

かめやま

2018 SEP

9 / 1

No.314



**亀山市消防団 (第4分団:川崎地区)
三重県消防操法大会で優勝!**

(詳しくは8ページ)

主な内容

9月は健康増進普及月間です.....	2
明日の元気を今つくる(介護予防教室に参加してみませんか?).....	6
団員・家族・職場・地域の方々の支えがあったからこそ、つかみとれた栄冠！.....	8
かめやま教育通信(第18回).....	12
暮らしの情報.....	13



亀山市携帯サイト

9月は健康増進普及月間です

普段から体を動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、認知症などになるリスクを下げるすることができます。

今より「10分多く」元気に体を動かすことで、健康寿命をのばせます！

まずは、あなたの身体活動チェックをしてみましょう。そして、運動のきっかけづくりに体育施設やスポーツ・健康教室などをご利用いただき、健康づくりの取り組みを始めましょう。

プラス・テン

+10から始めよう！

今より「10分多く」元気に体を動かすことで、健康寿命をのばせます。あなたも+10で、健康を手に入れてください。



あなたは大丈夫？

まずは、健康のための身体活動チェック

スタート

毎日合計60分以上、歩いたり動いている

いいえ

はい

運動習慣がある？

※ 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上続けて行っている

運動習慣がある？

※ 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上続けて行っている

いいえ

はい

いいえ

はい

同世代の同性と比較して歩くスピードが速い

同世代の同性と比較して歩くスピードが速い

いいえ

はい

いいえ

はい

このままではあなたの健康が心配です

いつ、どこで、+10できるかを考えてみませんか？

右ページ

①気づく！へ

目標達成まで、あと少し！

無理なくできそうな+10を始めるなら、今しかありません！

右ページ

②始める！へ

目標を達成しています

+10で、よりアクティブな暮らしを目指しましょう！

右ページ

③達成する！へ

素晴らしいです！

一緒に体を動かす仲間を増やしてみませんか？

右ページ

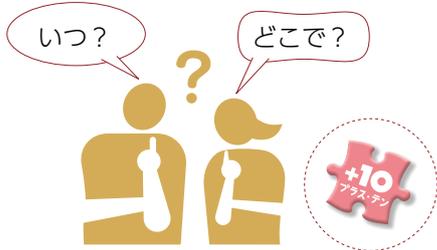
④つながる！へ



健康のための一歩を踏み出そう！

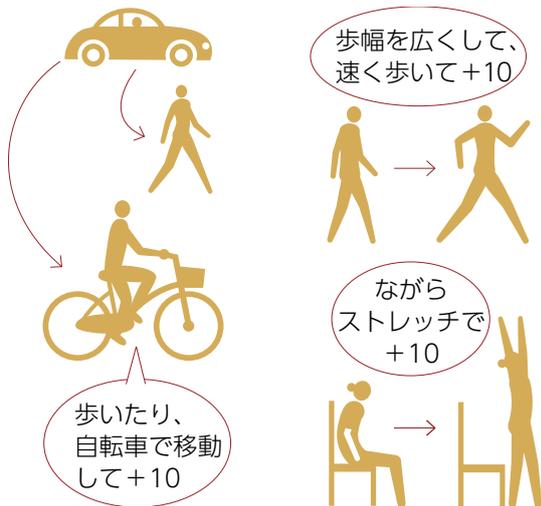
①気づく！

体を動かす機会や環境は、身の回りにたくさんあります。それが「いつなのか?」、「どこなのか?」、ご自身の生活や環境を振り返ってみましょう。



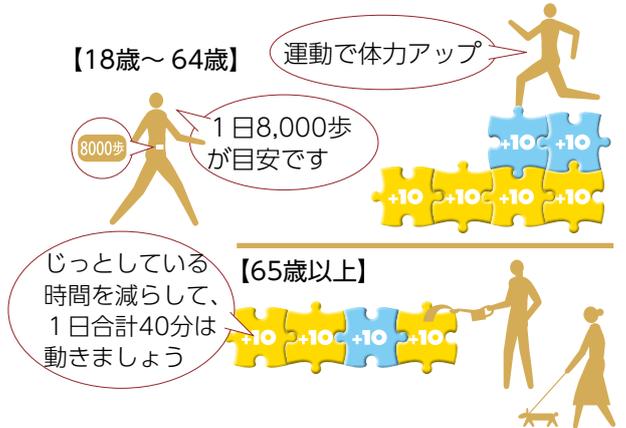
②始める！

今より少しでも長く、少しでも元気に体を動かすことが健康への第一歩です。+10から始めましょう。



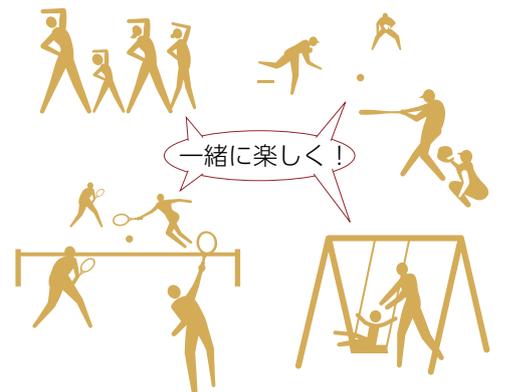
③達成する！

目標は、1日合計60分、元気に体を動かすことです。高齢の人は、1日合計40分が目標です。これらを通じて、体力アップを目指しましょう。



④つながる！

一人でも多くの家族や仲間と+10を共有しましょう。一緒に行くと、楽しさや喜びが一層増します。



※出典：厚生労働省「アクティブガイド」

「①気づく」のきっかけづくりに！



- と き**
- ▷ 9月19日(水) 午後2時～3時30分
 - ▷ 9月26日(水) 午前10時～11時30分
 - ▷ 10月10日(水) 午後2時～3時30分
 - ▷ 10月17日(水) 午後2時～3時30分
- ※11月～平成31年3月…月2回実施(詳しくは広報かめやまでお知らせ)
- と ころ** あいあい2階大会議室
- 対象者** 市内に在住する人
- 定 員** 各回30人(先着順)
- 参加費** 無料(1回からの参加も可)
- 申込開始日** 9月6日(木)
- 持ち物など** 飲み物、タオル、動きやすい服装・靴
- 申込方法** 長寿健康課健康づくりグループへ電話
または直接お申し込みください。



問合せ 長寿健康課健康づくりグループ (☎84-3316)

ちょっと
行ってみたい？



～運動のきっかけづくりに～

体育施設を ご紹介します

本格的にスポーツをする人だけが利用するのが体育施設と思われがちですが、そうではありません。少し体を動かしたい人、仕事帰りに汗を流したい人、ヨガやダンス等の健康づくり教室に参加してみたい人など、どなたでも気軽にお越しいただけます。体育施設には、運動を始めるきっかけがたくさんあります。ぜひ、ご利用ください！

施設の様子を聞いてみました

西野公園体育館

(施設利用料【個人利用】 一般100円、中学生以下50円)



個人利用の場合は、卓球・バドミントン・バスケットボール・ソフトバレーの種目で利用可(夜間は曜日により種目が決定)。ほかにトレーニング室も利用可。



個人利用時は、バドミントンを楽しむ大人、バスケットを楽しむ学生、卓球を楽しむシニアなど、多くの方にご利用いただいています(用具類は無料で貸出し可)。トレーニング室は、各種マシンのほかに、ベンチプレスやスクワット等のフリーウェイトを行うためのゾーンもあり、体を鍛えたい方にもおすすめです。また、幅広い年齢層を対象に運動教室やセミナーを開催していますので、どなたでも気軽にご参加ください。

東野公園体育館

(施設利用料【個人利用】 一般100円、中学生以下50円)



個人利用の場合は、卓球・バドミントン・バスケットボール・ソフトバレー・ニュースポーツ・バレーボールの種目で利用可(夜間は曜日により種目が決定)。ほかにトレーニング室も利用可。



個人利用は、体育館のみならず、多くの方にトレーニング室をご利用いただいています。エアロバイク、ランニングマシンなどを数多く揃えているのが特徴で、ストレッチスペースを広く設置しているの、ゆったりとじっくりと体をほぐしたい方にもおすすめです。また、体育館周囲には、600m・1,000mのトリムコースがありますので、具体的な距離目標を設定してのウォーキングやジョギングを楽しむ方も多くいます。

関B&G海洋センター

(施設利用料【個人利用】 一般100円、中学生以下50円)
(プール利用料 一般200円、中学生以下 無料)



個人利用の場合は、曜日ごとの競技種目の限定はありません(体育館)。ほかにトレーニング室も利用可。



プールも年末年始を除き、年中ご利用いただけます(夏以外の季節は温水)。中学生以下は、無料なのでおすすめです。泳がれる方、水中ウォーキングを楽しむ方、幼児用プールでお子さんの水遊びをされる方など、さまざまにご利用いただいています。また、当センターでは、プールでの水泳に関する教室や、体育館でのヨガやダンスの教室などもたくさん開催していますので、お友達などとお気軽にお越しください。

※体育施設について詳しくは、三幸・スポーツマックス共同事業体ホームページをご覧ください。

亀山市運動施設

検索

この機会に始めませんか？
健康増進に向けた取り組みを！

三幸・スポーツマックス共同事業体

平成30年度(後期) スポーツ・健康教室のご案内

西野公園体育館、東野公園体育館、関B&G海洋センターで、10月から開催するスポーツ・健康教室の案内です。

教室の内容など詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。



西野公園体育館(☎82-1144)

教室名	曜日	回数	区分	ところ	対象者	定員	参加費
太極拳	木曜日	15	午後	体育館	18歳以上の人	50人	4,500円
エアロ&動きケア®	火曜日	15	午前	体育館	18歳以上の人	50人	4,500円

東野公園体育館(☎83-1888)

教室名	曜日	回数	区分	ところ	対象者	定員	参加費
姿勢改善エクササイズA	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20人	7,000円
姿勢改善エクササイズB	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20人	7,000円
はじめてのチアダンス	火曜日	18	夜間	会議室	年長～小学2年生	15人	8,000円
大人のチアダンス	火曜日	18	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	8,000円
コアトレ&シェイプアップ	水曜日	12	午前	会議室	18歳以上の人	20人	4,200円
バランスボールでエクササイズ	水曜日	12	午前	会議室	18歳以上の人	15人	4,200円
エアロ&動きケア®	木曜日	12	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	4,800円
健康いきいきヨガ	金曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	20人	7,000円
男性のためのヨガ&ストレッチ	金曜日	12	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	4,800円
ポールでのびのびストレッチ	土曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	7,000円
キッズヒップホップダンス	土曜日	18	午前	会議室	年中～小学2年生	12人	8,000円
ジュニアヒップホップダンス	土曜日	18	午前	会議室	小学3年生～6年生	12人	8,000円

関B&G海洋センター(☎96-1010)

教室名	曜日	回数	区分	ところ	対象者	定員	参加費
水中ウォーキング	木曜日	15	午前	プール	18歳以上の人	35人	6,000円
プールで肩こり・腰痛改善エクササイズ	月曜日	15	午前	プール	18歳以上の人	30人	6,000円
コンディショニングヨガ	木曜日	20	午後	トレ室	18歳以上の人	30人	6,000円

申込方法 参加費、スポーツ保険料を持参の上、各施設へ直接お申し込みください。

※前期教室に参加の人は、会員証(スポーツ保険加入証明)を持参の上、お申し込みください。

申込開始日 9月5日(水)

その他

- ▷詳しい日程表は申込時にお渡しします。
- ▷教室によっては最少催行人数を設定しています。
- ▷会員証(スポーツ保険加入証明)を持参の人は、ワンコイン(500円)で各教室の各回に参加できます(定員の関係で参加できない教室もあり)。

※詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。

- 教室に参加するには、スポーツ保険への加入が必要です(すでに加入済みの人は除く)。スポーツ保険は年度末(平成31年3月)まで有効です。一度加入すると、各施設で実施するいずれの教室でも保険が適用されます。
 - ①18歳～64歳…1,850円
 - ②65歳以上…1,200円
 - ③子ども(中学生以下)…800円

問合せ先

文化スポーツ課スポーツ推進グループ (☎96-1224)



明日の元気を今つくる

“いつまでも自分らしく生き生きと暮らしたい”、それは誰もが抱く願いです。住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、地域全体で高齢者を支え、高齢者自身も要介護状態にならないように予防することが大切です。毎週さまざまな場所で行われる介護予防教室。どの教室も笑顔いっぱいです。自分の将来のために、一歩踏み出して参加してみませんか？



介護予防教室(うたごえ喫茶) ～みんなで歌えばなお楽しい！～

ピアノ伴奏に合わせて、「七夕」や「高校三年生」などのなつかしいメロディーをみんなで歌うことで、脳の活性化を促進し、介護予防につなげています。

参加者からは、「一人で来たけれど、みんなと一緒に歌うと気持ちが良い」、「間違えたら笑ったらええ」という声が聞こえ、楽しい雰囲気のおかげで、皆さんの歌声は一つになっていきます。

◎ Interview (参加者に教室の様子や元気の秘訣を聞きました！)



夫婦で心から笑う

中道文明さん
中道満壽子さん(羽若町)

夫婦2人で通い始めて3年になります。教室は漫才を見ているかのような楽しい雰囲気で、心から笑って明るい気分になります。私たちの元気の秘訣は、よく笑って、よく食べて、よく寝ることです。



思い切り歌う！

渡瀬真弓さん(野村)

6年前からさまざまな介護予防教室に通っています。年齢の異なる方々と一緒なので、それぞれの予防方法を知ることができ参考になります。ゴスペルをやっていたので、歌うことが大好きで、思い切り歌うことが元気の秘訣です。

脳の健康教室

～認知症を予防する教室～

認知症や閉じこもりの予防を目的に、KUMON（公文）の教材を使用した脳の健康教室を週1回（6カ月間・全24回）開催しています。

内容は、簡易なテキスト等を使用して脳に効果的な学習（30分）と、座りながらのレクリエーションや簡単な体操（30分）などを行っています。

学習の際は、ボランティアの「教室サポーター」が答案の答え合わせをするなど、参加者を支援しています。



◎ Interview（教室サポーターに教室の様子や支援について聞きました！）



人生の先輩方の
教えがやりがいに

安藤重夫さん（椿世町）

知人に誘われ、教室サポーターを始めて1年程度になります。人生の先輩方と楽しく話をさせていただき、色々とお教えていただくことが多いです。毎週1回、教室サポーターをさせていただくことが自身の生活リズムになっていて、やりがいを感じています。自分の体力が続くかぎり活動を続けていきたいです。



皆様とご一緒に
過ごせたら

西口香代子さん（関町会下）

教室サポーターになったきっかけは、母の介護をしていた時に、社会福祉協議会をはじめ周囲の方々に大変お世話になった経験があり、少しでも役に立てればと思ったからです。多くの方々との出会いがあり楽しい教室です。参加者の皆様とご一緒にの時間を持てるのが楽しみで、感謝です。

おおむね65歳以上の人が 誰でも気軽に参加できる介護予防教室

今回紹介した教室のほかにも、地域のさまざまな場所で「介護予防教室」を開催しています。また、地域の集まり（10人以上）などに事業所が出張して開催する「出張介護予防教室」もあります。

詳しくは、『平成30年度介護予防のてびき』（広報かめやま4月1日号と同時配布）または市ホームページ（高齢者支援グループのページ）をご覧ください。または、次の事業所へお問い合わせください。



<介護予防教室や出張介護予防教室などを実施している事業所>

事業所名	社会福祉法人 安全福祉会 安全の里	社会福祉法人 希望の里 野村さぼう苑	社会福祉法人 ケアフル亀山 亀寿苑	社会福祉法人 青山里会 亀山老人保健施設	社会福祉法人 柘会 華旺寿	株式会社 リングリング プレミアムDayRinRin
事業所所在地	住山町590-1	野村三丁目28-20	阿野田町2443-1	羽若町645-14	関町坂下252	両尾町2182-1
電話番号	☎83-1294	☎84-7888	☎84-1212	☎83-5920	☎96-3131	☎96-8777

問合先 長寿健康課高齢者支援グループ（☎84-3312）

**三重県消防操法大会 小型ポンプの部
亀山市消防団(第4分団:川崎地区)が優勝!**

**団員・家族・職場・地域の方々の
支えがあったからこそ、
つかみとれた栄冠!**

平成30年度三重県消防操法大会が、7月22日に三重県消防学校(鈴鹿市)で開催され、小型ポンプの部で亀山市消防団(第4分団:川崎地区)が、優勝という輝かしい成績を収めました。

小型ポンプ操法は、指揮者の号令で吸管やホースを伸ばす操作を協力して行い、標的を放水で倒すまでの時間や正確な操作技術を競います。

選手たちは、本業の仕事が終わった夜や休日を返上して、厳しい練習に励んできました。そして、努力の甲斐あってつかみとった優勝、支えてくれた団員、家族、職場、地域の方々への感謝とともに、地域の防災力向上への励みとなりました。



分団長 宮崎 好二さん

選手たちを誇りに思うとともに、支えていただいた多くの方に感謝申し上げます。今回の優勝を糧として、地域の安心・安全を守るために、団員みんなで努力していきたいと思えます。



指揮者 山尾 貴博さん

チーム一丸となって挑戦した結果、最高の記録を残せてうれしいです。練習時に「集中して取り組めるように」と、周りの団員が何かとサポートしてくれたことにお礼を言いたいです。



1番員 葛西 和也さん

走るのが主な担当でもあるので、ときに練習がきついこともありましたが、それでも、団員の後押しのおかげで、目標であった優勝することができました。今は正直ほっとしています。



2番員 中瀬 智さん

細かい手順や操作があり、小さなミスも許されず大変でしたが、無事やり終えて何よりです。家族や指導員には特にお世話になりました。優勝して少しは恩返しできたかなと思っています。



3番員 葛西 直也さん

本番では、落ち着いて納得のいくポンプ操作ができて良かったです。家族や勤めている会社から、「地域のために一生懸命に頑張りなさい」と応援をいただいたことに感謝しています。



吸管補助員 江藤 広弥さん

選手、指導員、ポンプを調整する人、サポートする人など、それぞれが役割を果たし、みんなできんだ優勝だと考えます。普段から雰囲気も良く、とてもまとまった分団だと思います。



補欠 若林 鉄也さん

選手が十分な力を発揮できたことに、お手伝いできてうれしく思います。チームワークの良さが第4分団の特徴なので、これからもみんなで協力して、消防団活動に励みたいと思います。

平成30年度三重県消防操法大会 小型ポンプの部結果

順位	出場団	総得点	競技時間
優勝	亀山市消防団	80.25	43.03秒
準優勝	名張市消防団	77.75	42.48秒
第3位	津市消防団 久居方面団	77.50	43.39秒

全国のウエイトリフティング選手が亀山市へ集結
日本一の高校生を目指して熱戦を展開！

全国高等学校総合体育大会(インターハイ)を開催

7月26日～8月20日に、三重県を中心に東海地方で開催された平成30年度全国高等学校総合体育大会(インターハイ)。亀山市では、ウエイトリフティング競技大会が西野公園体育館を会場に開催されました(8月2日～8月6日)。

昭和48年以来、45年ぶりの亀山市での開催となった今回の大会、全国から選抜された高校生たちにより熱戦が繰り広げられました。

地元の亀山高校からも選手が出場し、それぞれに健闘しました。なかでも増田竜星さん(3年生)が94kg級でスナッチ種目、クリーン&ジャーク種目、トータルのすべてを制して、地元開催のインターハイで優勝を果たし、快挙を成し遂げました。



亀山高校 加藤選手



開会式で、選手代表として選手宣誓を行う 亀山高校 谷川選手



亀山高校 増田選手



見事、優勝を果たし表彰台に上がる増田選手



会場の様子



亀山高校 前田選手



亀山市名誉市民

彫刻家 中村 晋也

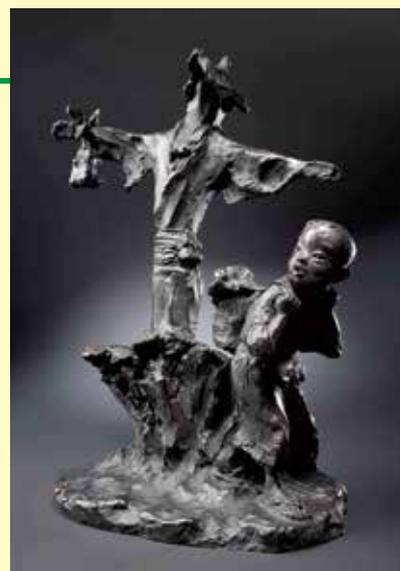
作品紹介「ふるさとあい」Vol.27

昼めしを 平成19(2007)年制作

「昼めしを ぶらさげて居る かかし哉」 一茶

俳人一茶の独特の世界に惹かれて、中村晋也の一茶シリーズ彫刻作品は生まれました。

一茶は、いろいろな動物や自然の事象を端的にとらえ、愉快的言葉の表現で句を詠みました。案山子の手にはぶら下がっていたものが本当に弁当だったのかはわかりませんが、誰かの弁当の番をしていると見たのでしょ。一茶にも中村にも、突っ立った案山子のまわりに頭を垂れた稲穂が一面に広がる故郷の田園風景が見えていたのかもしれない。



43cm(高さ)×28cm(幅)×14cm(奥行き)

特別協力 公益財団法人中村晋也美術館 (URL <http://www.ne.jp/asahi/musee/nakamura/index.html>)



9月9日は救急の日

問合せ 消防本部消防総務課消防救急グループ (☎82-9496)

9月9日は「救急の日」、9月9日～15日は「救急医療週間」です。

皆さんは、目の前で気分が悪くなった人やけがをした人を見て、救急車を呼んだほうがいいのか、病院へ行ったほうがいいのか、様子を見たほうがいいのかなど、何が適切な判断なのか迷った経験はありませんか？

そのような場合に、皆さんの判断の助けとなる「全国版救急受診アプリ」(愛称「Q助」)をご存じでしょうか？

Q助ってなに？

Q助は、病人やけが人の緊急度判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供するため、総務省消防庁によって作成されたスマートフォン・タブレット向けの救急受診アプリです。また、ウェブ版もご利用いただけます。

Q助はどうやって使うの？

難しい操作は必要ありません。ダウンロードしたアプリを開いて、急な病気やけがをしたときに、該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が表示されます。

その後、医療機関の検索や受診手段の検索、119番通報を行うことができます。

※検索時は外部サイトへ接続します。



利用画面(イメージ)



画面の手順に沿って
症状や現状の
当てはまるものを
選択するだけ

緊急度に応じた
必要な対応が表示



ダウンロード方法

全国版救急受診アプリ Q助

総務省消防庁ホームページ「全国版救急アプリ(愛称「Q助」)」へアクセスすると、ウェブ版の利用およびアプリのダウンロードに関する案内が記載されています。

※一部の機種ではご利用できない場合があります。

※詳しくは、総務省消防庁ホームページ(URI: <https://www.fdma.go.jp/>) をご覧ください。



総務省消防庁
「Q助」ご案内

平成30年度 下水道推進標語

「未来へと ぼくらがつなぐ 下水道」

9月10日は
下水道の日

「下水道」は、汚れた水を新しく生まれ変わらせ、美しい自然や、誰もが安心して暮らせる生活環境を作り上げる大切な施設です。

たとえば、家庭などから出る汚れた水を処理場できれいな水にして川や海に流すことで、川や海の水質をきれいに保つことができます。また、汚れた溝がなくなり、ハエや蚊の発生を防いでくれるので、まちが美しく清潔になります。

市では、美しい自然を守り、清潔で豊かな生活環境を作るため、計画的に整備を行っています。

下水道が使えるようになったら

排水設備の工事を
して下水道へ接続し
てください。

「亀山市下水道排水設備指定工事店」へお問い合わせいただき、排水設備工事をしてください。

工事店は、市ホームページ（下水道課のページ）に一覧を掲載しています。

排水設備工事費用は、各家庭でご負担いただくこととなりますが、より多くの人に下水道を利用していただくため、市では、排水設備工事などの費用の融資あっせん・利子助成制度を設けています。詳しくは、下水道課下水道管理グループにお問い合わせください。

下水道へ接続すると、下水道使用料が必要になりますが、汲み取り式トイレのような定期的な汲み取り費用や、浄化槽を設置している場合の法定点検費用などが不要になります。



下水道はマナーを守って、大切に使いましょう

下水道にゴミや土砂が溜まって流れが悪くなってしまうと、悪臭の発生や汚水があふれてしまう原因になります。そのため、以下のような行為は止めてください。

- 生ゴミなどのゴミを流さないようにしましょう
- 天ぷら油などの廃油を流さないようにしましょう
- トイレにはトイレトーパー以外の紙類やゴミを流さないようにしましょう
- 洗面台などの排水口へ髪の毛が大量に流れ込まないようにしましょう
- 洗濯などの際に使用する洗剤は適量にしましょう
- ガソリンやシンナー、オイルなどの危険物は流さないようにしましょう



全国で人気を集めているマンホールカード！

マンホールカードはシリーズ累計301団体が配布しており、その種類は342種類あります。亀山市では、関宿のまちなみを背景に旧関町のイメージキャラクター「アスレ」が描かれたマンホールカードを配布しています。

- 配布場所 関まちなみ資料館（関町中町482）
 - 料金 無料
 - 休館日 月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌日）
- ※ 4月～5月、9月～10月は月曜日も開館

- 注意事項 1人につき1枚のみの配布となります。亀山市版のみの配布で、予約や郵送などによる配布は行っていません。



問合先 下水道課下水道管理グループ（☎97-0628）、下水道工務グループ（☎97-0627）

かめやま教育通信

第18回



3歳～6歳児の子育てアドバイス

「ありがとう」は、自己肯定感を育てる最高のほめ言葉！

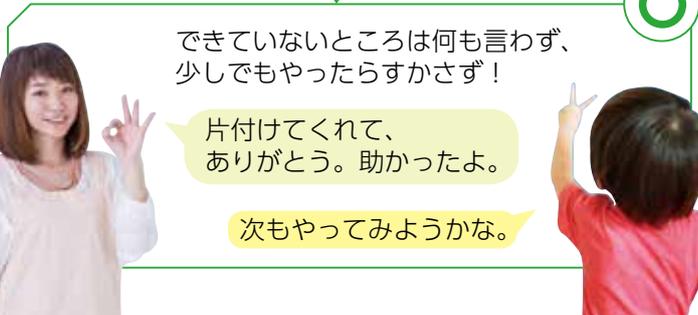
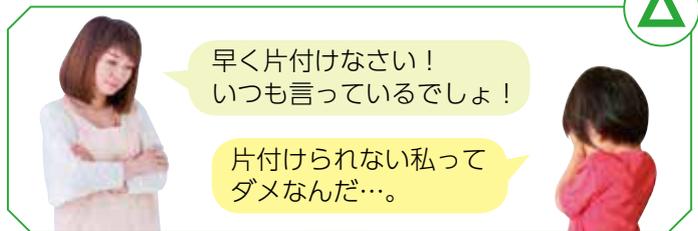
「ありがとう」と伝えてあげてください！

「使ったものを片付ける」「順番を守る」などの基本的ルールやしつけを、子どもが身に付けていくためにはどうすればよいのでしょうか？

叱ってばかりでは、子どもが「自分はダメな人間なんだ」と思うようになってしまい、心の土台である「自己肯定感(自分を大切に思う気持ち)」が育たなくなってしまいます。さらには、失敗を隠し、うそをつくようになってしまうことも…。

ポイントは、小さなことでもできた時に「ありがとう」と伝えてあげることです。「自分でも役立つことができるんだ」と自己肯定感が育まれ、良い習慣が身に付きやすくなります。

できていないところは何も言わず、少しでもやったらすかさずほめてあげてください。きっと次へのやる気につながります。



ほめることが大事だといっても、どうしても注意しなければならない時もあるのよね…。



子どもを注意するときに必要な6つのこと

- ① 叱るときは、子どもを止めて、目を見て、短い言葉で
- ② 人格ではなく行為を叱る「〇〇するのは、よくないよ」
- ③ いけない理由をちゃんと伝える
- ④ 「ダメ」と言うより、「してほしいこと」を伝える「〇〇しようね」
- ⑤ 「あなた」メッセージではなく、「わたし」メッセージで「私は、〇〇と思うよ」
- ⑥ 「気持ちはわかるよ」「たしかにそうだね」と一言を添える

出典：『3～6歳のこれで安心 子育てハッピーアドバイス』著者 明橋大二

お子さんのペースに合わせて少しずつ、そして、ときには周囲の力も借りて

子どもは、言っても言っても同じ失敗をしてしまいます。時にはカッとなってキレてしまうことも…。それでも、何度も丁寧に教え、何が正しいことなのかを伝えてあげれば、子どもはきっとできるようになります。

また、親だけでなくすべてを教えようと思わず、保育所・幼稚園等の先生、友達、祖父母、地域の人たちなどの力を借りて、多くの人との関わりの中で子育てしていくことも大切です。

問合せ先

教育委員会学校教育課教育支援グループ (☎84-5076)

教育委員会からのお知らせ

市内中学校の普通教室に空調機(エアコン)を設置

亀山中学校と中部中学校のすべての普通教室への空調機設置工事が完了し、学校の教育環境が一段と整いました。

※小学校は来年度に設置予定



★ **もよおし**

湯ったりお風呂の日

長寿健康課高齢者支援グループ
(☎84-3312)

あいあい「白鳥の湯」を高齢者に無料開放します。

とき 9月18日(火)
午前10時～午後4時

※受付は午後3時まで

ところ あいあい「白鳥の湯」

対象者

市内に在住する65歳以上の人

※住所と年齢が確認できるものを持参してください。

※介助が必要な場合は、介助者(同性に限る)も無料でご利用できます。



出張年金相談

日本年金機構津年金事務所
(☎059-228-9112)

社会保険労務士による出張年金相談を行います。年金の請求や受給など、年金制度についてお気軽にご相談ください。

とき 9月20日(木)
午前10時～午後3時

※正午～午後1時は除く

ところ

市役所西庁舎 1階第4会議室
※相談は受付順です。



となりまち

情報交流ひろば

政策課広報秘書グループ
(☎84-5021)

いが・こうか・かめやま



伊賀市

**伊賀ぶらり体験博覧会
～いがぶら2018～**

伊賀市全域で、街歩きと自然・歴史と文化・伊賀びとの技・食・美容と健康・忍者と芭蕉をテーマにした体験プログラムを開催します。

今年は、126のプログラムをご用意しましたので、公式ガイドブックやホームページをご覧の上、興味のあるプログラムに、ぜひご参加ください。

※プログラムはすべて予約制です。

とき 9月22日(土)～11月25日(日)

予約開始日時(電話) 9月1日(土) 午前10時～

※ホームページは9月2日(日) 正午～

問合先 伊賀市観光戦略課(☎0595-22-9670)



※詳しくは、2次元コードよりホームページをご参照ください。



伊賀市広聴情報課(☎0595-22-9636)

甲賀市

**発掘速報展2018
～最新の発掘調査成果を紹介～**

甲賀市内にある東山遺跡(信楽町黄瀬)と貴生川遺跡(水口町貴生川)について、最新の発掘調査の成果を紹介しています。

新たに見つかった紫香楽宮に関する建物の写真パネルや、鎌倉時代の居館跡から出土した土器を展示します。ぜひ、お越しください。

とき 10月3日(水)まで(木・金曜日は休館)
午前10時～午後5時

ところ 甲賀市水口図書館・水口歴史民俗資料館

観覧料 無料

アクセス 新名神高速道路「甲賀土山IC」から約15分
近江鉄道「水口城南駅」から徒歩約2分

問合先 甲賀市水口歴史民俗資料館(☎0748-62-7141)



甲賀市秘書広報課(☎0748-69-2101)



元気丸カフェ

長寿健康課高齢者支援グループ
(☎84-3312)

元気丸カフェは、認知症の人やその家族、地域住民などが気楽に集い、お茶などを飲みながら語り、交流を楽しんだり、くつろいだりする場所です。お気軽にお立ち寄りください。

※認知症に関する個別相談も実施
とき 9月18日(火)

午後1時30分～3時30分

ところ あいあい1階ほっカフェのスペース(白鳥の湯の東側)

対象者 認知症の人やその家族、地域住民など

参加費 無料

※申し込みは不要です。

介護者のつどい ～アロマの香りで リラックしてリフレッシュ～

長寿健康課高齢者支援グループ
(☎84-3312)

介護者本人の日頃の疲れを癒し、心身ともにリフレッシュするための講座と交流会を開催します。

とき 10月9日(火)

午前10時～11時30分

ところ

あいあい2階生きがい工作室

講師 アロマサークル亀山
代表 宮口くに代さん

対象者 高齢者を在宅で介護している人、介護に関心のある人

定員 10人程度(先着順)

参加費 無料

申込期限 10月4日(木)

申込方法 長寿健康課高齢者支援グループへ電話または直接お申し込みください。

知っててよかった！ 裁判所の民事調停 ～話合いで円満解決～

津地方裁判所事務局総務課庶務係
(☎059-226-4172)

10月1日～7日の「法の日」週間にちなみ、民事調停について理解を深めてもらうための企画です。

とき 10月10日(水)

午後1時30分～4時

ところ 津地方裁判所
(津市中央3-1)

主な内容

▷民事調停制度の概要紹介

▷模擬民事調停

▷裁判官による質疑応答

定員 30人程度

※応募者多数の場合は抽選

申込期限 9月21日(金)必着

申込方法 往復はがきに次の事項

を明記の上、郵送してください。

▷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「知っててよかった!裁判所の民事調停」参加希望

▷往信裏面…代表者の氏名(ふりがな)・住所・電話番号、同行者(2人まで)の氏名(ふりがな)、本行事を知ったきっかけ

▷返信表面…抽選結果が届くあて先

CATV



↑ My Town KAMEYAMA ↓

8月31日(金)～9月6日(木)

●かもやま情報BOX

「9月9日は救急の日です」

●エンドコーナー「和田保育園①」

9月7日(金)～13日(木)

●かもやま情報BOX

「子ども医療費の窓口無料化が開始」

●エンドコーナー「和田保育園②」

※午前6時から深夜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。

ご参加ください！亀山市総合防災訓練

9月30日(日)午前9時～午後0時30分

西野公園 (雨天時は縮小開催、警報発令時などは中止)

大規模災害の発生に備え、市民、行政、防災関係機関などが連携して、総合防災訓練を実施します。ぜひ、ご参加ください。

内容 集団避難訓練、避難所機能別訓練(運営訓練、応急救護訓練、土のう作成等訓練、初期消火訓練・煙体験、炊き出し訓練など)、多数傷病者対応訓練、災害対策車両等の展示、地震体験、啓発・展示ブース、非常食の試食など

※西野公園を指定避難所とする自治会は、午前8時頃より各地区から徒歩で集団避難訓練を行います。

問合せ 防災安全課防災安全グループ (☎84-5035)



総合防災訓練(中部中学校での開催時)の様子

鈴鹿市発 障がい者の 就労マルシェ2018

鈴鹿市健康福祉部障がい福祉課
(☎059-382-7626)

働くことは、経済的基盤づくりだけでなく、人や社会とつながります。

共生社会の実現へ向け、多くの人が出会う場所として、今年も就労マルシェを開催します。

障がいのある人もない人も、どなたでもお越しいただけます。

と き

①9月29日(土) 午前10時～午後4時

②10月4日(木) 午後0時30分～5時

ところ 鈴鹿市民会館

(鈴鹿市役所本館南隣)

内 容

①29日…講演会・パネルディスカッション「発達障がいとは」、スペシャルライブ(R-1ぐらんぶり2018 優勝者 濱田祐太郎さん)、福祉事業所の生産商品展示・販売、ベルカフェ、三重県立盲学校によ

る出張あんま・マッサージ
②4日…企業と障がい者の就職面接会、就労移行支援事業所などによる就職説明会、総合就職相談ブース

参加費 無料

※駐車場に限りがありますので、来場の際は、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

主 催 鈴鹿市、ハローワーク鈴鹿、就労マルシェ実行委員会

薬草観察会 ～初秋の関宿周辺の 薬草を観察しませんか?～

鈴鹿亀山薬剤師会事務局
(☎059-381-2233)

亀山市は、日本で最初の近代科学的植物図鑑「草木図説/1856」を書き上げた飯沼慾斎(1783年～1865年)の生誕地です。

その亀山市で第1回薬草観察会を開催します。薬草に興味のある

人など、ぜひご参加ください。

と き 9月30日(日)

午前10時～正午

ところ 観音山公園周辺(関町新所)

対象者 歩いて参加できる人ならどなたでも可

定 員 30人程度(先着順)

参加費 無料

持ち物など 飲み物、タオル、弁当、歩きやすい靴、動きやすい服装

申込期限 9月21日(金)

申込方法 鈴鹿亀山薬剤師会事務局へ電話でお申し込みください(土・日曜日、祝日は除く午前9時～午後5時)。



市立医療センターだより

市立医療センター(☎83-0990)



乳がん検診を受けましょう!

日本では、乳がんにかかる女性が年々増加しています。また、年間約14,000人の女性が乳がんで亡くなっており、40歳代～50歳代女性のがん死亡原因の第1位です。

市立医療センターでは、視触診とマンモグラフィによる乳がん検診を実施しています。早期発見のため、定期的に乳がん検診を受けましょう。

検診実施日 水・金曜日の午後

検診実施期間 平成31年1月まで

検診内容

▷視触診(問診を含む)

視触診では、左右の乳房に左右差、しこり、ひきつれがないか、リンパ線の腫れがないかを調べます。

▷マンモグラフィ検査(乳房X線検査)

透明なプラスチックの板に、乳房を挟んで圧迫し、レントゲン撮影をします。

自己負担額(市のがん検診制度の助成による)

▷市内在住で30歳以上69歳以下の女性…2,000円

▷市内在住で70歳以上の女性…300円

※そのほか検診無料対象の人は市から通知します。

申込方法 市立医療センターへ電話(平日の午前9時～午後4時)でお申し込みください。

※妊娠中または妊娠の可能性のある人、授乳中の人、ペースメーカーを装着している人など、乳がん検診を受診できない場合があります。詳しくは、市立医療センターへお問い合わせください。





お知らせ

平成30年住宅・土地統計調査にご協力をお願いします

総務課情報統計グループ
(☎84-5032)

総務省統計局では、平成30年10月1日時点で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関するもっとも基本的で重要な調査で、全国約370万世帯の方々を対象にした大規模な調査です。

この調査では、近年において多様化している国民の居住状況や少子・高齢化等の社会・経済状況の変化を踏まえ、少子・高齢社会を支える住居環境、土地の有効利用状況などを明らかにすることをねらいとしています。

統計調査員が調査世帯へ調査票の記入をお願いに伺った際は、調査票への記入、またはインターネットでの回答をお願いします。

9月1日～10日は屋外広告物適正化旬間です

県鈴鹿建設事務所(☎059-382-8683)、都市整備課都市計画グループ(☎84-5046)

屋外へ看板やポスターなどの広

告物を設置するには、原則として許可が必要です。さらに、平成30年10月から、貼り紙などの簡易なものは除くすべての屋外広告物に点検が義務付けられます。

広告物の安全性を確保し危険な事故を防ぐために、適正な管理、点検をお願いします。

屋外広告物の例



9月10日は世界自殺予防デー～かけがえのない命を大切に～

長寿健康課健康づくりグループ
(☎84-3316)

9月10日～16日は「自殺予防週間」です。こころの病気は誰にでも起こり得ます。しかし、自分では気づきにくい場合があります。

あなたの周りの大切な人を守るためには、日々の生活の中での気づき(家族や仲間の変化に気づいて声を掛ける)、聴き(本人の

気持ちを尊重して耳を傾ける)、つなぎ(早めに専門家に相談するように促す)、見守り(温かく寄り添いながらじっくりと見守る)が大切です。

「こころの体温計」を活用しましょう

「こころの体温計」は、スマートフォンや携帯電話、パソコンから気軽にこころの状態をセルフチェックできるシステムです。家族やあなたの大切な人のストレスチェックをすることができます。気になるモードでチェックして、早めのこころのケアを心掛けましょう。

利用方法 スマートフォンなどで専用のウェブサイト(URL <http://fishbowlindex.jp/kameyama/demo/index.pl>)を開いて、画面の指示に従い操作してください。

【

※右の2次元コード(外部へリンク)からもご利用できます。



歴史博物館だより(9月)

歴史博物館(☎83-3000)



<企画展示室>

亀博自由研究のひろば

「亀山市の1番みーつけた。」

とき 9月2日(日)まで

内容 市内の歴史の中の「1番」を探してみよう！
市内で1番大きな古墳は？市内で1番古い建物は？
など、いろいろな「1番」が見つかるよ。

企画展示観覧料 無料



<常設展示室>

常設展示「亀山市の歴史」

内容 亀山市の歴史を、縄文時代から現代まで時代を追って展示

常設展示観覧料

一般…200円、児童・生徒・学生…100円

※小学生未満と70歳以上の人、心身障がい者とその介助者は無料

※毎週土・日曜日は小・中学生は無料

※第3日曜日(家庭の日)は無料

開館時間 午前9時～午後5時(展示室への入場は午後4時30分までをお願いします)
休館日 毎週火曜日、3日(月)～7日(金)(展示撤収のため)



結核を予防しましょう
— 9月24日～30日は
結核予防週間です —

長寿健康課健康づくりグループ
 (☎84-3316)

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気です。今でも全国では、1日に約50人の新しい患者が発生し、約5人が命を落としている重大な感染症です。

最初は風邪に似た症状が始まりますが、2週間以上、咳やタンが続くようであれば医療機関を受診しましょう。

早期発見は、本人の重症化を防ぐためだけでなく、家族や職場などへの感染を防ぐためにも重要です。症状がなくても、毎年、定期的に健診を受けましょう。

抵抗力の弱い赤ちゃんは、結核

に感染すると重症になりやすく、生命を危うくすることがあります。予防には、BCG接種が有効ですので、生後1歳未満のお子さんは予防接種を受けましょう。

高齢者は、微熱が続いたり、体重が減ってきたりしたら、結核かもしれないので、早めに医療機関を受診しましょう。

図書館だより(9月)

市立図書館(☎82-0542)
 関図書館(☎96-1036)



おはなし会

- 9月1日(土) 午後2時～ 市立図書館(児童室)
- 9月12日(水) 午後3時～ 関文化交流センター(和室)

ママーズの大人による大人のための読み聞かせ

- 9月1日(土) 午後3時～ 市立図書館(児童室)

子どもアニメ上映会

- 9月5日(水) 午後3時～ 関文化交流センター(研修室)

たんぽぽの会による関紙芝居会

- 9月19日(水) 午後3時～ 関文化交流センター(和室)

テレホン童話(☎83-0874) [3分間の創作童話]

- 9月1日～15日 加太のすもうは三人すもう(久野陽子)
- 9月16日～30日 お茶の味はどんな味?(駒田やす代)

休館日 市立図書館…毎週火曜日、23日(日)～28日(金)
 関図書館…3日(月)、10日(月)、18日(火)、23日(日)～28日(金)

蔵書点検作業を9月23日(日)から9月28日(金)まで行います。点検期間中は、市立図書館・関図書館ともに休館しますのでご了承ください。



図書館の本棚から



『横浜エトランゼ』

大崎 梢/著
 講談社(2017年6月刊)

高校3年生の千紗は、初恋の相手と働きたくて、横浜のタウン誌編集部でアルバイト中。そこで横浜の歴史、不思議、暮らしている人々の想いを知る。ノスタルジックでハートフルな連作短編集。



『素子の碁 サルスベリがとまらない』

新井素子/著
 中央公論新社(2018年3月刊)

40歳を過ぎて夫婦で始めた囲碁。難解な用語や定石に頭をひねりつつ、囲碁を打てる友人を探し出し、ついには囲碁教室へ。少しずつ上達していく日々を生き生きと描くエッセイ集。

～新着だより～

小説

- 不在/彩瀬まる
- 絵金、闇を塗る/木下昌輝
- 清らかな、世界の果てで/北里紗月
- ぞぞのむこ/井上 宮
- ブルーハワイ/青山七恵

児童

- ももともも/宮崎祥子
- ごろりん たまねぎ/いわさゆうこ
- まほうつかい/いしかわこうじ
- 子ガモのボタン/ヘレン・ピーターズ
- 虫・むし・オンステージ!
/森上信夫

その他

- 縄文美術館/小川忠博
- トヨタ式 家事シェア/香村 薫
- 日本百銘菓/中尾隆之
- パソコンのしくみ/高作義明
- これからはじめる狩猟入門
/原田祐介

ほか 356 冊

インターネット通販の トラブルにご注意を！

鈴鹿亀山消費生活センター
(☎059-375-7611)



インターネット通販は、いつでもどこでも申し込めて便利な反面、「商品が届かない」、「ニセモノが届いた」などのトラブルもあり、数多くの相談が寄せられています。

被害に遭わないために

- ▷事業者の所在地・代表者・電話番号や、ほかの利用者の評価などを必ず確認しましょう。
- ▷一般の流通価格よりも極端に値引きされている場合や、ほかの店では在庫が無いのにそのサイトだけに在庫がある場合は注意が必要です。また、公式サイトを

装っているケースもあります。
▷支払方法が銀行振込しか用意されていない場合や、個人名義の口座の場合は注意しましょう。
※インターネット通販に関して、困りごとなどがあれば、鈴鹿亀山消費生活センターへご相談ください。

相談時間 午前9時～午後4時
(土・日曜日、祝日は除く)

各種検診・教室

亀山学校 ～サプリメントとの 上手な付き合い方～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

- とき 9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
田中亚子さん
- 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



大人の健康塾 ～認知症予防について考えよう～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

- とき 9月14日(金)
午後1時30分～3時
- ところ 井田川地区南コミュニティセンター
- 講師 社会福祉士
川戸友紀さん
- 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

救急車の 適正な利用に ご協力ください！



救急車は、重篤なけがや病気などで、緊急に病院へ搬送する必要がある人のために配備されています。

しかし、救急要請のなかには、「病院の診療時間が終了したので通報した」、「救急車で行った方が優先的に診てくれると思った」など、緊急性が低いと思われるケースも見受けられます。

救急車の台数には限りがあります。緊急に搬送する必要のある人への対応が遅れることのないよう、適正な利用にご協力をお願いします。

※「意識がない」、「呼吸をしていない」、「多量の出血がある」など、緊急性が高い症状の場合は、すぐに救急車を要請してください。

ご利用ください! 「救急医療情報システム」

救急車を呼ぶほどではないが、診察してもらえない病院が分からないなど、困ってしまうときはご利用ください。

●救急医療情報システム

▷対人案内 ☎059-229-1199

▷自動案内 ☎0800-100-1199

(通話料無料、通話終了後に医療機関の案内をファクスで受信することも可)

▷パソコン URL <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

▷携帯電話 URL <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>

三重県 救急医療情報システム

検索

※受診の際は、必ず紹介された医療機関に事前確認してください。

●小児救急医療相談事業

▷みえ子ども医療ダイヤル(午後7時30分～翌朝8時)

☎#8000 または ☎059-232-9955



問合先 消防本部消防総務課消防救急グループ(☎82-9496)

介護予防教室 ～健康体操・認知症予防～

(福)安全福祉会(☎83-1294)

と き 9月の毎週木曜日(9月6日、13日、20日、27日)

※いずれも午後1時30分～3時

ところ 特別養護老人ホーム
安全の里(住山町590-1)

対象者 介護予防に関心のある人
参加費 無料

※1回からでも参加できます。

持ち物など タオル、上履き、動きやすい服装

申込方法 各開催日までに、(福)安全福祉会へ電話でお申し込みください。



募 集

介護保険認定調査員[鈴鹿亀山地区
広域連合派遣](非常勤職員)の募集
長寿健康課高齢者支援グループ
(☎84-3312)

募集人数 1人

業務内容 鈴鹿市・亀山市での要
介護認定調査、調査票の作成お
よび確認業務など

応募資格 すべてに該当する人
▷介護支援専門員、保健師、看護師
のいずれかの資格取得者

▷普通自動車運転免許取得者
(AT限定可)で、パソコン操作
(入力や検索)ができる人

任用期間 10月1日～平成31年3
月31日(更新する場合あり)

勤務日数 週5日(原則として土・
日曜日、祝日は休み)

勤務場所 鈴鹿亀山地区広域連合
(鈴鹿市役所西館3階)

賃 金 時間給1,330円

社会保険など 健康保険、厚生年
金保険、雇用保険

募集期限 9月14日(金)

応募方法 長寿健康課高齢者支援
グループへ電話連絡の上、履歴
書を持参してください。



試 験

危険物取扱者試験

消防本部予防課危険物グループ
(☎82-9492)

(一財)消防試験研究センター三
重県支部では、危険物取扱者試験
(後期)を実施します。

※後述の試験会場は近隣地区のみ
を記載しています。

申込方法 亀山消防庁舎または各
分署にある願書に必要事項を記
入の上、(一財)消防試験研究セ
ンター三重県支部へお申し込み
ください。

出願期間 9月11日(火)～21日(金)
(当日消印有効)

※電子申請の場合は、9月8日(土)
午前9時～18日(火)午後5時

予備講習会(亀山市防火協会主催)

と き 10月6日(土)

午前9時～午後4時45分

ところ 亀山消防庁舎1階防災セ
ンター(野村四丁目1-23)

対象者 乙種4類受験者

定 員 50人(先着順)

受講料 1,000円

(亀山市防火協会会員は無料)

※テキストが必要な人は、テキス
ト代(4,340円)が別途必要

申込期間 9月3日(月)～21日(金)
(土・日曜日、祝日は除く)

申込方法 亀山消防庁舎または各
分署にある申込書(消防本部ホー
ムページからもダウンロード可)
に必要事項を記入の上、受講料を
添えて、消防本部予防課危険物グ
ループへお申し込みください。

試験会場	試験日	11月10日(土)	11月17日(土)	11月18日(日)
(一社)北勢自動車協会 (四日市市)	乙種4類	乙種4類	乙種4類	乙種4類 丙種
鈴鹿地域職業訓練 センター(鈴鹿市)			乙種4類 丙種	乙種4類
高田短期大学 (津市)			甲種、乙種全類 丙種	
サン・ワーク津 (津市)				乙種4類



平成30年交通事故発生状況



(7月末時点・亀山署管内)

人身事故	死亡者	負傷者	物損事故
47件(-18)	0人(-1)	59人(-24)	759件(-36)

※()内は前年同期比の増減数

秋の全国交通安全運動の実施

運動の期間 9月21日(金)～30日(日)の10日間

全国重点項目

- ▷子どもと高齢者の安全な通行の確保と
高齢運転者の交通事故防止
- ▷夕暮れ時と夜間の歩行中・
自転車乗用中の交通事故防止
- ▷全ての座席のシートベルトと
チャイルドシートの正しい着用の徹底
- ▷飲酒運転の根絶



亀山警察署(☎82-0110)



※当事者間のトラブルについては、市は一切関与しません。

亀山市吹奏楽団 第6回定期演奏会

和太鼓奏者の的場凛さんと劇団四季の永井崇多宏さんをゲストに迎え、ミュージカル音楽や和楽器との共演をお楽しみください！

とき 9月9日(日)
午後2時～

※開場は午後1時30分～

ところ 市文化会館大ホール

入場料 無料

問合せ先 亀山市吹奏楽団
(島山 ☎090-8073-4528)

関宿 旅ゼミを開講します

皆さんは、年間どのくらい国内や海外へ旅に出掛けますか。旅の醍醐味や魅力などを情報交換しませんか。写真や資料、地球儀を見ながら楽しくお話ししましょう。

とき

▷ 9月14日(金)(第5回)

▷ 9月28日(金)(第6回)

※いずれも午後2時～3時30分

ところ 関宿まちかど博物館(関郵便局斜め前「菓子処 いちみ」)

定員 各回10人(先着順)

参加費 無料

申込先 鈴鹿・亀山まちかど博物館事務局(一見 ☎090-2314-8068)

「声でつづる昭和人物史 服部四郎」NHKラジオ番組で放送されます

亀山市出身で、日本語・アルタイ語等の外国語やトルコ文化の研究をするなど、国際的言語学者として活躍し、文化勲章も受章した服部四郎さん(1908年～1995年)を取り上げたラジオ番組が放送されます。

番組名は、「カルチャーラジオ NHKラジオアーカイブス『声でつづる昭和人物史 服部四郎』」で、昭和54年に本人が出演したラジオ番組の音声資料から、人物像や歴史の意味をたどります。

放送局 NHKラジオ第2

放送日時 ①9月17日(月)

②9月24日(月)

※いずれも午後8時30分～9時
※いずれも再放送は翌週月曜日の午前10時～10時30分

問合せ先 服部 旦
(☎045-851-1013)

タイの家庭料理教室 参加者を募集

皆さんで「タイの料理」を作って楽しみませんか。タイ出身の野田ラッチャダーさんをお迎えし、トムヤンクン、ヤムウンセン、タピオカデザートなど、本場の家庭料理を体験しましょう。

とき 10月6日(土)

午前10時～

ところ あいあい2階栄養指導室

定員 30人(先着順)

参加費 1,500円(材料費含む)

※当日、会場でお支払いください。

持ち物 エプロン、三角さん(キャップ)、タオル、食品保存容器(持ち帰り用)

申込期限 9月23日(祝)

申込方法 亀山国際交流の会へ電話でお申し込みください。

申込先 亀山国際交流の会(田中 ☎090-7602-4876)

わが子の就職を支える 家族フォーラム

「無業期間が長くなってきたけれど、親としてどうすれば?」「子どもが就職するために、親としてできることは?」など、働きたいけれど就職に結びついていない子どもを持つ家族のためのセミナーです。

とき 9月29日(土)

午後1時30分～3時30分

ところ 三重県勤労者福祉会館(津市栄町一丁目891)

主な内容

①講演(埼玉大学(基盤教育研究センター)教授 石阪督規さん)

②パネルディスカッション

③みえ若者就労支援ネットワーク支援機関ブース出展

参加費 無料

申込方法 若者就業サポートステーション・みえへ電話でお申し込みください。

申込先 若者就業サポートステーション・みえ(☎059-271-9333)

いい人見つけて結婚しよう

結婚を希望する男女に、楽しい出会いを提供する三重県後援のイベントです。

同じ趣味や人生感などを持った気の合う人を見つけましょう。

とき 10月8日(祝)

午後0時30分～4時

※受付は午前11時30分～

ところ 三重県生涯学習センター4階大研修室(県総合文化センター内)

対象者 20歳代～40歳代で配偶者のいない人

参加費 1,000円

※当日、会場でお支払いください。

※申し込みは不要です。

問合せ先 津シルバークラブ(☎059-293-1169)

9月の納期

(納期限・口座振替日)

10月1日(月)

国民健康保険税 第3期

後期高齢者医療保険料 第3期

市税などの納付は便利で確実な口座振替をお勧めします。

TOPICS

かめやまのホットな話題をお届け!



8/4

亀山市納涼大会

亀山公園芝生広場で「亀山市納涼大会」が開催されました。灯おどりまつり、市民ステージ、音楽やレーザーに合わせた仕掛け花火などの催しや、市内企業や市民団体による出店等にぎわい、訪れた人たちは夏の夜を満喫していました。



8/11

第3回 サマーフォレスト in やまびこ

8月11日の「山の日」にちなみ、亀山森林公園「やまびこ」で「サマーフォレスト in やまびこ」を開催。森や木材について学び、また自然にふれあう機会として、丸太切りや木片を使ったペンダントづくり、ウッドバーニング(杉板にイラストを書き写し、電気ゴテでなぞりながら焼き付ける)などが行われ、親子連れなどにぎわいました。

8/18

亀山市関宿 納涼花火大会

夏の恒例「亀山市関宿納涼花火大会」が鈴鹿川河川敷で開催されました。音と花火の競演「ミュージックスターメイン」や「メッセージ花火」など、2,000発以上の花火が夏の夜空を彩り、約1万3千人の観客を魅了しました。



8/19

ザリガニつり大会

亀山里山公園「みちくさ」で「ザリガニつり大会」を開催し、親子連れなど約120人が参加しました。釣れたザリガニの「全体の重さ部門」と「1匹の重さ部門」で競技が行われました。参加者は、竹竿に餌の煮干しを付けて水面に垂らし、アメリカザリガニとの駆け引きを楽しんでいました。



「全体の重さ部門」入賞者の皆さん

「1匹の重さ部門」入賞者の皆さん



市民記者が行く!!

かめやま見てある記

全日本オフロードチャンピオン



亀山東小学校に通う大澤洸希君(6年)、春希君(1年)の兄弟は、ATV(全地形対応車、通称バギー)の全日本ATV選手権レースで活躍しています。

レースは年間8試合開催され、2017年度において洸希君はKIDS部門(90ccクラス)で5勝を上げて年間チャンピオンに輝き、さらにSUPER-MINI部門(125ccクラス)で4位に入りました。春希君もKIDS部門で総合3位に入る大健闘でした。

兄弟のお父さん、智紀さんがレースに参戦していたため、小さな頃から家族全員で応援に行きレースを見ていました。当然のように興味を持ち、小学校入学前にはバギーに跨り、洸希君は小学校2年で、春希君は幼稚園年長で本戦にデビューしました。

洸希君は、今ではKIDS部門で敵なしと言われるほどに成長し、1ランク上のSUPER-MINIにも出場し、大人相手に大活躍しています。家に何うと、今までに獲得した優勝、入賞の楯が所狭しと並べられ、実力の程を垣間見ることができました。

全日本ATV選手権は1985年に初開催され、その後、日本各地で毎年8試合行われています。

アメリカでは爆発的な人気があり、将来は本場アメリカのレースに参戦し、世界チャンピオンになるという大きな夢を持っていました。

苦手で苦勞するのは、学業との両立、そして準備と片付けとのことですが、日々のマシンの整備、分



解・点検はお父さんに頼らず、すべて自分たちで行うとのこと。2人のレースに対する強い思いを感じました。

市民記者 豊田 康文さん



ハローキッズ

このコーナーでは、元気な亀山っ子の写真を募集しています。掲載を希望する人は、広報秘書グループ(☎84-5021)へご連絡ください。



父 祐貴さん
母 真里奈さん (川合町)

葛西 奏汰 くん
平成29年6月23日生まれ

元気にすくすく育ってね。



父 裕二さん
母 綾香さん (能褒野町)

原田 琉翔 くん
平成28年7月10日生まれ

たくさん食べて、いっぱい笑って大きくなってね

市の人口 8月1日時点 ●総人口 49,684人 (前月比-20) ●男 24,905人 (前月比-30) ●女 24,779人 (前月比+10) ●世帯数 21,280世帯 (前月比+8)