# 暮らしの情報BOX

## お知らせ

### 【大型連休に関するお知らせ①】市内コミュニティバス・乗合タクシーの運行日

**産業振興課商工業・地域交通グループ（☎84－5049）**

４月末からの大型連休は、市内コミュニティバス、乗合タクシー（かめやまのりあいタクシー　のりかめさん）を次のとおり運行します。

**大型連休中の運行日**

▷さわやか号…４月27日（土）～５月６日（振休）
▷野登・白川地区自主運行バス、東部ルート、南部ルート、西部ルート…４月27日（土）
▷加太地区福祉バス…運行日なし
▷乗合タクシー…４月27日（土）

### 【大型連休に関するお知らせ②】し尿汲み取り業務などの休業日

**環境課廃棄物対策グループ（総合環境センター　☎82－8081）**

４月末からの大型連休は、一般家庭および事業所のし尿汲み取りや浄化槽清掃業務を次のとおり休業します。

し尿汲み取りや浄化槽清掃を依頼する場合は、お早めに担当業者へお問い合わせください。

**大型連休中の休業期間**

４月28日（日）～５月６日（振休）

**事業者連絡先**

▷亀山地区
（有）亀山野崎清掃社（☎82－0822）
（有）井田川清掃（☎82－2006）
（有）豊田衛生（☎82－1738）
▷関地区
（有）関清掃（☎96－0814）

### 【大型連休に関するお知らせ③】ごみ収集日のお知らせ

**環境課廃棄物対策グループ（総合環境センター　☎82－8081）**

４月末からの大型連休のごみ収集日は次のとおりです。なお、大型連休中のごみ収集は、「一般ごみ」のみになります。

詳しくは、ごみ収集カレンダーでご確認ください。

**大型連休中の「一般ごみ」収集日**

Ａ地区…４月29日（祝）、５月２日（休日）、５月６日（振休）
Ｂ地区…４月30日（休日）、５月３日（祝）

### 都市計画変更案の縦覧

**都市整備課都市計画グループ（☎84－5046）**

亀山都市計画第一種市街地再開発事業などの変更案を次のとおり縦覧します。

変更案に意見がある市内に住所を有する人または利害関係者は、縦覧期間内に意見書を提出してください。

**縦覧期間**
４月15日（月）～５月７日（火）

**縦覧場所**　都市整備課都市計画グループ（市役所２階）

**対　象**　亀山都市計画第一種市街地再開発事業ほか１件

### 「都市鉱山からつくる！みんなのメダルプロジェクト」の終了

**環境課廃棄物対策グループ（総合環境センター　☎82－8081）**

使用済み小型家電から抽出したリサイクル金属で、東京2020オリンピック・パラリンピック用メダルを作成する「都市鉱山からつくる！みんなのメダルプロジェクト」（主催：（公財）東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会）に亀山市も参加していましたが、本プロジェクトは平成31年３月で終了になりました。

期間中の使用済み小型家電の回収量は約38トンになり、全量リサイクルさせていただきました。ご協力ありがとうございました。

なお、本プロジェクトは終了しましたが、引き続き使用済み小型家電の回収・リサイクルは行いますので、今後ともご協力をお願いします。

※詳しい回収方法は、ごみ収集カレンダー15ページをご覧ください。

### 鈴鹿児童相談所の開設

**三重県児童相談センター鈴鹿児童相談所（☎059－382－9794）**

県では、増加する児童虐待相談に対応するため、亀山市と鈴鹿市を管轄する「鈴鹿児童相談所」を４月に開設し、体制を強化しました。

**相談時間**
午前８時30分～午後５時15分
※土・日曜日、祝日は除く

**鈴鹿児童相談所**
鈴鹿市西条五丁目117
（県鈴鹿庁舎保健所棟１階）
☎059－382－9794
FAX059－382－9795

## あそびフェスタ in かめやま

**亀山市レクリエーション協会（☎090－8422－4909）**

ニュースポーツ（プラズマカー、ユニカール、チュックボールなど）、ストーンペインティング、手作り玉入れや輪投げゲームなどの“あそび”が盛りだくさん！子どもも大人も皆さんで楽しみましょう。

### ５月５日（祝）午前10時～午後３時 西野公園体育館

参加費　１人200円（傷害保険料含む）
※当日、会場でお支払いください。
※事前の申し込みは不要
持ち物など　飲み物、上履き、動きやすい服装

## 各種検診・教室

### あいあいトレーニング室 利用説明会

長寿健康課健康づくりグループ
（あいあい　☎84－3316）

**と　き**
▷５月８日（水）午後２時～３時
▷５月22日（水）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**　タオル、室内用トレーニングシューズ、動きやすい服装

**申込開始日**　４月17日（水）

**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。

**その他**　中学生以下の子ども同伴での利用はできません。

### あいあいトレーニング室 ミニ運動講座

長寿健康課健康づくりグループ
（あいあい　☎84－3316）

テレビを見ながら、簡単にできる運動のミニ講座を行います。

**と　き**
▷５月15日（水）午後２時30分～…自宅で簡単トレーニング①
▷５月29日（水）午後２時30分～…自宅で簡単トレーニング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

※事前の申し込みは不要

**持ち物など**　タオル、室内用トレーニングシューズ、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。

### パパ・ママ教室 パパになる準備できていますか？

長寿健康課健康づくりグループ
（あいあい　☎84－3316）

**と　き**　５月13日（月）午後１時30分～３時

**ところ**　あいあい１階集団指導室

**内　容**　沐浴（もくよく）実習、妊婦体験（妊婦シミュレーターの着用など）

**対象者**　市内に住所を有する妊婦とその夫

**定　員**　12組24人（先着順）

**参加費**　無料

**持ち物**　母子健康手帳、バスタオル２枚、フェイスタオル１枚、ビニール袋（ぬれたタオルを入れるため）、筆記用具

**申込開始日**　４月17日（水）

**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。

※申込時の簡単な質問にご協力ください。

## 空き店舗等への出店を支援します！

### 『空き店舗等活用支援事業補助金』を活用した出店募集！

**対象となる事業者（すべてに該当）**
- 空き店舗や空き家を改装して出店する個人や法人
- 亀山商工会議所からの推薦を受けたもの
- ２年以上継続して事業を実施する見込みがあるもの

**対象となる空き店舗等（すべてに該当）**
- 指定区域（亀山市立地適正化計画に位置付ける都市機能誘導区域）内にある店舗等
- 対象業種…小売業、飲食サービス業、生活関連サービス業、医療・福祉業など
- ６カ月以上、店舗や住居として使用していないこと
- 店舗面積が500㎡未満であること
- 週４日以上、かつ１日４時間以上営業すること
- 改装などは、市内業者で行うこと
- 2020年３月末までに工事が完了し、開業ができること

**対象となる経費**
▶内外装工事費
▶建物付属設備工事費
▶看板設置工事費

**補助金額**
対象となる経費の１/２の額以内（上限100万円）
※申請書の提出日時点で、補助金の交付対象者（法人の場合はその代表者）が女性および満35歳未満の場合は上限150万円

**募集期間**　４月17日（水）～５月31日（金）
※申請書は、産業振興課商工業・地域交通グループ（市役所２階）でお渡しします。また、市ホームページ（商工業・地域交通グループのページ）からもダウンロードできます。

**問合先**　産業振興課商工業・地域交通グループ（☎84－5049）

# 暮らしの情報BOX

## 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**　５月15日（水）
①午前10時～
②午前10時30分～
③午前11時～
※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
**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**　４月17日（水）
**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。

## こころの健康相談

**県鈴鹿保健所地域保健課**
**（☎059－382－8673）**

専門医が相談に応じます（予約制）。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

**と　き**　５月９日（木）
午後１時30分～３時30分
**ところ**　県鈴鹿庁舎保健所棟１階
**対象者**　こころに悩みを持つ本人またはその家族など
**相談料**　無料
**申込方法**　県鈴鹿保健所地域保健課へ電話でお申し込みください。

## 大人の健康塾 ～転倒予防のための軽運動～

**亀山在宅介護支援センター**
**（☎83－5920）**

**と　き**　５月７日（火）
午後１時30分～３時
**ところ**
野登地区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
※事前の申し込みは不要
**持ち物など**　飲み物、上履き、動きやすい服装

## 亀山学校 笑いヨガ ～笑いの効能～

**亀山在宅介護支援センター**
**（☎83－5920）**

**と　き**　５月９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**　三重ラフター（笑い）
講師　杉本郁子さん
**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
※事前の申し込みは不要
**持ち物**　筆記用具

### ●西野公園体育館（☎82－1144）

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

**個人使用デー**　5月13日（月）～17日（金）

### ●東野公園体育館（☎83－1888）

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

**個人使用デー**　5月20日（月）～24日（金）

### ●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。

＜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

## レッツゴー五つ星
### ～五つの健康（身体・頭・心・栄養・仲間づくり）で元気はつらつ！～

**亀山老人保健施設（☎83－5920）**

『五つ』の健康体操を、皆さんで楽しく行います。

**と　き**　５月の水曜日（５月８日、15日、22日、29日）
※いずれも午後１時30分～３時
**ところ**　亀山老人保健施設１階（羽若町645－14）
**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
※材料費などの実費は自己負担
※事前の申し込みは不要
※１回からでも参加できます。
**持ち物など**
上履き、動きやすい服装

## 認知症・介護予防体操教室
### ～希望をもって元気に生きる～

**野村きぼう苑（☎84－7888）**

ストレッチ、セラバンド（ゴム製のトレーニング用バンド）体操、スクエアステップを組み合わせ、楽しみながら筋力の衰えを食い止めましょう。

**と　き**　５月８日（水）
午後１時30分～３時
**ところ**
野村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
※事前の申し込みは不要
**持ち物など**
上履き、動きやすい服装
※セラバンドは主催者で用意

## うたごえ喫茶「きぼう」
### ～健康・長生きへの第一歩～

**野村きぼう苑（☎84－7888）**

うたごえは脳の活性化を促し、気持ちを高揚させます。お茶や会話を楽しみながら、ピアノ、ギターの伴奏に合わせて、懐かしい唱歌、歌謡曲、民謡などを皆さんで歌いましょう。

**と　き**　５月10日（金）、21日（火）、28日（火）
※いずれも午後１時30分～３時
**ところ**
野村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
※１回からでも参加できます。
**申込方法**　各開催日までに、野村きぼう苑へ電話でお申し込みください。

## 関健康学校
### ～鼻と耳のしくみと疾患～

**華旺寿（かおず）在宅介護支援センター（☎96－3131）**

鼻と耳のしくみと疾患について、詳しくお話ししていただきます。

**と　き**　５月16日（木）
午前10時～11時30分
**ところ**　老人福祉関センター２階
**講　師**　三井耳鼻咽喉科
院長　三井 泰さん
**対象者**
鼻や耳の疾患に関心のある人
**定　員**　40人程度（先着順）
**参加費**　無料
**申込期限**　５月15日（水）
**申込方法**　華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。または、老人福祉関センター受付で直接お申し込みください。

## 加太いきいき教室
### ～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**　５月21日（火）
午後１時30分～３時
**ところ**　林業総合センター
**内　容**　前半は介護予防体操、後半は講話やレクリエーションなど
**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
**持ち物など**　飲み物、タオル、上履き、動きやすい服装

## 年金だより
### 平成31年度の保険料は月額16,410円です

**市民課医療年金グループ（☎84－5005）、日本年金機構津年金事務所（☎059－228－9112）**

国民年金の保険料は、年度ごとに定められた保険料額に保険料改定率（名目賃金の変動割合をもとに計算）を掛けて計算します。また、平成31年度から産前産後期間の保険料免除制度が施行されることに伴い、保険料が前年度の月額16,340円から70円引き上げられています。

現金で納めている人には、日本年金機構から４月初旬に１年分の納付書を発送しましたので、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納付期限までに納めましょう。また、便利でお得な口座振替やクレジットカード納付もあります。

●日本年金機構ホームページ（URL http://www.nenkin.go.jp/）

# 暮らしの情報BOX

## 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**　５月の毎週火曜日
▷５月７日、21日…リラックス体操
▷５月14日、28日…アクティブ体操
※いずれも午前10時～11時30分
※１人につき月２回まで参加可
**ところ**　老人福祉関センター２階
**内　容**　前半は介護予防体操、後半は週によって講話やレクリエーションなど
**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
**持ち物など**　飲み物、タオル、動きやすい服装

## 募　集

### 社会福祉士（非常勤職員）の募集

**地域福祉課障がい者支援グループ（あいあい　☎84－3313）**

**募集人数**　１人
**業務内容**　障がい者のケースワークや障害者手帳の申請等の事務、窓口対応、パソコン入力など
**応募資格**　次のすべてに該当する人
▷社会福祉士の資格を有する人
▷普通自動車運転免許（AT限定可）取得者で、自ら運転して訪問などができる人
▷パソコン操作（システム入力、エクセル・ワードなど）ができる人
**勤務時間**　午前８時30分～午後５時15分（時間外勤務の場合あり）
**勤務日数**　年間240日以内（原則として土・日曜日、祝日は休み）
**勤務場所**　あいあい
**賃　金**　時間給1,250円
**通勤手当**
通勤距離区分に応じて支給
**社会保険など**　健康保険、厚生年金保険、雇用保険
**募集期限**　４月22日（月）
**応募方法**　地域福祉課障がい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。

## 青少年育成市民会議の代議員を募集します

**青少年育成市民会議事務局（教育委員会生涯学習課社会教育グループ内　☎84－5057）**

青少年育成市民会議は、次世代を担う青少年の健全な育成を図ることを目的にした組織です。

青少年健全育成活動にご協力いただける代議員を募集しますので、ぜひご応募ください。

**対象者**　市内在住で20歳以上の人
**募集期間**
４月17日（水）～５月10日（金）
**申込方法**　教育委員会生涯学習課社会教育グループに備え付けの申込書に必要事項を記入の上、直接お申し込みください。

## 街並みウォーク 路地裏探検ウォーキング＆ニュースポーツ参加者を募集！

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

**と　き**　５月26日（日）
午前９時～午後３時
**ところ**　神辺小学校周辺
**チーム編成**　１チーム２人～６人
※小学４年生以下は保護者同伴
**参加費**　一般…１人500円
市レク会員…１人400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**　昼食、飲み物、タオル、雨天時は雨具など
**募集期限**　５月19日（日）
**申込方法**　参加者全員の住所、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へファクスまたは郵送（〒519－0121　江ケ室一丁目1－19　小林茂）でお申し込みください。

## 平成31年 犯罪発生状況

**２月末時点・亀山署管内 刑法犯（窃盗、詐欺、傷害など）認知状況**

| 総　数 | 江ケ室交番 | 関交番 | 昼生駐在所 | 川崎駐在所 | 野登駐在所 |
|---|---|---|---|---|---|
| 30件（－17） | 15件（－10） | 8件（－4） | 3件（±0） | 4件（±0） | 0件（－3） |

※（　）内は前年同期比の増減数

**ルールを守って！インターネット利用**

入学や進級の時期にあわせて、新しく自分のスマートフォンや携帯電話を持つお子さんも多いと思います。
- 人の悪口は絶対に書き込まない
- 自分や家族、友人の個人情報を載せない
- フィルタリングを活用する

など、ご家庭でインターネットを利用するためのルールを確認しましょう。

**亀山地区防犯協会・亀山警察署（☎82－0110）**

# 市民 Information from citizen インフォメーション

※当事者間のトラブルについては、市は一切関与しません。

## 葛葉太鼓体験講習会 参加者を募集！

亀山市葛葉太鼓保存会では、郷土芸能として葛葉太鼓に親しみを持っていただくために、講習会を開催します。心に響き渡る鼓動をぜひ感じてください。誰でも参加できるので、お気軽にお越しください。

**と　き**　４月24日（水）
午後７時～
**ところ**　青少年研修センター集会場
**参加費**　無料
※事前の申し込みは不要
**問合先**　亀山市葛葉太鼓保存会
（大谷　☎82－0559）

## のぼの職人村まつり ～職人体験しませんか？～

大工、左官などの建築職人や、さまざまな業種の職人が集まる「のぼの職人村」。まつりでは、昔ながらの土壁を塗る体験イベントを開催！ほかにも、木工体験、焼きたてパン・淹れたてコーヒー・地場産いちごの販売などを予定しています。

**と　き**　４月28日（日）
午前10時～午後３時
**ところ**　のぼの職人村
（能褒野町25－23）
**問合先**　のぼの職人村
（西尾　☎96－8102）

のぼの職人村　検索

## 第７回 民話語りのつどい

ふるさとに伝わる民話を語り継ぐ集いを催します。今年は、仏さまが登場する民話を中心に語ります。どんな話が伝えられてきたのか、昔の人の思いに触れてみませんか？お気軽にお越しください。

**と　き**　５月11日（土）
午後１時～３時30分
**ところ**　亀山市社会福祉センター（亀山公園内）３階集会室
**参加費**　無料
※事前の申し込みは不要
**問合先**　亀山民話を語る会
（寺山　☎82－4031）

## 憲法カフェ 多文化共生へ ～ミャンマーの子どもたち支援活動から

ミャンマーの子どもたちを生活・学習支援している施設に学習用パソコンを送ったり、現地で食事づくりや日本文化の紹介をしたりする活動を行っている寺村さんに、ミャンマーの子どもたちの様子や活動内容をお話ししていただきます。

**と　き**　５月11日（土）
午後１時30分～３時30分
**ところ**　市民協働センター「みらい」
**講　師**　亀山ミャンマーの会
寺村眞一さん
**参加費**　200円（資料代など）
※当日、会場でお支払いください。
※事前の申し込みは不要
**問合先**　亀山九条の会
（川辺　☎090－8954－1526）

## ランチトーク＆教室 参加者募集

障がい者も働く喫茶室「ぽっカフェ」をあいあい１階で営業している「ぽっかぽかの会」。４月から、あいあいで開催するランチトークや教室の参加者を募集します。

### ランチトーク

**とき・内容**
①５月13日（月）…お母さんもお子さんも楽になるゆるふわなセルフケア
②６月10日（月）…障がい者雇用の現場・（株）ミルボン見学（伊賀市）
③７月８日（月）…親亡き後のことを考える（講師：障害者総合相談支援センター「あい」職員）
※いずれも午前10時～午後０時30分
**参加費**　各回1,000円
（昼食・飲み代含む）

### アート教室

**と　き**　毎月第３日曜日
午前10時～正午
**内　容**　写生、工作、絵手紙の作成など、テーマに沿った創作活動
**参加費**　各回1,000円（材料費含む）
※会員は各回500円

### お菓子・パン作り教室

**と　き**　毎月第３木曜日
午前10時～午後１時30分
**内　容**　障がいのある人（子）もない人（子）も一緒になってのお菓子・パン（手ごねが基本）作り
**参加費**　各回1,800円（材料費含む）
**問合先**　NPO法人ぽっかぽかの会
（浜野　☎090－4791－3801、FAX83－4956、✉y_hamano@kpa.biglobe.ne.jp）

NPO法人 ぽっかぽかの会　検索

## CATV マイタウン かめやま My Town KAMEYAMA

**４月19日（金）～25日（木）**
●ウイークリーかめやま
●特集
「平成31年度予算のポイント ～新時代幕開け予算～」
●エンドコーナー「市内の風景」

**４月26日（金）～５月２日（休日）**
●ウイークリーかめやま
●かめやま情報BOX
「がん検診のお知らせ」
●エンドコーナー「野登ルンビニ園①」

※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。