

# かめやま

2019 MAR

3 / 1

No.325



## 健やかな成長を願う ひなまつり♪

関認定こども園アスレの園児たちが足湯交流施設で、部屋いっぱい飾られたひな飾りを見学。そのなかで、お気に入りのひな人形を指さしては、楽しそうにながめていました(2月9日、東海道のおひなさま 亀山宿・関宿)。

### 主な内容

4月7日(日)は三重県知事選挙、三重県議会議員選挙の投票日です.....	2
お知らせします、工事監査結果 .....	4
かめやま教育通信(第24回) .....	8
春の火災予防運動を実施します.....	9
暮らしの情報.....	13



亀山市携帯サイト



**4月7日**  
**日曜日**

(第19回統一地方選挙)

# 三重県知事選挙、 三重県議会議員選挙の 投票日です

**投票時間 午前7時～午後8時**



## 1. 選挙に投票できる人

平成13年4月8日以前に生まれた人で、平成30年12月28日以前から亀山市に住民登録がしてあり、引き続き選挙の投票日まで市内に住んでいる人です。

### 【県内の他の市町から転入した人は…】

平成30年12月29日以降に県内の他の市町から亀山市に転入の届出をした人は、転入前の市町か亀山市が発行する「引き続き三重県の区域内に住所を有する旨の証明書」を持参の上、転入前の市町で投票してください。

### 【県内の他の市町へ転出した人は…】

亀山市から県内の他の市町へ転出した人は、亀山市に選挙権がある場合があります。

該当する人は、亀山市か転出先の市町が発行する「引き続き三重県の区域内に住所を有する旨の証明書」を持参の上、転出前の住所地の投票所へ提出し、投票してください。

この証明書を提出していただくとスムーズに投票ができますので、事前に市民課戸籍住民グループ(市役所1階)へお問い合わせください(他の市町でも可)。

また、この証明書を持参しない場合でも、県内市町の選挙人名簿に登録されていることが確認できれば、投票することができますが、確認に時間を要する可能性がありますので、ご了承ください。

### 【県外へ転出した人は…】

選挙の投票日までに亀山市から県外の市町村へ転出した人は、選挙権がありません。

### 【市内で転居した人は…】

平成31年3月12日以降に市内で転居した人は、前住所地の投票所で投票してください。

## 2. 投票所入場券は郵送します

投票所入場券は、各世帯へ郵送します。投票所入場券は封筒1枚に6人までの分が同封してあり、世帯が6人を超えると別封筒になるので、注意してください。

家族の投票所入場券を間違えて持参しないよう、投票に出掛ける前に、投票場所と氏名を確かめてください。

投票所入場券が届かなかったり、記載事項に誤りがあったりしたときは、亀山市選挙管理委員会へご連絡ください。

## 3. 投票に行くときは投票所入場券を忘れずに

あなたの投票所は、投票所入場券に印字されています。指定された投票所以外では、投票できません。

### 【投票日には次のことに注意しましょう】

▷投票時間は午前7時から午後8時までです。

▷投票に行くときは、投票所入場券を必ず持参してください。もし忘れたときや紛失したときは、投票所の係員に申し出てください。

▷投票所内に掲示されている各候補者の氏名等をよく確認し、投票用紙(三重県知事選挙は白色、三重県議会議員選挙はピンク色)には候補者1人の氏名をはっきりと書きましょう。

▷目の不自由な人、字を書くことができない人、身体に障がいのある人は係員に申し出てください。点字投票、代理投票の制度により投票することができます。係員は秘密を守ります。

## 4. 選挙公報の配布

選挙公報は、新聞折り込みによる配布のほか、市の各施設にも備えます。候補者を選ぶときの参考にしてください。また、ご希望があれば郵送しますので、ご連絡ください。

## 5. 当日都合の悪い人は期日前投票・不在者投票を

投票日当日、やむを得ない事情で投票できない人のために、期日前投票・不在者投票(以下「期日前投票等」)の制度があります。期日前投票等をする人で、投票所入場券がすでに手元に届いている場合は、投票所入場券裏面の宣誓書欄に必要事項を記入の上、持参してください。

なお、今回は、三重県知事選挙と三重県議会議員選挙の2種類の投票があり、それぞれ期日前投票・不在者投票の開始時期が異なります。

### 期日前投票等の期間

▷三重県知事選挙 3月22日(金)～4月6日(土)

▷三重県議会議員選挙 3月30日(土)～4月6日(土)

※いずれも土・日曜日でも投票できます。

**時間** 午前8時30分～午後8時

### ところ

▷市役所1階小会議室

▷関支所1階

### 6. 病院や老人ホームでも投票できます

不在者投票が行える施設として指定された病院や老人ホームなどに入院(所)している人は、その施設で不在者投票ができます。

指定病院(施設)であるかなどの詳しい内容は、入院(所)先の施設にお問い合わせください。

### 7. 重度障がい・要介護5の人は郵便投票を

身体に重度の障がいがある人(障がいの程度等により資格がない場合があります)や介護保険制度で要介護5の認定を受けている人は、郵便による不在者投票をすることができます。

この制度を利用する人は、あらかじめ亀山市選挙管理委員会から「郵便等投票証明書」の交付を受け、投票日の4日前(亀山市選挙管理委員会必着)までに、この

証明書を添えて投票用紙の請求をしてください。

投票は必ず郵便で行う必要がありますので、手続きをする人は、事前に亀山市選挙管理委員会へお問い合わせください。

### 8. 開票は亀山西小学校体育館で

開票は、投票日当日の午後9時15分から亀山西小学校体育館で行います。

なお、開票所では市内の有権者であればどなたでも参観できますが、混乱が予想される場合は、入場制限をすることがありますのでご了承ください。

また、選挙の開票状況は、ケーブルテレビ(デジタル123ch)、市ホームページで、午後10時30分頃から速報をお知らせする予定です。

## 投票所一覧表

投票区	投票所名	投票区の区域(自治会区域)	投票区	投票所名	投票区の区域(自治会区域)
1	城北地区 コミュニティセンター	住山町 羽若町 亀田町 アイリス町	14	みずきが丘集会所	田村町(名越は除く) 長明寺町 太森町 みずきが丘
2	北東地区 コミュニティセンター	椿世町 新椿世 北町 北山町 東台町 渋倉町 栄町 東野タウン	15	能褒野町公民館	能褒野町 田村町(名越)
3	本町地区 コミュニティセンター	本町1~4 高塚町 上野町 小下町	16	川崎地区 コミュニティセンター	川崎町
4	亀山市役所	東町 江ヶ室 中屋敷町 東丸町 本丸町 西丸町 西町 若山町 南崎町 御幸町 東御幸町 市ヶ坂町 万町	17	辺法寺営農組合集会所	辺法寺町
			18	野登地区 コミュニティセンター	両尾町
			19	池山公民館	安坂山町
			20	小川生活改善センター	小川町
5	野村地区 コミュニティセンター	野村 野村団地 南野町 北野町	21	白川地区南 コミュニティセンター	白木町
6	東部地区 コミュニティセンター	阿野田町 二本松 南鹿島町 北鹿島町 管内町	22	落針公民館	布気町
7	天神町公民館	天神 中村 和賀町	23	神辺保育園(※)	太岡寺町 小野町 木下町 山下町 虹ヶ丘団地
8	南部地区 コミュニティセンター	安知本町 田茂町 楠平尾町	24	関文化交流センター	新所 中町 木崎 泉ヶ丘 富士ハイツ 小野
9	昼生地区 コミュニティセンター	三寺町 中庄町 下庄町(神向谷)	25	関町北部 ふれあい交流センター	会下 鷲山 あけぼの台 白木一色
10	下庄集会所	下庄町(神向谷は除く)	26	鈴鹿馬子倶会館	市瀬 沓掛 坂下
11	井田川地区南 コミュニティセンター	和田町 和田団地 井尻町 川合町川合	27	林業総合センター	加太神武 加太板屋 加太北在家 加太中在家
12	井田川小学校	井田川町 みどり町 川合町東	28	市場公民館	加太市場 加太向井 加太梶ヶ坂
13	みずほ台幼稚園	みずほ台 ひとみが丘 山田 新道 メープル川合	29	関南部地区 コミュニティセンター	萩原 福德 古厩 久我 関ヶ丘 金場 越川

※第23投票区の投票所は、今回に限り、「神辺地区コミュニティセンター」から「神辺保育園」に変更となりますので、ご注意ください。

**選挙は、民主政治の基本であり、私たちの意思を政治に反映させる大切な機会です。**  
**棄権をせずに、よく候補者を選んで、あなたの貴重な一票を投票してください。**

**問合せ先** 亀山市選挙管理委員会事務局 (☎84-5017)

※「引き続き三重県の区域内に住所を有する旨の証明書」については、市民課戸籍住民グループ(☎84-5004)

# お知らせします 工事監査結果

「関の山車会館地域交流施設新築工事」の工事監査を、平成30年10月11日に行いました。

その結果を、平成31年1月28日に市長と議会へ報告しましたので、概要をお知らせします。

亀山市監査委員 渡部 満  
同 新 秀 隆  
同 国 分 純



問合せ先 監査委員事務局監査グループ(☎84-5051)

## 監査対象工事の概要

所管部課	生活文化部文化スポーツ課	工事場所	亀山市関町中町 地内
工事名	関の山車会館地域交流施設新築工事		
工事内容	江戸時代より関宿で遺されている山車(亀山市有形・無形民俗文化財)の保存・展示および祭囃子の伝承活動の拠点として、関の山車会館を整備するにあたり、地域交流施設(山車収蔵展示棟)を新築する。 敷地面積: 658.58㎡ 建ぺい率: 45.45% 建築面積: 309.12㎡ 主要用途: 博物館 延床面積: 299.27㎡ 建築工事: 木造、平屋建		
契約方法	一般競争入札	契約金額	105,840,000円
請負業者	白川建設(株)		
設計業者	(株)都市環境設計三重事務所	監理業者	(株)都市環境設計三重事務所
工期	平成30年3月30日～平成30年10月31日		
工事進捗率	40%(平成30年10月11日時点)		

※この監査は、特に高度な専門知識と経験が必要なことから、(公社)大阪技術振興協会に技術士の派遣を求めて、所定の監査資料に基づき、所管課の職員および関係者から説明を聴取するとともに、関係書類の検査および工事現場の実査により行った。

## 1 監査の結果

技術士による調査結果をふまえ、工事関係書類および現場の施行状況は、いずれもおおむね適正であると判断した。

しかしながら、工期は平成30年10月31日までであるにも関わらず、監査当日(平成30年10月11日)の進捗率は40%であり、工期の延長がなされていない。工期の延長については速やかに手続きを行い、新たな工期の変更契約を締結されたい。

## 2 技術士による調査結果(抜粋)

### (1) 総括所見

プロジェクト全般については、設計監理・施工管理の手続き上に大きな問題はなかった。監理・監督業務に多少の工夫・改善の事項はあるが、総括的にはおおむね良好であった。

### 【工夫・改善が望まれる点】

- ①工事発注者は、設計図書(設計内訳書を含む)を成果品として受領する際には、設計者に対して、成果品間の整合性が担保されていることを確認し、書面で残して受領することが望まれる。

- ②工期の見直しについては、現在手続き中であるとのことであったが、速やかに手続きを行い、新たな工期を工事関係者に周知する必要がある。
- ③照査確認予定表が作成されていることは、工事監督上、有効なツールである。ただし、その予定表を使って関係書類が提出された際には、日付を記入することで進捗状況の確認をすることが望まれる。
- ④工事発注者、設計監理者および施工者が最初に顔を合わせる第1回全体打ち合わせには、現場代理人とともに現場代理人の上司(工事契約者)も出席させることが肝要である。この会合で、施工者に対して工事発注者からは工事への要望事項や問題点などについて、また設計監理者からは設計のコンセプトを明確に施工者に伝達することで、プロジェクトを順調に進行させることができる。
- ⑤工事契約約款では、瑕疵期間が1年と定められているので、竣工1年後には、定期検査を瑕疵期間の終了する境目の検査として実施することが望まれる。

## (2)書類監査

### ア. 設計

- 設計委託業者および監理委託業者の選定手続きについては、適切に執行されていた。
- 設計時に採用した基準類は適正で、設計図書作成に関して不具合はなかった。

### イ. 積算

- 採用している積算基準や歩掛りの運用は適正で、算出根拠は明確であった。

### ウ. 入札・契約

- 工事施工何から工事請負契約までの手続きは、公正かつ適正に行われていた。

### エ. 監理・監督

- 監理者業務日報は、工事発注者である亀山市に提出されていたが、多くのページが白紙状態であり、作成そのものが目的化しているように感じられた。月報についても同様で、後で確認しても進捗状況がよく分からない状態であった。

### オ. 施工管理

- マニフェストについては、工事完了毎にA票・E票ともに確認しておくことが肝要である。

### カ. 工事記録写真

- 工事記録写真については、撮影の日付を入れた白板に被写体の内容を記述しておくことが肝要である。

### キ. 品質管理

- 完成後に確認できない部分については、中間(工程)検査として確認を実施し、写真に記録したり、測定可能な部分については測定し、記録に残すことが肝要である。

- 機械設備などについては未着工であり、中間(工程)検査については十分間に合うので、実施されることが望ましい。

### ク. 工程管理

- 当該工事は、排水工事先行のため、当初の工程から大きな変更がなされているにもかかわらず、工程変更の手続きが完了していない状況である。早急に、工程を作成し、工事関係者へ周知徹底する必要がある。
- 設備工事の工程についても、建築工事の工程に合わせて予め組み込むことを推奨する。現状では、資材の調達に関しても不備はないとのことであるが、計画性をもって取り組まれることが必要である。
- 施工業者から市に提出されていた月報は、県が使用している様式をそのまま使用しているということであり、その作成・提出を受注者側に指示されているが、記載内容を再確認の上、作成する目的を明確にして、必要でない判断されたら廃止も含めて検討されることを提案する。
- 定例会の議事録の中で、市側から夏休みの保安体制につき報告するよう指示があったが、その後どうなったのか確認できなかった。非常に重要なことなので、その結果については、早急に提示できるようにすべきである。

### ケ. 安全衛生管理

- 作業日報を現場で確認したが、現場代理人の押印がなかったため、その内容が確認されているという証拠がない。確認後は、必ず押印されることを習慣付けられたい。

### コ. 維持管理

- 竣工に伴って提出される引継ぎ書類は、工事発注者検査日の前日までに提出させて、内容点検の上、訂正や不足している資料を整え、竣工日の前日には、引継ぎ書類綴りを成果品として提出させることが肝要である。
- 諸事情により、竣工日に施工が完了しないものや提出できないものについては、未済工事リストを作成させ、完了予定日を記述したものを提出させる必要がある。

## (3)現場施行状況監査

- 狭隘な現場であり、明確に安全通路を確保することは困難であるので、場内の整理整頓を徹底することが肝要である。
- 危険予知活動の記録簿に担当者の押印あるいはサインがなかった。提出先は現場代理人なので、提出する前に押印することが必要であり、現場代理人も押印がないものを受領することのないようにされたい。



# 市展

2月2日(土)～2月10日(日)に開催した第14回亀山市美術展(市展)には、日本画、洋画、写真、書、彫刻・工芸の5部門に107点の出品がありました。

各賞に輝いた皆さんは次のとおりです(敬称略)。  
※雅号の人は( )内に本名を掲載しています。

問合せ先 文化スポーツ課文化共生グループ (☎96-1223)

## 市長賞 受賞作品



【日本画】「朝露」生駒清子



【写真】「泣かないで」伊藤隆



【書】「黄庭堅詩」竹田清章(聖子)



【彫刻・工芸】「Tsunagu」小倉一子



【洋画】「FACE・続」藤縄正博

## 各賞 受賞作品

賞名	日本画部門	洋画部門	写真部門	書部門	彫刻・工芸部門
議長賞	題名 初秋野メロディー	思い出	水中遊泳	雲竜風虎	絆Ⅱ
	氏名 東川廣子	原 君子	阿部充博	平田英也	小坂洋子
教育長賞	題名 美しい日本	大地と共生	そこに在るもの	百人一首	紅白の粘土で『球体』遊び
	氏名 片岡松雄	松村弘志	宮崎理徳	堀田 花(厚子)	今井正寿
芸術文化協会 会長賞	題名 楠平尾笹百合里山	陽炎	田植えを待つ	与謝野晶子の歌	とおくとおく
	氏名 駒田嘉代子	澤田清隆	普賢坊主(山崎一博)	安藤佑珠	山田風雅
岡田文化 財団賞	題名 もったいない	氷河	眠りの桜	空海詩	加太里山風景
	氏名 今田雪峰(ゆき奈)	中西 勝	森崎 進	櫻井花菫(禎子)	伊藤登美子
奨励賞	題名 棕	夜景	無病息災	憚格詩	孫の親衛隊
	氏名 日當優子	田口眞佐子	西村幸子	畑中花影(優美)	西川るみ子



林 千華選手(ゼッケン5番)



前田選手、松浦選手



川畑選手



中田選手



第12回 美し国三重市町対抗駅伝

## 亀山市代表チーム

過去最高順位 **総合5位入賞!**

2月17日(日)に、「第12回 美し国三重市町対抗駅伝」(津市から伊勢市までの10区間、42.195kmを一本のたすきでつなぐ)が開催されました。

県内29市町が出場するなか亀山市代表チームの選手たちは、沿道の熱い声援を受けながら力いっぱい走り抜き、過去最高順位の総合5位入賞を果たしました。

また、第1区間の林 千華選手(小学生女子)が区間を一番で走り抜け区間賞を獲得し、さらには駅伝競技後にあつた1,500m友好レース(小学生女子)に出場した林 千華選手が優勝するなど、選手たちはそれぞれにすばらしい走りを見せてくれました。



林 千華選手



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.33

しょうどう  
「成道 - 釈迦八相像 -」平成27(2015)年制作

薬師寺西塔に、お釈迦様の生涯を8つの場面で表した「釈迦八相」のうち、後半の4場面が安置されています。悪魔の妨害を退けて、お釈迦様が菩提樹の下で悟りを得る「成道」は、中でも大迫力の場面です。現在も前半の4場面を制作中の中村晋也は今年93歳。「彫刻でお釈迦様や弟子たちの生き生きとしたお姿を具現化したい。お釈迦様が『もういいよ』と言われるまで、彫刻人生を全うすべく精進を続けたい」と、今日もアトリエで制作を続けています。



3.1m(高さ)×4.7m(幅)×1.5m(奥行き)  
(奈良薬師寺西塔)

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>)

# かめやま教育通信

第24回



地域で活躍するひとづくりのために!

## 「市民大学(仮称)」いよいよ開講!

### 「市民大学(仮称)」とは?

「市民大学(仮称)」は、亀山市生涯学習計画に基づき、市民の皆さんに専門的な学習機会を提供することで、「地域社会で活躍する」、「地域に根付いた仕事を始める」、「地域の中で生き生きと暮らす」、「市民としての誇りを持つ」、「自ら地域課題解決に取り組む」そんな人を育んでいくための新しい学びの場です。

※「亀山市生涯学習計画」基本目標(「学び」)の成果が生かされ、一人ひとりが輝く亀山市)に基づく

なんかおもしろそう。みんなに教えよう!



地元のためになにかできることはないかな?

### 「市民大学(仮称)」の内容は?

地域の課題・魅力を知り、あなたの力を地域に生かす方法を見つけ、また、地域のために実際に生かす学びです!

例えば...

- 亀山の歴史文化の魅力を発信する!
- 亀山での暮らしを楽しむ!
- 地域の空き家の使い道を考える!
- 地域の伝統文化を守る!
- 地域の自然環境を守り生かす!
- 新しい地域ブランドを創り出す!
- 地域の特性を生かして創業する!
- 新しい地域製品の創出者に!
- 地域での起業者に!
- 地域活動に取り組む称号を授与します!

平成31年度  
プログラム

- ① 亀山市の歴史文化の魅力を発信しよう! 「まちの歴史人養成講座」
- ② 亀山市での暮らしを楽しもう! 「まちのくらし人養成講座」
- ③ 亀山市の自然を守り生かそう! 「森と水の守り人養成講座」
- ④ まちの特性、まちの中であなたのスキルを生かしてお金を稼ぐ方法を身につけよう! 「まちの起業人養成講座」

※「市民大学(仮称)」の講座内容、応募方法など詳しくは、広報かめやま4月1日号とあわせて配布する、「平成31年度亀山市講座募集のお知らせ」をご覧ください。

### 「市民大学(仮称)」プレ・イベント!

とき 3月10日(日) 午後2時30分~5時  
ところ あいあい2階大会議室

申込は不要 参加費無料

**第1部 基調講演「あなたの学びが亀山市を創る」**  
講師 滋賀大学社会連携研究センター教授・博士(学術) 横山幸司さん  
内容 「学び」を通して地域づくりを行う大切さについて

**第2部 意見交流会「みんなが活躍! まちの学び」**  
講師 鈴鹿大学国際人間科学部准教授 高見啓一さん & (株)鈴りん探偵舎の皆さん  
内容 地域づくりを行う大切さ、楽しさについて共有し、みんなで意見を交換しましょう!

(株)鈴りん探偵舎とは、鈴鹿大学の高見ゼミナールが中心となって、学生たちと運営する若い人に注目される製品づくりや、腹を抱えて笑えるようなイベントを考える大学発のベンチャーです。

問合せ先 教育委員会生涯学習課社会教育グループ(☎84-5057)

# 忘れてない？ サイフにスマホに 火の確認

防火ポスター優秀賞  
亀山東小学校6年  
林 里音さんの作品

この作品をA2判のポスターにして、  
市内事業所などに配布します。



## 春の火災予防運動を 3月1日(金)～7日(金) 実施します

問合せ 消防本部予防課予防グループ(☎82-9492)

平成29年中の日本の総出火件数は39,373件。そのうち建物火災は21,365件で、1日当たり約60件も発生しています。  
この時季は、風が強く空気が乾燥するため、火災が発生しやすい気象条件となります。皆さんの家庭でも火の元を再点検し、火災予防に努めましょう。

### 主な建物火災の出火原因(全国)

出典：総務省「平成29年(1月～12月)における火災の状況」



こんろ たばこ 放火 ストーブ 配線器具

火災のタネは常に身近なところにあります。火から目を離さない、寝たばこをしないなど、直接的な火ダネに対する注意はもちろん、電気ストーブが原因の火災、配線器具のショートなど、電気による熱が原因の火災にも注意が必要です。

放火については、疑いのあるものを含めると年間5,000件以上もあり、燃えやすいものを家の周りに置かないなどの対策が必要です。

### ★住宅防火指導の実施

みどり町の一部のお宅を消防職員(消防活動服を着用、消防手帳を携帯)が訪問し、防火に関する相談、火気使用器具などの点検指導を行います。訪問日時などは自治会を通して案内します。

### ★小規模飲食店を訪問します

平成28年12月発生の新潟県糸魚川市の火災を踏まえ、消防法施行令が改正され、これまで設置義務のなかった150㎡未満の小規模な飲食店でも、平成31年10月から消火器の設置が義務化されます。対象となる小規模飲食店に消防職員が順番に訪問し、消火器の設置案内を行います。

### ★スプレー缶の廃棄方法にご注意！

平成30年12月に北海道札幌市で発生したスプレー缶に起因する爆発火災では50人以上が負傷するなどの被害が発生しました。スプレー缶やカセットボンベなどの廃棄方法には十分に注意してください。スプレー缶を廃棄するときは、使い切った後、屋外などの風通しのよいところで穴を開けてください。その際は、周囲への飛散にも十分注意してください。

### ★平成30年の亀山市の火災概要

平成30年の火災は27件で、前年に比べ2件増加しました。  
建物火災のなかには、火災警報器が有効に作動したため火災を早期に発見でき、大事に至らなかった事例も確認しています。

項目		29年	30年	増減
火災件数(件)	建物(住宅)	6(4)	5(3)	-1(-1)
	林野	0	0	0
	車両	7	7	0
	その他	12	15	+3
	合計	25	27	+2
死傷者(人)	焼死	0	0	0
	負傷	3	1	2

### × 平成31年度 少年消防クラブ員を募集します！

少年消防クラブは、放水体験、ロープの結び方、煙体験、応急手当の方法、消火器の取り扱い、防災キャンプなどの体験を通じて、消防・防災に関する知識を身に付け、将来の地域防災を担う子どもたちを育成しています。

**応募資格** 市内に在住する小学4年生～小学6年生(新年度)

**募集人数** 25人(先着順)

**申込期間** 3月1日(金)～29日(金)

**申込方法** 申込用紙を記入の上、消防本部予防課へお申し込みください。

※活動内容など詳しくは、消防本部ホームページをご覧ください。消防本部予防課へお問い合わせください。



# 気付いてください! こころのサイン



3月は「自殺対策強化月間」です

こころの病気は誰にでも起こります。  
「頑張らなければ!」「自分がやらなければ!」と思って無理をしすぎると、  
こころにも体にもどんどん負担がかかり、日常生活に支障が出てくることもあります。  
こころの不調を感じたら、1人で悩まず専門機関などに相談しましょう。

問合せ 長寿健康課健康づくりグループ(あいあい ☎84-3316)

## 『こころの体温計』でこころの状態をチェックしましょう

市では、ストレスや落ち込み度をチェックできる『こころの体温計』を市ホームページに掲載しています。  
このシステムには、次の5つのモードがあります。気になるモードでチェックすると、結果に応じて相談先を紹介しています。この機会に、自分のこころの状態を確認し、早めのこころのケアを心掛けましょう。

**こころの体温計 (本人モード) ストレス度・落ち込み度のチェックができます**

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問11問に回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

**ねこ 社会的なストレス**  
**黒金魚 対人関係のストレス**  
**水の透明度 落ち込み度**  
**石 その他のストレス**

**水槽のヒビ 住環境のストレス**  
**赤金魚 自分自身のストレス**

**【赤金魚】自分の病気などのストレス**  
※レベルが上がる毎にウガがしていきま  
**【水の透明度】落ち込み度**  
※レベルが上がる毎に水が濁っていきま

結果画面 (例)

### 【利用方法】

パソコン、携帯電話、スマートフォンからご利用できます。

亀山市 こころの体温計

- 携帯電話、スマートフォンからは、次の2次元コードからもご利用できます。  
(外部サイトへアクセスします)



**赤ちゃんママモード**

産後はイライラしたり、憂鬱になったり、情緒不安定になりがちです。赤ちゃんお母さんの心の健康状態をチェックできます。

**家族モード**

大切な方の心の健康状態をご家族や、身近にいる方でチェックします。家族の方、周りの方の心の健康状態が気になる方におすすめます。

**アルコールチェックモード**

自らの飲酒について振り返ってみませんか? ご家族や身近にいる方がチェックできる家族モードもあります。

**ストレス対処タイプテスト**

ストレスにどう対処するかが心の健康を保つのに大切になっています。心身ともに健康な毎日を送るヒントにしてみませんか?

※このチェックは、医学的診断をするものではありません。  
※「こころの体温計」は無料で利用できますが、サイト接続時に通信料がかかります。

### 専門相談窓口の紹介 ※一部のみ紹介

- こころの健康相談【隔月1回(予約制)】 (県鈴鹿保健所 ☎059-382-8673)  
午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日は除く)
- こころの傾聴テレフォン (三重県こころの健康センター ☎059-223-5237、☎059-223-5238)  
午前10時～午後4時(土・日曜日、祝日は除く)

※そのほかの相談窓口について、三重県こころの健康センターホームページで紹介しています。

URL <http://www.pref.mie.lg.jp/kokoroc/hp/>

三重県こころの健康センター



市では、各種市民団体が参画する亀山里山公園みちくさ管理運営協議会と協同して、「里山塾」を実施しています。

「里山塾」では、里山公園内に生息する動植物を見て・触れてもらうことで、季節による移り変わりなどを体感し、楽しみながら自然環境への興味を深めてもらいたいと考えています。

どなたでも参加できますので、ぜひお申し込みください。



見て、触れて、体感して、自然を学ぶ

「里山塾2019」  
塾生を募集します!

講座内容

※1 講座 2時間程度

4月21日(日) 午前10時～

講座名 開講式  
内容 里山塾の開講

講座名 美しい花ってなぜ咲くの?～花ってどんな形があるのかな?～葉っぱってどんな形があるのかな?～  
内容 里山公園に咲く春のさまざまな花を観察したり、葉っぱで図鑑を作るよ。



ところ 亀山里山公園「みちくさ」

5月19日(日) 午前10時30分～

講座名 池干し体験  
内容 里山公園で、在来種を守るための池干し体験をするよ。  
※9月には、池干し後の生き物の変化を観察します。  
ところ 亀山里山公園「みちくさ」



6月23日(日) 午前10時～

講座名 虫の観察会～里山公園にはどんな虫がいるのかな?～  
内容 里山公園の虫を観察するよ。  
※雨天時は内容を変更する場合があります。  
ところ 亀山里山公園「みちくさ」  
※雨天時は、あいあい



7月6日(土) 午後7時～

講座名 里山公園の夜の虫を観察してみよう  
内容 ライトトラップ(灯火採集)で、普段見ることのできない夜の里山公園を観察するよ。  
※雨天時は中止  
※小学生以下は保護者同伴  
ところ 亀山里山公園「みちくさ」

7月28日(日) 午前10時～

講座名 里山公園から外に出てみよう～鈴鹿川にはどんな生き物がいるのだろうか?～  
内容 里山公園を飛び出して、鈴鹿川を探検するよ。  
※小学生以下は保護者同伴  
ところ 鈴鹿川(亀山橋付近)  
※雨天時は、亀山里山公園「みちくさ」



9月8日(日) 午前10時～

講座名 植物はすべての生き物を支えているんだよ～食物連鎖や光合成って何だろう?～  
内容 植物は、なぜ生き物にとって大切なのかを知ってみよう。  
講座名 池干し体験の後はどうなったのかな?  
内容 5月の池干し体験の後、在来種はどうなったのかな?観察してみよう。

ところ 亀山里山公園「みちくさ」

9月29日(日) ①午前10時～ ②午後1時～

講座名  
①いろいろな生き物がいることが大切だよ  
②新聞づくり  
内容  
①生物多様性の大切さや絶滅危惧種の保護について考えよう。  
②里山塾の取り組みをまとめよう。

ところ 亀山里山公園「みちくさ」



募集要項

定員 30人(先着順)  
参加費 無料(参加者には教材を配布します)  
申込開始日 3月5日(火)  
申込方法 住所、氏名(小学生以下は保護者の氏名も記入)、年齢、電話番号を明記の上、郵送、ファクス、Eメール、または電話でお申し込みください。

申込・  
問合せ

環境課環境創造グループ  
(亀山里山公園みちくさ管理運営協議会事務局)  
〒519-0166 布気町442(総合環境センター内)  
☎96-8095、FAX 82-4435  
✉ kankyo@city.kameyama.mie.jp

三幸・スポーツマックス共同事業体

## 平成31年度 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  
4月から開催するスポーツ・健康教室の案内です。  
教室内容など詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。

初心者の方もお気軽に  
ご参加ください!



### 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
テニス教室(初心者クラス)	火曜日	10	午前	庭球場	18歳以上の人	10人	5,000円
テニス教室(中級者クラス)	火曜日	10	午前	庭球場	18歳以上の人	10人	5,000円
わいわい! ニュースポーツ	水曜日	15	午前	体育館	18歳以上の人	20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	5,000円
太極拳	木曜日	15	午後	体育館	18歳以上の人	50人	5,000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	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20人	7,000円
はじめてのピラティス	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20人	7,000円
大人のチアダンス	火曜日	18	夜間	会議室	18歳以上の女性	15人	8,000円
体幹エクササイズ	水曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	7,000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
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~小学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
幼児短期水泳教室	月曜日	12	午後	プール	3歳~未就学児	15人	13,200円
	金曜日	12				15人	13,200円
キッズ短期水泳教室	月曜日	12	午後	プール	5歳~小学生低学年	15人	13,200円
	金曜日	12				15人	13,200円
ジュニア短期水泳教室	月曜日	12	午後	プール	小学1年生~小学6年生	15人	13,200円
	金曜日	12				15人	13,200円
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
アクアビクス ~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。

**申込開始日** 3月4日(月)

**その他** 詳しい日程表は申込時にお渡します。また、教室によっては、最少催行人数を設定しています。

◎教室に参加するには、スポーツ保険への加入が必要です。スポーツ保険は年度末(2020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)

★ **もよおし**

**元気丸カフェ**

長寿健康課高齢者支援グループ  
(あいあい ☎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。

と き 3月19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

※事前の申し込みは不要

※認知症に関する個別相談も実施

**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 3月22日(金)

午前10時～午後3時

※正午～午後1時は除く

※受付は午後2時30分まで

ところ

市役所西庁舎1階第4会議室  
※年金請求者以外の方が代理で相談する場合は、本人の委任状(様式は日本年金機構ホームページ [URL] <http://www.nenkin.go.jp/> からダウンロード可)が必要



**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**

**伊賀の里 歴史ウォーキング**



JR関西本線の利用促進と沿線の魅力を知ってもらうためのウォークイベントを開催(小雨決行)。

と き 4月7日(日)

午前10時30分～午後1時(集合は午前10時20分)

※中止の場合は、当日午前7時に決定しますので、上野商工会議所へお問い合わせください。

集合場所 JR伊賀上野駅前

内容 JR伊賀上野駅前、開化寺、赤井家住宅、伊賀上野城、俳聖殿の順で約7.5kmを歩きます。コース途中で飲み物の配布、かたやきや豚汁のふるまいがあります。また、伊賀上野城への入館料が無料になります。

※小学生以下は保護者同伴

問合せ 伊賀市交通政策課(☎0595-22-9663)  
上野商工会議所(☎0595-21-0527)

伊賀市広聴情報課(☎0595-22-9636)

**甲賀市**

**第22回あいの土山斎王群行**

**～ロマンあふれる平安絵巻の世界～**



平安時代、天皇が即位するごとに皇女が名代として京の都から伊勢神宮に送られた行列「斎王群行」を再現。

旧東海道を、総勢約70人が雅な平安衣装を身にまとい厳かに群行します。

ロマンあふれる平安絵巻の世界をお楽しみください。

と き 3月24日(日)

午後0時15分～3時50分

ところ 甲賀市立大野小学校～垂水斎王頓宮跡

アクセス 新名神高速道路「甲賀土山IC」から国道1号を大津方面へ約2.5km

問合せ あいの土山斎王群行実行委員会事務局・あいの土山文化ホール(月曜日休館)  
(☎0748-66-1602)

甲賀市秘書広報課(☎0748-69-2101)

### かめやまレクスボ チュックボール大会

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

弾力のあるゴム製ネットに、ボールをシュートし合うゲームです。攻撃や守備の際に、妨害行為が認められないので、誰でも楽しめます。

とき 3月24日(日)

午後1時～5時

ところ 野登小学校体育館

チーム編成 1チーム6人

※6人未満でも参加できます。

参加費 一般(1人)400円

市レク会員(1人)300円

※いずれもスポーツ保険料含む  
※当日、会場でお支払いください。

持ち物など 体育館シューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込期限 3月18日(月)

申込方法 参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号、チーム名(6人以上の場合)を明記の上、亀山市レクリエーション協会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。

### 第18回鈴鹿川流域の環境展

鈴鹿川流域の環境展実行委員会  
(NPO法人市民ネットワークすずかのぶどう ☎059-387-0767)

とき 3月16日(土)、17日(日)

※いずれも午前10時～午後3時

ところ

鈴鹿ハンター2階大催事場  
(鈴鹿市算所二丁目5-1)

内容 鈴鹿川の生き物展示や丸太切り体験、エコ工作など

入場料 無料

その他 亀山市環境活動ポイント制度(AKP)事業のポイント付与対象イベントです。

後援 三重県、鈴鹿市、亀山市

女性は、ライフステージごとに、特有の悩みを持ったり、健康づくりへの取り組み方が変わったりします。そのため、家庭、地域、職場、学校などのさまざまな場で、女性の健康づくりを総合的に支援することが求められています。

この週間を機に、健康づくりの輪を広げていきましょう。



### お知らせ

#### 3月1日～8日は「女性の健康週間」です

長寿健康課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

「女性の健康週間」は、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごすために、総合的に支援することを目的にしています。

#### 麻しん・風しん(MR)の 予防接種を受けましょう

長寿健康課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

麻しん・風しんは感染力が強く、人から人へ感染する病気です。

予防接種対象の人は、忘れずに受けてください。

#### 平成30年度の対象者

第1期 (1回目)	1歳～2歳未満
第2期 (2回目)	平成24年4月2日～ 平成25年4月1日生まれの人 接種期限:平成31年3月31日

接種方法 県内の各医療機関へ予約してください。

※県外で接種する場合は、長寿健康課健康づくりグループへご連絡ください。

接種料金 無料

持ち物 母子健康手帳、予診票、健康保険証、外国人は在留カード(特別永住者証明書でも可)

※予診票をお持ちでない場合は、母子健康手帳を持参の上、健康づくりグループへお越しください。

※詳しくは、個人通知や出生届時にお渡しした「赤ちゃんすくすく」の予防接種の案内をご覧ください。

### 3月2日(土)からいよいよ開始!

#### JR関西本線(南四日市駅-亀山駅間)で ICカード乗車券「TOICA」が利用できます!

産業振興課商工業・地域交通グループ (☎84-5049)



JR関西本線(南四日市駅-亀山駅間)でTOICAが利用できるようになり、JR関西本線(名古屋駅-亀山駅間)の利便性が向上します。

※TOICAは、亀山駅からJR紀勢本線やJR関西本線(亀山駅-加茂駅間)などのエリア外への乗り越しはできません。エリア内とエリア外をまたがる乗車の際は、あらかじめ全乗車区間のきっぷをお買い求めください。

※TOICAが利用できる各駅では、全国相互利用対象の交通系ICカード乗車券も利用できます。

【詳しい問合せ】 JR東海テレフォンセンター(午前6時～深夜0時)  
(☎050-3772-3910、音声ガイダンスに沿って「2」を選択)

## ごみ収集カレンダーを配布します

環境課廃棄物対策グループ  
 (総合環境センター ☎82-8081)



平成31(2019)年度のごみ収集カレンダーを、広報かめやま3月1日号とあわせて、自治会加入世帯に1部ずつ配布します。

また、外国語版(ポルトガル語、スペイン語、中国語、英語)のごみ収集カレンダーも、3月20日(水)から、次の窓口に備えますのでご利用ください。

## ごみ収集カレンダー配布場所

市役所受付、関支所(地域サービスグループ)、あいあい(福祉総務グループ)、総合環境センター

## 4月1日から民間事業者が刈り草コンポスト化センターの運営を開始します

環境課廃棄物対策グループ  
 (総合環境センター ☎82-8081)

刈り草コンポスト化センター(関町新所)は、丸盛有限会社が運営することになります。

これにより、4月1日(月)以降の刈り草の処理料金などが変更になります。

**受付時間** 月曜日～土曜日

▷午前9時～正午

▷午後1時～4時30分

※日曜日、ゴールデンウィーク、お盆、年末年始などは休み

## 処理料金

搬入量10kgにつき150円

※家庭ごみ・事業ごみを問わず、すべて処理料金が必要になります。  
 ※これまでと同様に、処理料金の免除を受ける場合は、総合環境センターへ搬入してください。

## コンポスト(堆肥)の無料配布

これまでどおり、無料配布を実施します。

※現在は在庫がなく休止中です。  
 配布の再開は、広報かめやまなどでお知らせします。



## 市立医療センターだより

市立医療センター(☎83-0990)



### 3月第2木曜日は「世界腎臓デー」です

腎臓は、体を正常な状態に保つための大切な臓器の一つです。

腎臓の機能低下が続いている状態が「慢性腎臓病(CKD)」です。日本では成人の8人に1人がCKDと推定され、新たな国民病と言われています。CKDは、軽症のうちには自覚症状がほとんどなく、気付かないまま重症化して腎不全に進行すれば、人工透析や腎移植が必要になり、日常生活に多大な影響を及ぼします。

CKDを重症化させないためには、早期発見、早期治療が大切です!

CKDの発症には、食べ過ぎ、飲み過ぎ、運動不足などの生活習慣が大きく影響しています。CKDは自覚症状がないまま進行するため、ほとんどの人は自分がCKDであることを知りません。

1年に1度は健康診断を受け、生活習慣を見直すことが大切です。

### 【CKDの診断基準(CKD診療ガイド2012 日本腎臓学会)】

次の状態のいずれかまたは両方が3カ月以上続くと診断されます。

#### ①腎障害がある

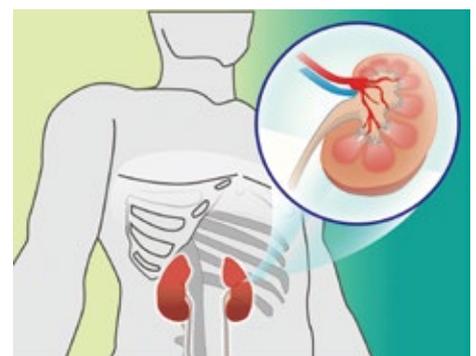
- ・蛋白尿や血尿がある
- ・画像診断で異常がみられる など

#### ②eGFR(推算糸球体濾過量)が60ml/分/1.73m<sup>2</sup>未満

※eGFR…腎臓がどのくらい老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示す

### 腎臓の働き

- 尿をつくり、老廃物や余分な水分を体外に排出する
- ナトリウム、カリウム、リン、カルシウムのバランスを調整する
- 赤血球の生産に必要なホルモンや、骨を丈夫にするビタミンをつくる



### ごみサク(ごみ分別辞典)の公開

環境課廃棄物対策グループ  
(総合環境センター ☎82-8081)

パソコンやスマートフォンから、ごみの分け方・出し方を簡単に調べることができる「ごみ分別辞典」を、市ホームページ(環境課廃棄物対策グループのページ)で公開し始めました。

使用するには、キーワード検索欄に、検索したいごみの品目を入力してください。または、50音順で検索することもできます。



### 一般競争入札による市有財産の売払

財務課契約管財グループ  
(☎84-5025)

一般競争入札により市有地を売却します。入札に参加される人は、お申し込みください。

#### 売却物件

所在地: 関町新所1839-1ほか2筆
登記地目:雑種地
土地面積:計372.59㎡
最低売却価格:4,905,240円

**参加資格** 市内に住所を有する個人または事務所を有する法人  
※市税等に滞納がないことなどの条件あり

**申込期間** 3月1日(金)~14日(木)  
(土・日曜日は除く)

**申込方法** 申込書に必要事項を記入の上、財務課契約管財グループへお申し込みください。

※申込書は、市ホームページ(契約管財グループのページ)からもダウンロードできます。

### 入札・開札

**とき** 3月27日(水) 午後3時30分~  
**ところ** 市役所西庁舎3階第7会議室  
※一般競争入札について詳しくは、市ホームページをご覧くださいか、契約管財グループへお問い合わせください。

### 各種検診・教室

#### 助産師による授乳相談

長寿健康課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

「母乳だけで育てられるか心配」、「卒乳の方法を聞きたい」、「妊娠中のおっぱいのケア方法を知りたい」など、授乳に関する相談に助産師がお応えします。

**とき** 3月18日(月)

①午前10時~  
②午前10時30分~  
③午前11時~  
※①②③のいずれかで、相談時間は1組20分程度

**ところ** あいあい1階集団指導室

**内容** 授乳に関する相談

**対象者** 市内に住所を有する妊婦または産婦

**定員** 3組(先着順)

**参加費** 無料

**持ち物** 母子健康手帳

**申込開始日** 3月5日(火)

**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。

### 市営住宅の入居者を募集します

住宅名	階数 (床面積)	家賃(月額)	住所
鹿島住宅 G-6号	3階建ての2階 (64.99㎡)	18,300円~ 35,900円	北鹿島町 9番202号
羽若住宅 J-9号	3階建ての2階 (66.04㎡)	21,800円~ 42,800円	羽若町 493番地1
(若山住宅) 202号	2階建ての2階 (49.68㎡)	11,900円~ 23,500円	若山町 1番8-202号
若山住宅 203号	2階建ての2階 (49.68㎡)	11,900円~ 23,500円	若山町 1番8-203号
(川合住宅) 101号	2階建ての1階 (49.68㎡)	11,600円~ 22,700円	川合町 543番地

※家賃は、入居する人の収入月額などで変動します。

※表記の家賃は平成30年度のものであり、平成31年度の家賃は多少増減することがあります。

※上記住宅は世帯員が2人以上の世帯に限ります。

※( )の住宅は、高齢者世帯、障がい者世帯、母子世帯などの優先入居住宅です。

**受付期間** 3月13日(水)~22日(金)

**受付場所** 都市整備課住まい推進グループ

※入居資格や申し込みに必要な書類の説明をします。受付期間に限らず、都市整備課住まい推進グループへお問い合わせください。

※応募のなかった住宅は、抽選日(日時は未定)の翌日から先着順に申し込みを受け付けます。

**入居時期** 5月下旬(予定)

**問合せ先** 都市整備課住まい推進グループ(☎84-5038)

## Let's! コグトレ 4カ月集中トレーニング ～認知症を予防する教室～

長寿健康課高齢者支援グループ  
 (あいあい ☎84-3312)

運動と認知トレーニングを組み合わせた「コグニサイズ」を中心に、自宅でも取り組める体操を行います。仲間づくりや生きがいづくりの機会として、取り組んでみませんか？

とき 4月10日～7月31日  
 毎週水曜日 午後1時30分～3時  
 (5月1日は除く全16回)

ところ プレミアムDayRinRin  
 (両尾町2182-1)

### 主な内容

- ▷コグニサイズ
- ▷目標設定・評価、体力測定など
- ▷参加者同士の交流
- ※開催日により内容が異なります  
 (レッドコード[スリングエクササイズ]、マシントレーニングを実施する日があります)。

対象者 すべてに該当する人  
 ▷市内に住所を有する65歳以上の人  
 ▷4カ月間(週1回)継続して教室に参加できて、自宅でも課題を実施できる人

定員 15人(先着順)  
 ※申込時に簡単な聞き取りなどを行います。

参加費 無料  
 持ち物など 飲み物、タオル、室内用シューズ、動きやすい服装  
 申込期限 3月28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。



## 水中ウォーキング体験会

関B & G海洋センター  
 (☎96-1010)

陸と違った水の抵抗や水圧を利用して、楽しく歩きます。初めての人も、お気軽にご参加ください。

とき 3月14日(木)、28日(木)  
 ▷第1部…午前10時～11時  
 ▷第2部…午後1時～2時

ところ 関B & G海洋センター  
 対象者 18歳以上の人  
 定員 各回30人(先着順)  
 参加費 各回400円  
 (スポーツ保険料含む)

持ち物 水着、タオル、キャップ  
 申込開始日 3月3日(日)

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。



## メタボリック解消セミナー

関B & G海洋センター  
 (☎96-1010)

体組成測定器を使って、体脂肪量、筋肉量、骨量などを計測します。自身の体の状態を把握し、効率の良い運動法を学びませんか？

とき 3月22日(金)  
 ▷第1部…午前10時～11時30分  
 ▷第2部…午後1時～2時30分

ところ 関B & G海洋センター  
 対象者 18歳以上の人

定員 各回20人(先着順)  
 参加費 各回500円

申込開始日 3月3日(日)  
 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。  
 ※申込時(受付時間は午前9時～午後5時)に測定を行います。

## 歴史博物館だより(3月)

歴史博物館(☎83-3000)



### <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

※土・日曜日は小・中学生は無料

※第3日曜日(家庭の日)は無料



### <企画展示室>

#### 「昔の道具」を展示します！

とき 3月10日(日)まで

内容 小学3年生の「昔の道具」の授業に合わせてちょっと昔の道具を展示しています。

企画展示観覧料 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) お願いします  
 休館日 毎週火曜日、25日(月)～29日(金)  
 (館内整理のため)

### 亀山公園で ノルディックウォーキング!

(公財) 亀山市地域社会振興会  
(☎82-7111)

関節への負担が少なく、誰でも簡単に全身運動が可能なノルディックウォーキングで、桜を楽しみながら亀山公園を散策しましょう。

初めての人も、道具の使い方から、講師が丁寧に指導します。

と き 4月4日(木)  
午後1時30分～

※雨天時は翌日5日(金)に順延

ところ 亀山公園芝生広場

定員 30人程度(先着順)

参加費 無料

持ち物など 飲み物、歩きやすい靴、動きやすい服装

※専用のポールは貸出します。

申込方法 (公財) 亀山市地域社会

振興会へ電話でお申し込みください。



## 図書館だより(3月)

市立図書館 (☎82-0542)  
関図書館 (☎96-1036)



### おはなし会

3月2日(土) 午後2時～ 市立図書館(児童室)

3月13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

3月2日(土) 午後3時～ 市立図書館(児童室)

### 子どもアニメ上映会

3月6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

3月20日(水) 午後3時～ 関文化交流センター(和室)

### お子さんが泣いても大丈夫!「赤ちゃんタイム」

3月28日(木) 午前10時～ 市立図書館(児童室)

### テレホン童話(☎83-0874) [3分間の創作童話]

3月1日～15日 ウサギのすずちゃん空をとぶ(山口真知)

3月16日～31日 おならロケット(内藤雅代)

休館日 市立図書館…毎週火曜日、22日(金)

関図書館…毎週月曜日、22日(金)

少しずつ春らしい陽気を感じられるようになった今日この頃。暖かい日差しが心地良くなかで、読書に耽るのも良いかもしれません。また、まもなく迎える新年度に向けて、新たな本を読み始めてみませんか?



## 図書館の本棚から

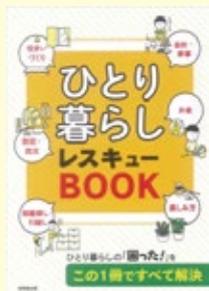


『琴乃木山荘の不思議事件簿』

大倉崇裕 / 著

山と溪谷社(2018年7月刊)

琴乃木山荘の巨大な看板が一晩で消えてしまった。見つかったのは山荘の正面にそびえる竜頭岳の山頂。誰が、どうやって、何のために? 山と山小屋を舞台に起こる不思議な物語。



『ひとり暮らし レスキューBOOK』

成美堂出版編集部 / 編

成美堂出版(2018年2月刊)

ひとり暮らし初心者の「困った!」を解決。住まい選びから、家事のコツ、防犯・防災マニュアルまで、新しい暮らしを始めるために必要な項目をまとめて紹介する。

### ～新着だより～

#### 小説

- 早朝始発の殺風景 / 青崎有吾
- そして旅にいる / 加藤千恵
- 幽霊開放区 / 赤川次郎
- 曙に咲く / 蜂谷 涼
- ショートショートクリニック / 田丸雅智

#### 児童

- うみべの文庫 / 堀米 薫
- ねこのつけしっぽ / 吉田 愛
- ぜったいにさわっちゃダメ? / ビル・コッター
- 金の鳥 / 八百板洋子
- 少女は森からやってきた / 小手鞠るい

#### その他

- 新版 続日本史モノ事典
- 科学史ひらめき図鑑 / スペースタイム
- 水の教科書 / 藤田 紘一郎
- はじめての台湾料理 / 星野奈々子
- 現代演劇大全

ほか 241 冊

## ベビーヨガ体験&公園さんぽ

(公財) 亀山市地域社会振興会  
(☎82-7111)

普段と別の視点から子どもと接することで、愛情を深められます。子育て中のお母さん同士の交流の機会としてもご参加ください。

と き 3月20日(水)

午前10時～11時

ところ 青少年研修センター和室、  
亀山公園

講師 ヨガインストラクター  
中沢レイさん

定員 10組程度(先着順)

参加費 無料

持ち物など ヨガマットなど敷物、  
歩きやすい靴、動きやすい服装

申込方法 (公財) 亀山市地域社会  
振興会へ電話でお申し込みくだ  
さい。

## 大人の健康塾 指先を使って認知症予防 ～折り紙～

亀山在宅介護支援センター  
(☎83-5920)

と き 3月8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 亀山老人保健施設  
池田 充さん

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

※事前の申し込みは不要

## 亀山学校 ～介護保険について～

亀山在宅介護支援センター  
(☎83-5920)

と き 3月14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 社会福祉士 川戸友紀さん

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

※事前の申し込みは不要

持ち物 筆記用具

## 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 3月の毎週木曜日(3月  
7日、14日、21日、28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

### 介護相談員を募集します

鈴鹿亀山地区広域連合介護保険課  
(☎059-369-3205)

活動内容は、鈴鹿市・亀山市内の  
介護施設等を訪問し、利用者から、  
介護サービスの疑問や不安、介護  
施設等の職員に直接言いにくいこ  
となどを聞き、事業所に伝えます。

また、活動状況を鈴鹿亀山地区  
広域連合へ報告して意見交換を行  
い、事業所に介護相談員の気づき  
や提案を伝えます。

募集人数 1人

応募要件 次のすべてに該当する人

▷高齢者福祉に対して情熱と理解  
のある人

▷業務として介護サービス事業に  
従事していない人

▷鈴鹿市または亀山市に居住して  
いる人

▷月のうち5日～10日程度、介護  
施設等を訪問できる人

▷介護相談活動に際し、独力で自  
家用車などにより移動可能な人

▷パソコン操作(文書作成、メール  
送受信など)ができる人

▷大阪府内で行われる介護相談  
員養成研修(6月11日(火)～14日  
(金)、8月21日(水))に全日程参  
加できる人(研修に関する費用は  
鈴鹿亀山地区広域連合が負担)

任 期 平成31(2019)年4月～  
2021年3月(予定)

報 酬 活動ごとに規定の額を支  
払います。

選考方法 書類審査(一次選考)、  
面接(二次選考・4月中旬を予定)

応募方法 事前に電話連絡の上、  
次の書類を鈴鹿亀山地区広域連  
合(〒513-0801 鈴鹿市神戸一  
丁目18-18 鈴鹿市役所西館3  
階)へ持参してください。

▷履歴書(市販のものを利用)

▷応募の動機(800字程度で記入、  
様式は自由)

書類提出期間 3月28日(木)まで

CATV



My Town KAMEYAMA

3月1日(金)～7日(木)

●ウイークリーかもやま

●かもやま情報BOX

「地域の情報をお届けします!  
～市民記者・市民アナウンサー～」

●エンドコーナー

「関認定こども園アスレ②」

3月8日(金)～14日(木)

●ウイークリーかもやま

●エンドコーナー

「関認定こども園アスレ③」

※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。

### 亀山児童センター 平成31年度クラブ員の募集

亀山児童センター(☎82-9460)

#### はんどめいどクラブ

活動日時 毎月第3日曜日  
午前10時～正午

内容 手芸や調理

対象者 小学4年生～6年生の児童  
(新[平成31]年度)

定員 20人(先着順)

材料費 年間2,500円程度

#### 将棋クラブ

活動日時 毎月第4土曜日  
午前10時～11時

内容 講師に指し手を教わり、  
将棋大会を年2回実施

対象者 小・中学生(新[平成31]年度)

定員 20人(先着順)

#### 共通事項

会費 無料

申込期間 3月12日(火)～23日(土)

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

### 三重県私費留学生・医療看護系 奨学金受給者の募集

(公財)三重県国際交流財団  
(☎059-223-5006)

三重県では、国際感覚と視野に富んだ人材を育成するため、成績、人物ともに優秀な人に奨学金を給付します。

#### 私費海外留学生

応募資格 私費で海外の大学等に留学する人で、平成31年4月1日時点で1年以上継続して三重県に住所を有する人など

#### 給付額

年間120万円上限(5人以内)

※学校間協定は年間84万円上限

#### 外国人留学生

応募資格 私費留学で県内の大学または高等専門学校に通う外国人留学生

#### 給付額

年間60万円上限(5人以内)

#### 医療看護系外国人学生

応募資格 県内医師・看護師養成機関等に通う外国人学生

#### 給付額

年間60万円上限(3人以内)

#### 共通事項

募集期間 3月4日(月)～4月19日(金)午後5時(必着)

※給付条件、申込方法など詳しくは、(公財)三重県国際交流財団ホームページでご確認ください。

URL <http://www.mief.or.jp>

### ENJOYスポーツかめ亀クラブ 平成31年度の会員募集

ENJOYスポーツかめ亀クラブ  
(宮坂 ☎090-9121-9409)

会員約120人のクラブで、皆さんそれぞれの活動に取り組んでいます。健康のために、楽しく体を動かしませんか?

受付日時 3月16日(土)、17日(日)

※いずれも午後1時～3時

受付場所 市民協働センター「みらい」2階第1会議室

#### 対象者

市内に在住または在勤する人

種目(教室) ヨガ、ニュースポーツ(テニポン、ファミリーバドミントン、ラグビーバレー)、ポールウォーク、健康体操、エンジョイグラウンド・ゴルフなど

参加費 クラブ会費(スポーツ保険料含む)、各教室の参加費

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、クラブ会費などを添えて受付場所でお申し込みください。

※教室内容、参加費など詳しくは、募集チラシをご覧ください。

※募集チラシと申込書は、文化スポーツ課スポーツ推進グループ(関支所)、西野公園体育館、東野公園体育館、市民協働センター「みらい」に設置しています。

## 平成31年交通事故発生状況

(1月末時点・亀山署管内)

人身事故	死亡者	負傷者	物損事故
18件(+14)	2人(+2)	22人(+18)	116件(-20)

※( )内は前年同期比の増減数

### ～運転免許の自主返納のすすめ～

「最近、目が見えにくい」、「事故を起こさないか不安だ」など、ご自身の運転に不安を感じたり、家族に運転が心配と言われたりしたら、運転免許の返納をお考えください!

運転免許の自主返納は、住所地を管轄する警察署または運転免許センターでできます。

返納した運転免許証の代わりに身分証明書として使用可能な運転経歴証明書を発行することができます(有効期限内に運転免許証を返納した場合に限り発行ができ、発行には1,100円の手数料が必要)。

運転免許の自主返納や運転経歴証明書の発行は、本人の委任状等があれば、代理人として家族や知人でも申請することができます。※詳しくは、亀山警察署へお問い合わせいただくか、三重県ホームページ(「返納サポートみえ」で検索)でご確認ください。



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。

## 日本一小さい文化際 多くの短歌・俳句を展示

とき 3月1日(金)～17日(日)  
午前9時～午後4時

ところ 亀山梅林うぐいすの森  
(布気町・道野公民館南側)

入場料 大人200円

※3月10日(日)には「児童と短歌会」を開催します。保護者と一緒にお越しください。

問合せ先 かめやま市子ども短歌会  
(伊藤 ☎080-2668-4679)

## みつまたの森ウォーキング

亀山市の北部には全国でも珍しいミツマタの花の群生地帯が広がります。現地ガイド付きで、早春のウォーキングを楽しみませんか？

※小雨決行・荒天中止

開催日・コース

①3月17日(日)、23日(土)、24日(日)  
…天空の森 みつまたツアー  
(約6km・往復約2時間)

②3月31日(日)…みつまた群生の森コース(約9km・往復約3時間)

### 共通事項

集合時間 午前9時30分

集合場所 石水溪野外研修施設

定員 ①各回50人、②25人

※いずれも先着順

参加費 1,000円(弁当付き)

※当日、受付でお支払いください。

持ち物など 歩きやすい靴、動きやすい服装

申込方法 ホームページの応募フォームからお申し込みください。

みつまたの森ウォーキング

問合せ先 みつまたの森ウォーキング実行委員会(伊藤 ☎090-8550-8318)

## 「らくらくピアノ」体験会

楽譜が読めない人やピアノが初めての人でも楽しんでもらえる「らくらくピアノ」の体験会です。手ぶらで気軽にご参加ください。※市内の各地区でメンバーを随時募集しています。

とき・ところ

▷3月18日(月)午後2時～3時  
…井田川地区北コミュニティセンター

▷3月19日(火)午前10時～11時  
…野村地区コミュニティセンター

参加費 無料

申込方法 参加希望日の前日まで  
に電話でお申し込みください。

申込・問合せ先 らくらくピアノ亀山  
(曾和 ☎090-7436-4335)

## ボーイスカウト隊員の募集

4月からのボーイスカウト新入隊員を募集します。仲間たちと自然の中で遊びながら、さまざまなことを身に付けて、より良き社会人を目指す活動を行っています。

対象者 4月に小学1年生～4年生になる人

おもしろ体験会を開催!

とき 3月24日(日)  
午後1時～2時30分

ところ あいあいの芝生広場  
(足湯の西隣)

※雨天時はあいあい2階研修室

申込・問合せ先 日本ボーイスカウト亀山第4団(柴田 ☎090-3443-3525)

## 自然薯栽培オーナーの募集

亀山の特産品でもあり、加太の自然環境に適した自然薯を育ててみませんか？自然の中で土と親しみ、作る喜び、育てる喜び、収穫する喜び、友と語る喜びを体感しましょう(今年で9回目)。私たちむかごの会は、「みえの安心食材」の認定を受けて、自然薯を栽培しています。

※植え付け、収穫以外の管理は、むかごの会が行います。

とき

▷4月7日(日)…自然薯種の植え付け  
▷11月10日(日)…収穫祭(食事付き)

※いずれも小雨決行

ところ

加太向井自然薯栽培圃場

募集区画 60区画(先着順)

参加費 1区画5,500円(4本植え付け、収穫時に持ち帰り)

申込期限 3月31日(日)

申込・問合せ先 鹿伏兎山脈グループ  
自然薯むかごの会(松本 ☎98-0559または☎090-5002-8288)

## 笑顔でいられる居場所をつくろう 放課後児童クラブ

### 日の本クラブ支援員補助の募集

笑顔いっぱい子どもたちがお待ちしています。子ども好きな人や少しでも関心がある人など、お気軽にお問い合わせください。

※職場を見学することもできます。

勤務時間 月曜日～土曜日の午後2時～7時の間で2時間程度

※週1日からの勤務も可

勤務場所 ①川合町300  
②能褒野町89-1  
③東町一丁目5-3  
④若山町7-10

※④は学校が長期休業期間中のみ  
賃金 時間給900円～1,200円

申込・問合せ先 放課後児童クラブ  
日の本クラブ井田川(橋本 ☎83-5490)

## 3月の納期

(納期限・口座振替日)

4月1日(月)

国民健康保険税 第9期  
後期高齢者医療保険料 第9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。

# かめやまのホットな話題をお届け! TOPICS



## 1/26・27 北勢名物 亀山市

東町・本町通りなどで、北勢名物「亀山市」が開催されました。この大市は、旧正月用品の謝恩売り出しから始まったとされ、100年以上の歴史がある市内最大の冬の名物行事です。通りには、出店や市民団体によるブース等が立ち並び、家族連れなどの多くの人でにぎわいました。



## 2/9~ 東海道のおひなさま 亀山宿・関宿 ※3月3日(日)まで開催

旧東海道の亀山宿と関宿の町家や商店に、おひなさまなどが飾られる、「東海道のおひなさま 亀山宿・関宿」が開催されています(2月9日には足湯交流施設でオープニングセレモニーを開催)。長い年月大切に受け継がれ時代を感じさせるひな人形、かわいらしいひな飾りなどが、訪れる人たちを楽しませています。

## 2/9 環境講演会

環境に興味を持つきっかけにしてみたら、環境講演会を亀山市社会福祉センターで開催しました。亀山市総合環境研究センター長・三重大学人文学部教授 朴恵淑さんなどが、亀山市で実践してきた環境政策の取組事例や、生物多様性を踏まえた豊かな環境づくりなどについて講演されました。参加した市民など約100人は、環境問題や生物多様性について考える良い機会になりました。



## 2/10 第65回 亀山市駅伝競走大会

歴史博物館から関文化交流センターまでの22.6km(7区間)を結ぶ、「第65回亀山市駅伝競走大会」が開催されました。35チーム約250人の選手が力走し、たすきをつなぎました。かめ(一般の部)、みどり町連合自治会A(自治会の部)、(株)ジェイテクトA(事業所の部)が、各部門の優勝に輝きました。



## 2/16 第14回 亀山市植樹祭

緑豊かな環境づくりと市民の緑化意識の向上を目的に、亀山東小学校南側の陰涼寺山で、「第14回亀山市植樹祭」を開催しました。植樹祭には、亀山東小学校6年生など約90人が参加し、卒業記念としてソメイヨシノ10本とヒラドツツジ100本を一本ずつ丁寧に植樹していきました。



## 2/17 重要伝統的建造物群保存地区で 地域住民と協力しての消防訓練

関町新所地区の「なかよし公園」で、住民の生命や財産、また貴重な文化財などを火災から守ることを目的に消防訓練を実施し、消防職員、消防団員、自治会の方々など約100人が参加しました。消防職員と消防団員による放水訓練のほか、地域住民を対象に消火栓の取り扱い説明、鈴鹿生コンクリート販売協同組合の協力によるミキサー車での簡易水槽への給水訓練が行われました。

まちの話題に  
ズームアップ

## 平成30年度 明るい選挙啓発ポスターコンクール

中央審査「公益財団法人明るい選挙推進協会会長・都道府県選挙管理委員会連合会会長賞」受賞

亀山中学校(3年生) 廣森稀良さん

コンクールは、明るい選挙を実現するためのポスターを描くことで、将来の有権者である児童生徒に、選挙や政治への関心を持ってもらうために、公益財団法人明るい選挙推進協会と都道府県選挙管理委員会連合会が共催しています。

廣森稀良さんの作品は、県審査で特選、中央審査(全国)で会長賞を受賞しました。



## 広報かめやまが 広報コンクールで入選しました!

県と市町でつくる三重県広報協会による広報コンクール(平成30年度)で、広報かめやまが広報紙・写真部門(組み写真)で入選しました。

入選作品は、広報かめやま8月1日号の「関宿祇園夏まつり」を見開き2ページにわたり写真で紹介したものです。

これからも、市民の皆さんに『伝わる!』『分かりやすい!』広報活動に取り組んでいきます。



## 市民記者が行く!!

# かめやま見てある記

### 長賢寺の「お汁」



管内町にある長賢寺では、創建以来530年にわたり「お汁」と言う行事が行われています。

一年を締めくくる法要(総会)に、檀家さんたちに振舞われる食事会です。



お汁そのものは、大根の味噌汁です。昔は、村の有力者や住職が、大根やお米、お酒などを提供して行われていた

とのことですが、現在では農家有志の方が大根を持ち寄っています。

準備についても、以前は寺の年番さんが持ち回りで行っていたとのことですが、存続の危機を経て、現在は有志の方で行われています。

前日より、口径52cmもある大きな釜で、8cmほ

どの太い大根20本くらいを5cm幅に切りそろえ、味噌仕立てで9時間煮る冷ますを繰り返していました。そして、夜は味がしみるように寝かし、次の朝も行事が始まるまで煮込んでいました。また、並行して5升もの大量のかしわ飯(鶏飯)の炊き込みも行っていました。

法要が行われた後、本堂には机が並べられ、大根汁やお酒、かしわ飯が配られ、住職や檀家の皆さんでワイワイガヤガヤ歓談し、お汁を楽しんでいました。

50年ほど前の、馬場のぼるさんの絵本「きつねの森の山男」に、煮込んだ大根を振舞う話があります。このような行事は、ほかの地域でも行われているのかもしれないね。



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 智浩さん

母 ひとみさん

(天神三丁目)

太田

凛杏 凛桜

ちゃん(右) 平成30年6月10日生まれ  
ちゃん(左) 平成27年2月9日生まれ



父 義朗さん

母 めぐみさん

(みどり町)

平形

理人 奏人

くん(右) 平成24年3月11日生まれ  
くん(左) 平成27年12月10日生まれ

いつも笑顔を見せてくれてありがとうネ!

2人仲良く、すくすく元気に育ってね!

市の人口 2月1日時点 ●総人口 49,539人 (前月比-103) ●男 24,879人 (前月比-32) ●女 24,660人 (前月比-71) ●世帯数 21,235世帯 (前月比-96)