を含む成人の親族)

参加費 無料

定員 10組20人

※応募者多数の場合は抽選

申込期間

6月20日(火)～7月12日(水)

申込方法 往復はがきに次の事項を記入の上、南部浄化センターへ送付してください。

▷往信表面…〒510-0103 四日市市楠町北五味塚1085-18 南部浄化センター「親子探検ツアー」係

▷往信裏面…住所、児童と保護者の氏名(ふりがな付き)、電話番号、児童の通学校名

▷返信表面…郵便番号、住所、氏名

### 夏休み工作教室

亀山児童センター(☎82-9460)

みえこどもの城・移動児童館による夏休み工作教室を開催します。

と き 7月26日(水)

午前10時30分～正午

ところ 亀山児童センター2階

内容 かけ絵

対象者 小学生

※小学1・2年生は保護者同伴

定員 30人(先着順)

参加費 無料

申込期間

6月20日(火)～7月2日(日)

申込方法 亀山児童センター(月曜日は休館)へ電話または直接お申し込みください。



## 年金だより

### 保険料免除・納付猶予制度

市民文化部保険年金室(☎84-5005)、日本年金機構津年金事務所(☎059-228-9112)

国民年金保険料(月額16,490円[平成29年度])を納めることが経済的に困難な場合、保険料が免除または納付が猶予される「保険料免除・納付猶予制度」があります。  
▷本人や世帯主などの所得審査があります。  
▷納付猶予制度は、平成28年7月から対象者が50歳未満に拡大されました(以前は30歳未満)。

※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。URL <http://www.nenkin.go.jp/>

### 保険料免除・納付猶予が申請できる期間

**過去期間** 保険料の納付期限から2年を経過していない期間(申請時点から2年1カ月前までの期間)

**未来期間** 7月～翌年6月(承認の審査は年度単位で行います)  
※平成29年度分(平成29年7月分～平成30年6月分)の申請は、7月から受付を開始します。  
※引き続き保険料免除・納付猶予の承認を希望する場合は、再申請が必要です。



## 夏休み自由研究 ～ようこそ！裁判所へ～

津地方裁判所事務局総務課  
庶務係(☎059-226-4171)

高学年の小学生を対象に、裁判員裁判について理解を深めてもらうため、広報行事を企画しました。

とき 7月28日(金)  
午後1時30分～4時

ところ 津地方裁判所  
(津市中央3-1)

内容 裁判員裁判○×クイズ  
模擬裁判員裁判  
裁判官への質問コーナー

定員 小学5・6年生とその保護者20組

※応募者多数の場合は抽選

※保護者は小学生1人につき1人

申込期限 7月7日(金)必着

申込方法 往復はがきに次の事項を記入の上、送付してください。

▷往信表面…〒514-8526 津市中央3-1 津地方裁判所事務局総務課庶務係「夏休み自由研究～ようこそ！裁判所へ～」参加希望

▷往信裏面…児童の氏名(ふりがな付き)・学年、保護者の氏名・住所・電話番号

▷返信表面…郵便番号、住所、氏名  
※1組につき1枚の応募に限る

## 託児ルーム「ひよこ」を無料開放

(公社)亀山市シルバー人材センター  
(☎82-8512)

託児ルーム「ひよこ」では、生後6カ月から就学前までのお子さんをお預かりしています。託児ルーム「ひよこ」ってどんなところ？どんな人がいるの？など、保護者の疑問にお答えする機会として、無料開放日を設けています。

当日は保護者の付き添いは要りません。経験豊かなシルバー会員が大切にお預かりします。

ご自身の時間をつくる機会として、ぜひご利用ください。

無料開放日 6月21日(水)、7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)、10月26日(木)

※いずれも午前10時～正午

対象者 生後6カ月から就学前までのお子さんとその保護者

定員 各日5人(先着順)

申込方法 (公社)亀山市シルバー人材センターへ電話または直接お申し込みください。

## リフレッシュセミナー スポーツ吹矢

亀山市レクリエーション協会事務局(小林 ☎090-8422-4909、FAX82-5285)

とき 7月15日(土)  
午後1時30分～4時30分

ところ 亀山東小学校体育館

参加費 300円(傷害保険料含む)

※当日会場でお支払いください。

持ち物 上履き、飲み物、タオル

申込期限 7月9日(日)

申込方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、亀山市レクリエーション協会事務局へファクスまたは郵送(〒519-0121 江ヶ室一丁目1-19 小林 茂)でお申し込みください。

## 地域包括支援センターだより Vol.2

問合せ 亀山地域包括支援センター「きずな」(あいあい ☎83-3575)



Q

日常生活のなかで、不安なこと、相談したいことはありませんか？

そんなときは、地域包括支援センターへご相談を！必要な情報やサービスの提供、関係機関の紹介などを行います。

A

### 過去にはこんな相談事例もありました

#### 退院は決まったけれど不安が…

自宅で転倒し、右足を骨折したAさん(70歳代男性、妻と2人暮らし)。救急車で運ばれ、入院することに。手術は成功しましたが、ベッドでの療養が続き、筋力が落ちてしまいました。リハビリ治療も一段落し、退院が決まったことは喜んでいるのですが、今までどおりの生活ができるか不安で、妻が地域包括支援センターに来所しました。



#### それぞれの状況に対応した提案を実施

妻からAさんの様子をお聞きすると、特に立ち上がった時のふらつきに不安があるとのことでした。そこで、トイレなどにつける手すりを介護保険サービスで設置できることや退院後のリハビリが継続できるサービスがあることを伝え、要介護認定の申請を提案しました。

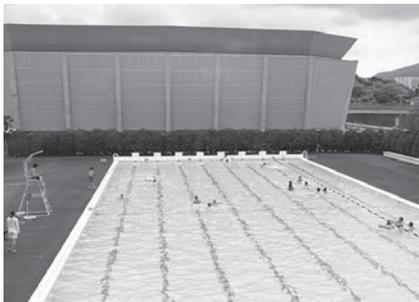
※地域包括支援センターでは、介護保険などのサービスを活用し、本人ができるかぎり自立した生活が送れるように支援します。





## お知らせ

### 西野公園プール一般公開 西野公園体育館(☎82-1144)



西野公園プールを7月1日(土)から8月31日(木)まで一般公開します。

#### 開放時間・利用料金

▷午前9時～午後0時30分

小・中学生…50円

高校生、一般…100円

▷午後1時～5時30分

小・中学生…100円

高校生、一般…210円

※悪天候や水温が低く水泳に適さない日などは、予告なく公開を中止する場合があります。

#### 水泳記録会

とき 一般公開中いつでも

対象者 小学生以上で50mを泳げる人

参加費 無料

#### 無料開放デー

とき 7月17日(祝)

▷午前9時～午後0時30分

▷午後1時～5時30分

### おもいやり駐車場利用証制度 利用証の更新について

健康福祉部地域福祉室  
(☎84-3313)

平成29年7月から、身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者、要介護高齢者等および難病の人の「おもいやり駐車場利用証」の有効期限が廃止されます。

平成29年6月以前に利用証の交付を受けた人は、更新手続きを行っていただくことで、利用証の交付要件に該当しなくなるまで使用できます。有効期限の3カ月前から手続きができますので、利用証を持参の上、お手続きください。

※障がいの等級の変更などにより交付要件に該当しなくなった場合は、健康福祉部地域福祉室へ利用証を必ず返却してください。



### 集団検診(乳がん検診) 2次募集のお知らせ

健康福祉部長寿健康づくり室  
(あいあい ☎84-3316)

集団検診(乳がん検診)の2次募集を行います。

#### 申込開始日

6月28日(水)午前8時30分～

申込方法 健康福祉部長寿健康づくり室へ電話または直接お申し込みください。

※定員になり次第締め切ります。

## 臨時福祉給付金(経済対策分)の申請受付期間が終了します

支給対象者はお早めの申請手続きをお願いします。

支給対象者 基準日(平成28年1月1日時点)に亀山市に住民登録があり、

平成28年度分の市県民税が課税されていない人

※「課税されている人に扶養されている人」、「生活保護の受給者」などは対象外です。

※亀山市以外に住民登録をしている人は、各市区町村の臨時福祉給付金担当へお問い合わせください。

支給額 1人につき15,000円

申請受付期間 窓口での申請受付…6月30日(金)まで

郵送での申請受付…7月1日(土)まで(当日消印有効)

申請場所 あいあい、関支所、加太出張所

(土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分)

※上記の申請場所へ申請書を持参、または申請書に同封の返信用封筒で郵送してください。

提出書類 ・申請書(必要事項を記入の上、押印したもの)

・本人確認書類のコピー(運転免許証、旅券[パスポート]、健康保険証などのいずれかで、有効期限内のものに限る。外国人は有効期限まで1カ月以上ある在留カードが必要)

・受取口座の金融機関の通帳またはキャッシュカードのコピー



厚生労働省  
給付金キャラクター  
「カクニンジャ」

問合せ先 【申請方法に関すること】臨時福祉給付金支給プロジェクト・チーム(☎96-9029)

【制度に関すること】厚生労働省 臨時福祉給付金に関する専用ダイヤル(☎0570-037-192)

## 水道メーターの取り替え

建設部上下水道局上水道室  
(☎97-0621)

市では、市指定給水装置工事事業者に委託して、検定有効期間の満了が近い水道メーターの取り替えを行っています。平成29年度に取替対象となる家庭には「使用水量のお知らせ」にメーター取替対象と印字しますのでご確認ください。  
※取り替えは6月から平成30年3月まで順次予定しています。

### 直近の取替期間

6月21日(水)～29日(木)

※メーターの使用期限は蓋の内側で確認でき、約1年前から取替対象になります。

※不在時でも取り替える場合があります。メーターの周りに物を

置かないなど、ご協力をお願いします。

※メーターの取替作業後は一時的に濁りや空気などが出る場合がありますのでご注意ください。

## 6月23日(金)～29日(木)は「男女共同参画週間」です

市民文化部文化振興局  
共生社会推進室(☎84-5066)

男性と女性が、職場、学校、地域、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる男女共同参画社会を実現するためには、一人ひとりの意識や取り組みが必要です。

国が発表した平成29年度「男女共同参画週間」のキャッチフレーズは、『男で○、女で○、共同作業で◎。』です。

この機会に、男女のパートナーシップについて考えてみませんか。

## はかりの定期検査

県計量検定所(☎059-223-5071)、  
環境産業部商工業振興室(☎84-5049)

取引や証明用に使用するはかり(特定計量器)は、2年に1度、検査を受ける必要があります。県計量検定所では次のとおり定期検査を実施しますので、忘れずに受検してください。

### とき・ところ

▷7月13日(木) 午前10時～午後2時…亀山市役所職員会館

▷7月14日(金) 午前10時～午後2時…関文化交流センター  
駐車場

## 環境 コラム

# 6月は環境月間です

問合せ先 環境産業部環境保全室(☎96-8095)

毎年6月は「環境月間」として、環境保全の取り組みに力を入れていることをご存じですか？

国では、環境保全についての関心と理解を深めるとともに、積極的に環境保全に関する活動を行う意欲を高めるために、6月5日を「環境の日」と定めており、これに基づき毎年6月は広く啓発活動を行っています。

なぜ、6月5日が「環境の日」なのかというと、1972年6月5日からストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたもので、国連では日本の提案を受けて6月5日を「世界環境デー」と定めています。

市では、環境保全活動の取り組みの一環として、クールビズや緑のカーテン活動の推進、市域の環境状況が良好に保たれているかどうかの調査などを実施しています。

皆さんも、この6月に今一度、普段の生活を見つめ直し、地球にやさしい生活を送ってみませんか？

## CO2削減／ライトダウンキャンペーン 6月21日(水)～7月7日(金)

環境省では、地球温暖化防止のため、ライトアップ施設や家庭の照明を消していただくよう呼び掛けるキャンペーンを実施します。

また、6月21日(夏至の日)と7月7日(クールアース・デー)両日の午後8時～10時の2時間を特別実施日として設定し、全国のライトアップ施設や各家庭の照明の一斉消灯を呼び掛けます。



## テレビ視聴に関する 重要なお知らせ

(一社)700MHz利用推進協会  
(テレビ受信障害対策コールセンター)  
☎0120-700-012 または ☎050-3786-0700[午前9時～午後10時]

6月22日(木)(予定)から、亀山市の一部地域で、携帯電話事業者による新しい電波(700MHz帯)の利用が開始されます。

新しい電波の利用に伴い、テレビ映像が乱れるなど影響が出るおそれのある家庭には、事前に工事業者が訪問し対策作業を行います。また、新しい電波が原因でテレビ映像に影響が出た場合は回復作業を行います。

### 注意事項

▷ケーブルテレビ、光ファイバーでテレビを視聴の場合は、新しい電波の利用による影響はありません。

▷各家庭に訪問する工事業者は『テレビ受信障害対策員証』を必ず携行しています。

▷対策作業や回復作業にかかる費用を請求することは絶対にありません。

※不審な場合があれば、(一社)700MHz利用推進協会(テレビ受信障害対策コールセンター)へお問い合わせください。

## 各種検診・教室

### あいあいトレーニング室 利用説明会

健康福祉部長寿健康づくり室  
(あいあい ☎84-3316)

### とき

▷7月5日(水) 午後2時～3時

▷7月28日(金) 午前11時～正午

ところ あいあい1階トレーニング室

スタッフ 健康運動指導士など  
対象者 市内に住所を有する人  
(中学生以下は除く)

定員 各回5人(先着順)

参加費 無料

持ち物など 室内用トレーニングシューズ、タオル、動きやすい服装

申込開始日 6月16日(金)

申込方法 健康福祉部長寿健康づくり室へ電話または直接お申し込みください。

その他 中学生以下の子ども同伴での利用はできません。



### ●西野公園体育館 (☎82-1144)

曜日	午前	午後	夜間
月			テニス
火			バドミントン
水		卓球、	バスケットボール ハンドボール
木		バドミントン、	バドミントン
金		バスケットボール、	卓球、バドミントン
土		ソフトバレー	卓球、バドミントン
日			バスケットボール

個人使用デー 7月3日(月)～7日(金)

### ●東野公園体育館 (☎83-1888)

曜日	午前	午後	夜間
月			卓球、ニュースポーツ、バドミントン
火		卓球、	バドミントン ソフトバレー
水		バドミントン、	バスケットボール
木		バスケットボール、	バスケットボール バレーボール
金		ソフトバレー、	卓球、バドミントン
土		ニュースポーツ、	バスケットボール
日		バレーボール	卓球、バドミントン

個人使用デー 7月10日(月)～14日(金)

### <施設利用時間>

午前	9:00～12:30 (12:00)
午後	13:00～17:30 (17:00)
夜間	18:00～21:30

※( )は関B&G海洋センターのプール

### <施設利用料金>

一般	100円 (200円)
中学生以下	50円 (無料)

※( )は関B&G海洋センターのプール

### ●関B&G海洋センター(☎96-1010)

体育館 曜日ごとの競技種目の限定はありません。

個人使用デー 毎週水曜日

プール スイミングキャップの着用をお願いします(貸し出しは行っていません)。小学3年生以下の児童が泳ぐ時は保護者の付き添いが必要です。

個人使用デーは、団体の専用予約が入りません。それ以外の日は、専用予約が入ると個人使用ができませんので、事前に各施設へお問い合わせください。

## あいあいトレーニング室 ミニ運動講座

健康福祉部長寿健康づくり室  
(あいあい ☎84-3316)

トレーニング室で、簡単にできる運動のミニ講座を行います。

下半身には大きい筋肉が多くあり、鍛えることで基礎代謝の向上につながります。夏に向けてやすい体を目指しましょう。

と き

▷ 7月21日(金) 午前10時30分～

…下半身集中教室①

▷ 7月26日(水) 午後2時30分～

…下半身集中教室②

※各回20分程度

ところ あいあい1階トレーニング室

スタッフ 健康運動指導士など

対象者 市内に住所を有する人  
(中学生以下は除く)

定員 各回5人(先着順)

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物など 室内用トレーニングシューズ、タオル、動きやすい服装

その他 中学生以下の子ども同伴での利用はできません。

### 6月講座の日程変更のお知らせ

6月開催のミニ運動講座の日程が次のとおり変更となりました。

とき(変更後)

6月30日(金) 午前10時30分～

※変更前は6月28日(水)

内容 ボールで体操②(20分程度)

※開催時間、開催場所(あいあい)、内容の変更はありません。

※申し込みは不要です。

## ノルディックウォーキング体験会

関B&G海洋センター  
(☎96-1010)

ノルディックウォーキング用のポールを使い、ストレッチから基本の歩き方までの体験会を開催します。

と き 6月25日(日)  
午前9時30分～正午  
(雨天中止)

ところ 関B & G海洋センター

対象者 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 500円(貸出ポール代・  
スポーツ保険料含む)

※ポールを持参できる人は300円

持ち物など 飲み物、タオル、動き  
やすい服装、歩きやすい靴

申込開始日 6月16日(金)

申込方法 参加費を持参の上、関  
B & G海洋センターへ直接お申  
し込みください。

## 5日間クロール・平泳ぎ教室

関B&G海洋センター  
(☎96-1010)

クロールまたは平泳ぎを基礎から学び、12.5m～25m泳ぐことを目指します。水泳を始めた人など、ぜひご参加ください。

と き 7月3日(月)～7日(金)  
(全5回)

コース・時間

▷クロール…午前10時～11時

▷平泳ぎ…午前11時～正午

ところ 関B & G海洋センター

対象者 18歳以上の人

定員 各20人(先着順)

参加費 各2,000円

スポーツ保険料 各800円

持ち物 水着、キャップ、タオル、  
ゴーグル

申込開始日 6月16日(金)

申込方法 参加費を持参の上、関  
B & G海洋センターへ直接お申  
し込みください。



## 板屋いきいき教室 ～認知症を予防しよう～

華旺寿在宅介護支援センター  
(☎96-3131)

と き 7月18日(火)

午後1時30分～3時

ところ 林業総合センター

内容 認知症予防の体操とレク  
リエーション

対象者 おおむね65歳以上の人

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物など 飲み物、タオル、動き  
やすい服装

## 関いきいき教室 ～介護予防に関する講話や 体操、レクリエーションなど～

華旺寿在宅介護支援センター  
(☎96-3131)

と き 7月の毎週火曜日(7月  
4日、11日、18日、25日)

※いずれも午前10時～11時30分

ところ 健康づくり関センター

内容 前半は介護予防体操、後  
半は週ごとに講話やレクリエー  
ションなど、さまざまな内容を  
取り入れます。

対象者 おおむね65歳以上の人

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物など

タオル、動きやすい服装

## 天神・和賀ニコニコ教室 ～筋力アップ体操～

亀寿苑在宅介護支援センター  
(☎84-1212)

と き 7月4日(火)

午後1時30分～3時

ところ 天神・和賀地区コミュニ  
ティセンター

対象者 おおむね65歳以上の人や  
介護予防に関心のある人

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物 上履き



# 暮らしの情報BOX



## 大人の健康塾 ～転ばぬ先の杖を見つけよう～

亀山在宅介護支援センター  
(☎83-5920)

**と き** 7月4日(火)  
午後1時30分～3時  
**ところ** 川崎地区コミュニティセンター  
**講師** 四日市福祉専門学校  
小関由佳さん  
**対象者** おおむね65歳以上の人や  
介護予防に関心のある人  
**参加費** 無料  
※申し込みは不要です。  
**持ち物** 筆記用具、室内用シューズ

## 亀山学校 ～正しい薬との付き合い方～

亀山在宅介護支援センター  
(☎83-5920)

**と き** 7月13日(木)  
午後1時30分～3時  
**ところ** あいあい2階大会議室  
**講師** 鈴鹿亀山薬剤師会 会営  
鈴鹿センター薬局  
田中亜子さん  
**対象者** 医療・介護・福祉や介護予  
防などに関心のある人  
**参加費** 無料  
※申し込みは不要です。  
**持ち物** 筆記用具



## ママとバァバのための カゴバッグ教室

(公社)亀山市シルバー人材センター  
(☎82-8512)

家事や育児と忙しい毎日を送っているお母さん、お孫さんの面倒を見ているおばあちゃんなど、少

しだけお子さんから離れて自分の時間を楽しみませんか? かわいいカゴバッグを一緒に作りましょう。

**と き** 7月19日(水)または27日(木)  
※いずれも午前10時～正午  
※両日とも参加することも可  
**ところ** 市民協働センター「みらい」第1会議室  
※託児場所は亀山市シルバー人材センター託児ルーム「ひよこ」  
**対象者** 生後6カ月から就学前までのお子さんの保護者や祖父母  
**参加費** 材料費として800円  
**託児料** 無料  
**持ち物** 洗濯バサミ、重り(文鎮など)、はさみ、メジャー、鉛筆、作品を持って帰る袋など  
**申込期限** 6月30日(金)  
**申込方法** (公社)亀山市シルバー人材センターへ電話または直接お申し込みください。

## ノルディックウォーキング体験会

ENJOYスポーツかめ亀クラブ  
(宮坂 ☎090-9121-9409)

関節に負荷をかけず全身の90パーセントの筋肉を使うノルディックウォーキングを体験してみませんか。公園の四季を感じながら、一緒にウォーキングしましょう。  
**と き** 6月28日(水)  
午前10時～  
※受付は午前9時30分～  
**ところ** 亀山サンシャインパーク  
※集合場所は亀山サンシャインパーク北駐車場  
**対象者** 市内に在住する人  
**定員** 30人(先着順)  
**参加費** 無料  
**申込方法** 市民文化部文化振興局文化スポーツ室へ、住所、氏名、年齢、電話番号を明記してファクス(FAX82-9955)で、または電話(Tel.84-5079)でお申し込みください。  
※体験会当日の申し込みも可

**その他** 月1回の定期教室(毎月第4水曜日 午前10時～[会費が別途必要])の参加者も募集しています。詳しくは、体験会当日にご説明します。



## 募集

海と森林を結ぶ交流事業  
参加者を募集します  
環境産業部森林林業室  
(☎84-5068)

鈴鹿森林組合と鈴鹿市漁業協同組合では、お互いに海と森林の現状を把握し、環境保全の大切さについて理解を深めるための交流を行っています。

今回は、海の環境美化活動(海岸清掃ボランティア)を行います。

**と き** 7月8日(土)  
午前10時～午後2時  
(小雨決行)

**ところ** 白子港鼓ヶ浦海岸、鈴鹿市漁業協同組合事務所など

**内容** 海岸清掃、海の生きもの教室、魚つかみどり体験

※天候により内容を変更する場合があります。

**募集人数** 10人

※応募者多数の場合は抽選となりますが、過去に参加した人はご遠慮いただく場合があります。

※小学生以下は保護者同伴

**参加費** 無料

※昼食は主催者側で用意します。

**申込期限** 6月30日(金)

**申込方法** 環境産業部森林林業室へ電話または直接お申し込みください。

## 亀山市関宿納涼花火大会で メッセージ花火を 打ち上げてみませんか？

亀山商工会議所  
(☎82-1331、FAX82-8987)

亀山市関宿納涼花火大会(8月19日(土)開催予定)で、今年も花火の打ち上げと同時にメッセージを放送する「メッセージ花火」を行います。一生の思い出に残る花火を打ち上げてみませんか？

打上金額 10,000円～30,000円

申込期限 7月21日(金)

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、亀山商工会議所へファクスまたは直接お申し込みください。

※申込書は、亀山商工会議所(東

御幸町39-8)、亀山市観光協会(関町新所664-2)、市民文化部関支所観光振興室にあります。



## 木造建築物の組立て等 作業主任者講習

三重県建設労働組合亀山支部  
(☎83-2500)

労働安全衛生法第14条に基づく  
木造建築物の組立て等作業主任者

講習を実施します。

とき 7月15日(土)、16日(日)

※いずれも午前9時～午後6時

ところ 亀山建労会館2階

(栄町1488-69)

対象者 満18歳以上で、木造建築物の構造部材の組立てまたはこれに伴う屋根下地もしくは外壁下地の取付けの作業に3年以上従事した経験を有する人

定員 30人(先着順)

受講料 7,500円

(2日間、テキスト代含む)

申込期限 6月30日(金)

申込方法 三重県建設労働組合亀山支部へ電話または直接お申し込みください。

# 考えてみよう!

# 共生



人権

男女共同参画

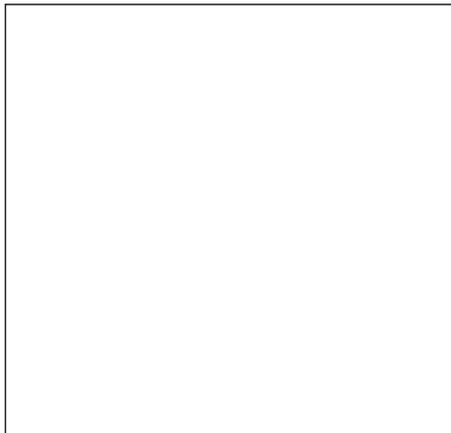
国際化

市民文化部文化振興局

共生社会推進室 (☎84-5066)

## 魚の絵から「人権」を考える～

突然ですが、下の空白に「魚」の絵を描いてみてください。

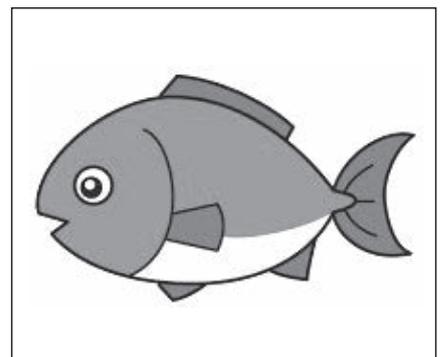


どんな絵が描けましたか。魚を上から見た絵や、魚の口が右側にある絵を描いたかもしれませんが、多くの人は下の絵のように、魚を横から見て、口が左側にある絵を描いたのではないのでしょうか。

これは、チラシや図鑑などに載っている魚、小売店で陳列されている魚などの多くが左側に口がある構図となっていて、それらを日々の生活のなかで何気に繰り返し見てきたことにより、知らず知らずのうちに、私たちの頭の中に“固定観念”を作り上げてしまったからだと言われています。このように、同じことを何度も繰り返し見たり聞いたりすることにより、自覚のないまま人の意識の中に固定観念が植え付けられることがあります。それが、偏った見方(偏見)をすることにつながる可能性があります。

皆さんは、「〇〇人(特定の国籍の人の総称)はこわい」とか、「〇〇地区に住んでいる人はこわい」などと聞いたことはありませんか。一度聞いただけなら忘れてしまうかもしれませんが、何度も同じことを聞くと、何も根拠がなくてもそのような偏見を持ってしまい、他人に吹聴してしまったり、人を傷つけ差別してしまったりする可能性があります。

このようなことにならないために、皆さんも進んで人権に関する講座などに参加していただき、正しい知識を習得し、人権への理解を深めましょう。





## 亀山市シルバー人材センター 高齢者のための技能講習

(公社)亀山市シルバー人材センター  
(☎82-8512)

地域の高齢者で亀山市シルバー人材センターでの就業をめざす人を支援するために、就業に必要な知識・技能を身につけてもらう技能講習を実施します。

とき 7月25日(火)、26日(水)

ところ 青少年研修センター

内容 接遇・マナー

対象者

市内に在住する60歳以上の人

受講料 無料

申込期限 6月23日(金)

申込方法 (公社)亀山市シルバー人材センターへ電話または直接お申し込みください。

## 税務職員募集(高校卒業程度)

名古屋国税局人事第二課試験係  
(☎052-951-3511 内線3450)

受験資格 いずれかに該当する人

▷平成29年4月1日において、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない人、および平成30年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人

▷人事院が上記に掲げる人に準ずると認める人

試験日

▷第1次試験…9月3日(日)

▷第2次試験…10月11日(水)～20日(金)で指定する日

申込期間 6月19日(月)午前9時～28日(水)

申込方法 インターネットによりお申し込みください。

インターネット申込専用アドレス

URL <http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

※試験内容など詳しくは、国税庁ホームページでご確認ください。

URL <http://www.nta.go.jp/nagoya/>

## 福祉のめんめんフェスタ2017

心のバリアフリーを目指して、4回目となる手作りの福祉イベントを開催します。

とき 6月25日(日)

午前10時～午後3時45分

ところ 市文化会館大ホール、中央コミュニティセンターなど

内容 障がい者・児、音楽グループ、プロ演奏家などによる和太鼓演奏、手づくりの「香りの足湯」、施設の手づくり(ジャム・焼きもの、小物など)販売コーナー、福祉機器・車両の展示、分かち合いビンゴゲームなど

入場料 無料

※イベントの内容など詳しくは、ホームページをご覧ください

URL <http://menmenfes.jimdo.com/>

問合せ 渡邊(☎090-4265-2047)

CATV

マイタウン  
かめやま

My Town KAMEYAMA

6月16日(金)～22日(木)

- ウイークリーかめやま
- かめやま健康体操
- エンドコーナー「亀山幼稚園①」

6月23日(金)～29日(木)

- ウイークリーかめやま
- かめやま情報BOX  
「平成30年度 全国高等学校総合体育大会の開催に向けて」
- かめやま健康体操
- エンドコーナー「亀山幼稚園②」

※午前6時から午前0時まで、30分番組(文字情報を含む)を繰り返し放送しています。なお、放送内容を変更する場合がありますので、ご了承ください。

## 寄付をいただきました

5月18日、近藤映彩さんから市に、5月に開催された顔彩画展の売上金をご寄付いただきました。

寄付金は、社会福祉の充実に活用させていただきます。



## 平成29年 犯罪発生状況



4月末現在・亀山署管内 刑法犯(窃盗、詐欺、傷害など)認知状況

亀山署総数	江ヶ室交番	関交番	昼生駐在所	川崎駐在所	野登駐在所
125件(+42)	67件(+22)	24件(-1)	12件(+9)	10件(+2)	12件(+10)

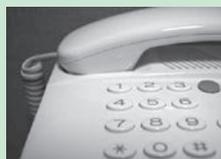
※( )内は前年比の増減数

三重県内において特殊詐欺の予兆電話がかかっています

～在宅中でも留守番電話をかきこく活用!～

録音されると証拠が残るため、詐欺犯は留守番電話を嫌います。詐欺犯からの電話に対応せずに済むよう、在宅中でも留守番電話に切り替えておきましょう。

亀山地区防犯協会・亀山警察署(☎82-0110)





# 広報ガイド

# 7月

## 子育て支援センターの催し

亀山子育て支援センター ☎84-3314

### ひよこくらぶ

12日(水)・26日(水) 10:30~11:00

### マミーズおはなしボックス

21日(金) 10:30~11:00

### おりがみだいすき

24日(月) 11:00~11:30

関子育て支援センター ☎96-0203

### ぼっぼくらぶ

5日(水)・19日(水) 10:30~11:00

### ひまわりママとあそぼう

13日(木) 10:30~11:00

野登ルンビ二園支援センター「のんの」 ☎85-8030

### 親子で野草ルームスプレーを作ろう

5日(水) 10:00~11:30 ※要予約(電話不可)

### 遊ぼうデー「水遊びをしよう」

19日(水) 10:00~10:40

### 陶芸を体験しよう(全2回)

25日(火) 9:00~11:00 ※要予約(電話不可)

亀山愛児園「コスモス倶楽部」 ☎090-1566-1523

### 水遊びのおもちゃを作ろう ※予約締切7月4日(火)

6日(木) 10:30~11:30

### 読み聞かせの会

10日(月) 11:30~11:45

### 水遊びをしよう

13日(木)・19日(水)・25日(火)・27日(木) 10:30~11:30

川崎愛児園「なぎの木」 ☎85-8018

### 作ってあそぼう(七夕飾り)

5日(水) 10:00~11:00

### どれだけ大きくなったかな(身体測定)

19日(水) 10:00~11:00

### 楽しい親子運動あそび(子育て講座)

26日(水) 10:00~11:00

## 保健だより

健康福祉部長寿健康づくり室 ☎84-3316

### 育児相談 ※母子健康手帳を持参

5日(水) 13:30~14:30 あいあい

**1歳6カ月児健診** ※平成27年12月の出生児対象。受付時間は個人通知します。

27日(木) あいあい

**3歳児健診** ※平成26年1月の出生児対象。受付時間は個人通知します。

20日(木) あいあい

## 各種相談

人権相談	7日(金)	13:00~15:00	市役所1階市民対話室 ☎84-5066
	25日(火)	13:00~15:00	関支所1階応接室1 ☎84-5066
行政相談 <small>行政に関わる意見、要望、困っていることなどの相談</small>	10日(月)	13:00~15:00	市役所1階市民対話室 ☎84-5007
	19日(水)	13:00~15:00	関支所1階応接室1 ☎84-5007
法律相談 <small>弁護士による相談 予約制(1カ月前から受付)</small>	18日(火)	13:30~15:50	市役所1階市民対話室 ☎84-5007
	28日(金)	13:00~16:30	市役所1階市民対話室 ☎84-5007
交通事故相談 <small>専門相談員による相談。予約制(1カ月前から7/25午前中まで受付) ※予約者がいない場合は、交通事故相談は開設しません。</small>	26日(水)	13:30~15:30	市役所1階市民対話室 ☎84-5007
市民活動なんでも相談 <small>市民活動専門コーディネーターによる相談。予約制(当日申込可)</small>	18日(火)	13:00~17:00	市民協働センター「みらい」 ☎84-5066
よろず人権相談	20日(木)	13:00~15:00	あいあい1階個別相談室 ☎84-5066
元公証人(弁護士)による法律相談 <small>相続、遺言、離婚、賃貸借等の法律相談。予約制</small>	14日(金) 28日(金)	13:00~15:00	あいあい1階個別相談室 ☎82-7985
心配ごと相談 <small>生活上のあらゆる心配ごと、困りごと相談。予約制(当日申込可)</small>	14日(金) 28日(金)	13:00~15:00	あいあい1階相談室2 ☎82-7985
ボランティア相談 <small>ボランティアによる相談</small>	14日(金)	13:30~16:00	あいあい2階 ボランティアルーム ☎82-7985
子ども医療相談 <small>児童精神科医による相談</small>	6日(木)	13:50~17:00	あいあい ☎83-2425
療育手帳の相談・判定 <small>児童相談所職員による相談・判定</small>	3日(月)	9:10~15:50	あいあい ☎83-2425
家庭児童相談 <small>(子ども虐待やDVなどを含む)</small>	月~金曜日	9:00~17:00	あいあい ☎83-2425
青少年相談	月~金曜日	9:00~17:00	青少年総合支援センター ☎82-6000
消費生活問題の相談 <small>消費生活専門相談員による相談</small>	月~金曜日	9:00~16:00	鈴鹿亀山消費生活センター ☎059-375-7611



# 一次救急 当番医 7月

夜間・休日などの当番医療機関は、急病に対するもので、当番医師の専門分野以外の症状には、対応できない場合があります。

問合先 ☎82-1111(市役所代表)

※救急に関することは、救急医療情報センター(☎82-1199)へお問い合わせください。

## ●夜間時間外応急診療(日曜日・祝日を除く)

市内内科系医師と市立医療センターの当番制で、夜間時間外の一次応急診療を実施しています。

【診療時間】 午後7時30分～10時  
(受付時間:午後7時～9時30分)

日	医療機関名・所在地	電話番号	担当医師
1 土	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
3 月	市立医療センター 亀田町	83-0990	曾我医師
4 火	みえ呼吸嚔下リハビリクリニック アイリス町	84-3536	井上医師
5 水	市立医療センター 亀田町	83-0990	谷口医師
6 木	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
7 金	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
8 土	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
10 月	市立医療センター 亀田町	83-0990	曾我医師
11 火	市立医療センター 亀田町	83-0990	入山医師
12 水	市立医療センター 亀田町	83-0990	高橋医師
13 木	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
14 金	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
15 土	あのだクリニック 阿野田町	83-1181	内田医師
18 火	みえ呼吸嚔下リハビリクリニック アイリス町	84-3536	井上医師
19 水	市立医療センター 亀田町	83-0990	谷口医師
20 木	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
21 金	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
22 土	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
24 月	市立医療センター 亀田町	83-0990	田中医師
25 火	市立医療センター 亀田町	83-0990	入山医師
26 水	市立医療センター 亀田町	83-0990	高橋医師
27 木	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
28 金	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
29 土	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師
31 月	市立医療センター 亀田町	83-0990	当直医師

## ●日曜日・祝日の当番医

【診療時間】 午後1時～7時30分(受付:午後7時まで)

日	医療機関名・所在地	電話番号
2 日	谷口内科 みどり町	82-8710
9 日	豊田クリニック 南野町	82-1431
16 日	とら整形クリニック 江ヶ室二丁目	84-1700
17 祝	ハッピー胃腸クリニック 本町二丁目	82-0017
23 日	皮ふ科 野内クリニック 南崎町	98-4112
30 日	市立医療センター 亀田町	83-0990

## お願い

- できるかぎり昼間の診療時間内に受診しましょう。
- 担当医師や診療場所が変更となる場合がありますので、事前に電話で確認してから受診してください。
- 健康保険証、医療費受給者証(乳幼児医療など)、診療費、おくすり手帳(または服用している薬)を必ずお持ちください。

## 夜間時間外応急診療 参加医療機関の連絡先



- ・あのだクリニック(内田医師) 83-1181
- ・せきクリニック(曾我医師) 96-2220
- ・高橋内科クリニック(高橋医師) 84-3377
- ・田中内科医院(田中医師) 82-0755
- ・谷口内科(谷口医師) 82-8710
- ・豊田クリニック(入山医師) 82-1431
- ・みえ呼吸嚔下リハビリクリニック(井上医師) 84-3536
- ・市立医療センター 83-0990

## 急な子どもの病気の 電話相談



<みえ子ども医療ダイヤル>

☎#8000 または ☎059-232-9955

(午後7時30分～翌朝8時)

※みえ子ども医療ダイヤルは、電話相談であり、診察や指示などの医療行為は行いません。

## 医療機関の照会



<救急医療情報センター>

☎82-1199(終日)

※救急医療情報センターの案内業務は、津市の「三重県救急医療情報センターコールセンター」で実施しています。