

★ **もよおし**

消防出初式

消防本部消防総務課
消防救急グループ(☎82-9496)

と き 1月5日(日)
午前10時～

※式外行事は午前11時30分頃から
と ころ 亀山西小学校

内 容 消防職団員による消防出初式を行います。

※体育館での式典終了後に式外行事として、グラウンドで消防職員によるはしご乗り、放水を実施します。



認知症カフェ(4カ所で開催)

長寿健康課高齢者支援グループ
(あいあい ☎84-3312)

認知症カフェは、認知症のことで心配のある人やその家族、地域住民、専門の職員などが気楽に集い、交流、情報交換、相談ができる場です。お茶を飲んだり、くつろいだり、「ゆっくりできる居場所」として、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

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

ほっとスペース

と き 1月16日(木)
午後1時30分～3時

と ころ 亀山老人保健施設

問合先 亀山在宅介護支援センター(☎83-5920)

元気丸カフェ

と き 1月21日(火)
午後1時30分～3時30分

と ころ あいあい1階

問合先 長寿健康課高齢者支援グループ(☎84-3312)

かめカフェ

と き 1月26日(日)
午前10時30分～11時30分

と ころ 亀寿苑デリアップセンター

問合先 亀寿苑在宅介護支援センター(☎84-1212)

よつばサロン

と き 2月7日(金)
午前10時～午後3時

と ころ 老人福祉関センター

問合先 華旺寿在宅介護支援センター(☎96-3131)

献血にご協力ください!

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

街頭献血では、血液の安全性や医療機関のニーズに応じた400ml献血をお願いしています。

と き 2月7日(金)

時間・ところ

▷午前9時30分～正午
…亀山市役所

▷午後2時～4時30分
…亀山商工会館(東御幸町39-8)

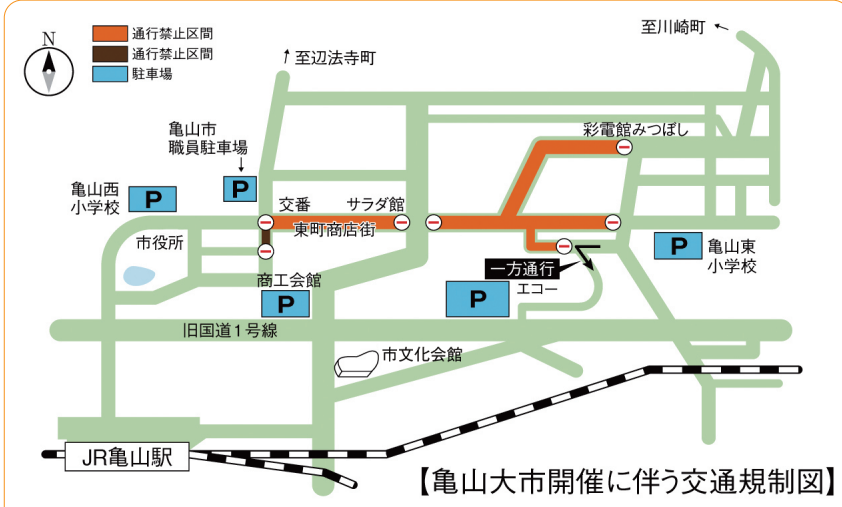
献血できる人 18歳(男性は17歳)～69歳の健康で、体重が50kg以上の人

※65歳以上の人や海外に渡航歴のある人、服薬中の人には献血できない場合があります。

1月25日(土)・26日(日)は「亀山大市」

北勢名物「亀山大市」が今年も開催されます！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。当日は、東町・本町通りなどで、各種イベントの開催や売り出しを行いますので、ぜひお越しください。

問合先 亀山大市実行委員会事務局(☎82-1331)



※市役所正面駐車場、市文化会館駐車場へは駐車しないでください。

車両通行禁止期間

- … 1月25日(土) 午前7時～午後6時
- 1月26日(日) 午前9時～午後6時
- … 1月25日(土)、26日(日) 午前9時～午後6時

※この規制は状況により変更する場合があります。

第15回亀山市美術展(市展)

文化スポーツ課文化共生グループ
(☎96-1223)

と き 2月10日(月)～16日(日)
午前10時～午後5時

※16日(日)は午後4時まで

ところ 市文化会館中央コミュニ
ティセンター

入場料 無料

展示作品 日本画、洋画、写真、書、
彫刻・工芸の5部門で、審査の結
果、入賞・入選した作品

公開審査

と き

▷ 2月1日(土)

日本画部門…午後2時～
写真部門…午後3時30分～

▷ 2月2日(日)

洋画部門…午前10時～
彫刻・工芸部門…午後1時～
書部門…午後3時～

審査会場 市文化会館中央コミュニ
ティセンター

特別講座

と き 2月15日(土)
午後1時30分～3時30分

ところ

市文化会館2階会議室

講座名

日本画(水墨・四季画)の体験講座

定員 20人程度(先着順)

参加費 無料

申込方法 文化スポーツ課文化共
生グループへ電話または直接お
申し込みください。

出張年金相談 予約による相談を開始します

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。

なお、令和2年1月から予約制
になります。相談日の1週間前ま
でに電話でお申し込みください。

と き 1月16日(木)

午前10時～午後3時

※正午～午後1時を除く

ところ

市役所西庁舎1階第4会議室

申込期限 1月9日(木)

申込方法 日本年金機構津年金
事務所へ電話でお申し込みく
ださい。

※年金請求者以外の方が代理で
相談する場合は、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

備えて安心! 防災コラム

大規模災害発生時の連絡手段について

問合先 防災安全課防災安全グループ(☎84-5035)



大規模災害発生時は、連絡手段として多くの人が電話を使うことで通信回線が混雑し、つながりにくい状態(輻輳)が、1日～数日間続くおそれがあります。警察や消防などへの緊急性の高い電話がつながりにくくなる場合がありますので、緊急性の低い電話は控えるようにお願いします。

安否確認やそのほかの連絡は、伝言の録音・再生をすることができる「災害用伝言ダイヤル(171)」(大規模災害時に開設)や、Eメール、LINEなどのデータ通信を利用した通話、「災害用伝言板」「災害用音声お届けサービス」(ともに大規模災害時に開設)などを活用しましょう。さまざまな手段がありますので、あらかじめ家族などでどの手段を使うのか話し合ったり、使い方を確認したりしましょう。

なお、「災害用伝言ダイヤル(171)」、「災害用伝言板」、「災害用音声お届けサービス」は体験期間がありますので、実際に使って大規模災害に備えましょう。

コラムで紹介した連絡手段について詳しくは、各ホームページをご覧ください。

災害用伝言ダイヤル (171)

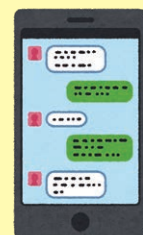
検索

災害用伝言板

検索

災害用音声お届けサービス

検索



※体験は無料ですが、一部パケット通信料のかかるものがあります。

※通信事業者が提供するサービスです。利用方法や体験期間など詳しくは、通信事業者ホームページをご覧ください。

「道の駅」関宿餅つきイベント

「道の駅」関宿(☎97-8200)

地域の皆さんとの交流を目的に、餅つき体験・振る舞い餅(1人2個まで)イベントを開催します。

とき 1月18日(土)

午前10時～

※お餅がなくなり次第終了

ところ 「道の駅」関宿

参加費 無料

申込方法 当日、会場でお申し込みください。



亀山市地域企業就職面接会

鈴鹿公共職業安定所
(ハローワーク鈴鹿)
(☎059-382-8609)

地元企業の人事・採用担当者による企業説明・面接会を開催します。

複数の企業から求人内容や事業内容について、話が直接聞けるチャンスです。就職・転職をお考えの人など、お気軽にご参加ください。

とき 1月24日(金)

午後1時30分～3時30分

ところ 市文化会館中央コミュニティセンター

参加企業 亀山市内に就職場所のある企業10社～14社程度(予定)

対象者 地元企業へ就職・転職を希望する人(正社員の求人が中心ですが、パートタイマーの求人もあります。詳しくは、お問い合わせください)

参加費 無料

※事前の申し込みは不要

持ち物 履歴書(できるだけご持参ください)、ハローワークカード

(未登録者は当日会場で求職申込書をご記入ください)または雇用保険受給資格者証(求職活動の実績になります)

その他 後日、正式面接に至った際は、ハローワーク紹介状が必要になります。

令和2年三重県警察年頭視閲式

三重県警察本部警務部警務課
(☎059-222-0110)

三重県警察では、新年を迎え、治安維持に対する強い決意を県民の皆さんにご覧いただくため、年頭視閲式を行います。

とき 1月23日(木)

午前10時30分～11時30分

※荒天時は中止

ところ メッセウイング・みえ南側駐車場(津市北河路町19-1)

内容 警察本部長による部隊視閲、警察官や警察車両の分列行進など

※式典終了後は、「ふれあい広場」(パトカーや白バイなどの展示)を開催します。

参加費 無料

※事前の申し込みは不要

お知らせ

コンポスト(堆肥)の無料配布

環境課廃棄物対策グループ
(☎82-8081)

コンポストを無料配布しています。鉢・プランターの堆肥や、果樹等の寒肥などにご使用ください。

在庫などの確認は、各施設へ直接お問い合わせください。

刈り草コンポスト化センター

受付時間 月曜日～土曜日

▷午前9時～正午

▷午後1時～4時30分

問合せ 丸盛(有) (☎96-1303)

※重機による積み込みサービスを行っています。多量に必要な場合は、当施設をご利用ください。

総合環境センター

受付時間 月曜日～土曜日

▷午前9時～正午

▷午後1時～4時30分

問合せ先 環境課廃棄物対策グループ
(☎82-8081)

所得税、市・県民税の障害者控除対象者認定書の交付

長寿健康課高齢者支援グループ
(あいあい ☎84-3312)

次の内容に該当する人は、市が発行する「障害者控除対象者認定書」により、所得税や市・県民税の申告時に障害者控除を受けられる場合があります。

次の対象者には、1月末に認定書を郵送します。

▷令和元年12月31日時点で市内に住所を有する65歳以上で、介護保険法の要介護・要支援認定を受けている人のうち、寝たきりや認知症の状態によって「身体障害者または知的障害者に準ずる人」として認められる人

▷障害者手帳をお持ちで、障害者手帳の等級より介護保険認定情報を基に認定する等級の方が重度である人

※平成31年1月1日～令和元年12月31日にお亡くなりになられた人の認定書が必要な場合は、申請が必要ですので、長寿健康課高齢者支援グループへお問い合わせください。

問合せ先

○認定について…長寿健康課高齢者支援グループ(☎84-3312)

○所得税について…鈴鹿税務署(☎059-382-0351)

○市・県民税について…税務課市民税グループ(☎84-5011)

プレミアム付商品券の 申請期限を延長しました

産業振興課
商工業・地域交通グループ
(☎84-5049)

一人でも多くの対象者にプレミアム付商品券購入引換券の交付申請をしてもらえるように、申請期限を1月17日(金)に延長しました。

購入を希望される人は、申請書を産業振興課商工業・地域交通グループ(市役所2階)へ提出してください。

※対象と思われる人には、令和元年8月中旬に購入引換券交付申請書を郵送しています。

※プレミアム付商品券の販売期限は1月31日(金)です。購入引換券をお持ちの人は、販売期限までに商品券をご購入ください。



ご存じですか? 就学援助制度

教育委員会教育総務課
施設・保健給食グループ
(☎84-5073)

令和2年度就学援助申請の新入生受付を開始します。

内容 経済的にお困りのご家庭を対象に、お子さんの就学に必要な費用を一部援助します。

対象者 市内の小・中学校に令和2年4月入学予定の子ども保護者、または市内在住であるが市外の公立小・中学校に入学予定の子ども保護者

※そのほか所得などの要件あり

申込期間 1月8日(水)~31日(金)
※対象要件、申請方法など詳しくは、後日郵送(新入生に限る)される案内文書をご覧ください。

2020年農林業センサスに ご協力ください

総務課情報統計グループ
(☎84-5032)

令和2年2月1日時点で、全国一斉に「2020年農林業センサス」が実施されます。

この調査は、農林業・農山村地域の実態を明らかにするため、5年ごとに実施するもっとも基本的な調査です。

1月中旬から2月中旬にかけて、調査員が農林業関係者の方々を訪問しますので、調査へのご協力をお願いします。

市文化会館および中央コミュニティセンターの新駐車場を開設します

文化スポーツ課文化共生グループ
(☎96-1223)

市文化会館および中央コミュニティセンターに、新しい駐車場(駐車台数は約100台)を開設します。1月上旬から利用できます。



国民年金基金という提案

全国国民年金基金三重支部
(☎0120-65-4192)

国民年金基金は、国民年金(老齢基礎年金)に上乘せができて、税金もお得な、自営業やフリーランスなど第1号被保険者の方々のための公的な年金制度です。

▷国民年金基金で老後に必要な生活費と年金額のギャップを埋めることができます。

▷国民年金基金で高まる長生きリスクに備えることができます。老後の備えとして生涯受け取ることのできる「終身年金」は心強い味方です。

▷国民年金基金の強みはお得な税制優遇です。節税しながら老後資金の準備ができます。また、家族の掛け金もまとめて控除できます。

※詳しくは、全国国民年金基金三重支部へお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

(URL) <https://www.npfa.or.jp/>

「亀山温泉 白鳥の湯」 無料市民入浴券を発行します

地域福祉課福祉総務グループ
(あいあい ☎84-3311)

「亀山温泉 白鳥の湯」では、市民の皆さんに、家族でご利用いただける無料市民入浴券を発行します。

ぜひこの機会に、ご家族で温泉をお楽しみください。

有効期間

1月4日(土)~31日(金)

対象者 亀山に在住する人

営業時間 午前10時~午後8時

※受付は午後7時30分まで

休業日 毎週火曜日

※火曜日が祝日の場合はその翌日、そのほか臨時休業となる場合あり

利用方法 ページ下の無料市民入浴券を切り取り、代表者氏名、住所、利用人数を記入の上、「白鳥の湯」受付でお渡しください。

※無料市民入浴券は、1世帯につき1枚(1回)限り、有効期間内にご利用できます。

「白鳥の湯」市民入浴券
有効期間 1月4日(土)~1月31日(金)

代表者氏名 _____

住所 亀山市 _____

一般 65歳以上 12歳未満
____人 ____人 ____人

※1世帯につき1枚(1回)限り利用可

**1月10日は「110番の日」
事件事故 緊急通報 110番
ご存じですか？警察相談#9110**
亀山警察署(☎82-0110)

●110番は、緊急通報用の専用電話です。急ぎではない相談、問い合わせ等が緊急通報専用電話の110番に寄せられると、事件事故などの緊急通報に対する警察官の対応を遅らせるおそれがあります。

緊急の事件事故以外の相談などは、亀山警察署、警察安全相談電話(☎#9110または☎059-224-9110[いずれも平日の午前9時～午後5時])をご利用ください。

●110番通報は、落ち着いて話してください。

電話では落ち着いて、何があったのか、ケガはないか、いつ、どこであったのかなどを話してください。

携帯電話やスマートフォンからは、通話が途切れる場合がありますので、その場で止まって話してください。

※携帯電話などを手にしながら自動車等を運転する行為は禁止されています。

●聴覚や言葉の不自由な人のために、ファックスやインターネットでも受け付けています。

▷ファックス110番
(FAX059-229-0110)
▷ウェブ110番(チャット方式)
(URL <http://mie110.jp>)

**東海三県一市
グリーン購入キャンペーン**

東海三県一市グリーン購入キャンペーン実行委員会(県環境生活部地球温暖化対策課内 ☎059-224-2366)

地球にやさしい買い物をしませんか？キャンペーン期間中に、エコマーク等の表示がある「環境ラベル商品」、「地元・旬のもの」、「つめかえ商品」、「LED照明」などの環境への負荷が少ない商品を購入して応募すると、抽選で総勢200人に、すてきな商品が当たります。

キャンペーン期間

1月10日(金)～2月9日(日)

応募方法 以下の2次元コード、東海三県一市グリーン購入キャンペーンホームページから、または県内協力店舗内にある応募はがきでご応募ください。

東海 グリーン購入



©GPN



各種検診・教室

**助産師による
授乳相談を行います**

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 1月22日(水)

- ①午前9時30分～
- ②午前10時～
- ③午前10時30分～
- ④午前11時～

※①②③④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

対象者 市内に住所を有する妊婦または産婦

定員 4組(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳

申込開始日 1月8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。

ご意見を
お寄せください！
(意見公募)

第3次亀山市行財政改革大綱(案) 問合せ先 財務課財政行革グループ(☎84-5030)

市では、「市民サービスの向上と次代を見据えたスマート自治体への転換」を目的に、新たな大綱の策定を行っていますので、皆様のご意見をお寄せください。

意見を提出できる人 市内に在住・在勤・在学する人

閲覧・意見提出の期限 1月21日(火)(当日消印有効)

閲覧場所 財務課財政行革グループ、市情報公開コーナー(市役所2階)、関支所窓口、あいあい窓口(閲覧は各施設の開庁時間内にできます)

※市ホームページからも閲覧できます。

URL <http://www.city.kameyama.mie.jp>

提出に必要な事項

- ①件名「第3次亀山市行財政改革大綱(案)」に関する意見
- ②住所、氏名(ふりがな)
- ③勤務先または通学先(市外に在住する人のみ)
- ④意見

提出方法 提出に必要な事項を記入(様式は自由)の上、郵送、ファックス、Eメールまたは直接、財務課財政行革グループ(〒519-0195 本丸町577、FAX82-9955、[✉zaisei-g@city.kameyama.mie.jp](mailto:zaisei-g@city.kameyama.mie.jp))へ提出してください。

意見の取り扱いなど

▷いただいた意見は取りまとめの上、回答とともに公表します(個別に直接回答は行わない)。なお、公表することで個人の権利や利益を害するおそれのあるものは、その全部または一部を公表しないことがあります。

▷意見を提出していただいた人の氏名などの個人情報、公表しません。

▷公表は令和2年2月下旬を予定しています。

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 2月10日(月)
 午後1時30分～3時30分

ところ あいあい1階集団指導室

内容 沐浴実習、妊婦体験(妊婦シミュレーター^{ちくよく}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 1月8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。
 ※申し込み時の簡単な質問にご協力ください。

健康づくりのための料理講習会 ～男性料理～

長寿健康課健康づくりグループ
 (あいあい ☎84-3316)

亀山市食生活改善推進協議会による料理教室を開催します。初心者も大歓迎です。健康に配慮した料理と一緒に作りましょう。

とき 2月13日(木)
 午前9時30分～正午

ところ あいあい2階栄養指導室

対象者 市内に住所を有する男性

定員 20人(先着順)

参加費 500円

持ち物 米100g、三角きん、エプロン、ふきん1枚、筆記用具

申込期間
 1月8日(水)～2月6日(木)

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。



令和元年度の

「がん検診」「歯周病検診」はお済みですか？

かめやま健康マイレージ事業のポイント対象です



問合先 長寿健康課健康づくりグループ(あいあい ☎84-3316)

がん検診

市では、がんや病気の早期発見のために検診事業を行っています。平成31年4月以降まだ検診を受けていない人は、ご自身の健康管理のために受診してください。

<個別検診>

検診の種類

胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、乳がん、子宮がん、骨粗しょう症、肝炎ウイルス検診

実施期間 1月31日(金)まで

受診方法

市内の実施医療機関で受診
 ※実施医療機関の診療時間内になりますので、事前にご確認ください。予約が必要な場合があります。
 ※定員に限りがある場合もあります。

<集団検診>

検診の種類 乳がん検診

実施場所 あいあい

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。
 ※定員になり次第締め切ります。

とき		検査の種類
3月3日(火)	午前・午後	マンモグラフィ
3月18日(水)	午後	超音波(エコー)

※実施医療機関(個別検診)、対象者、自己負担金など詳しくは、「健康づくりのてびき」をご覧ください。健康づくりグループへお問い合わせください。

歯周病検診

市では、節目年齢の人を対象に、7月から歯周病検診を実施しています。まだ検診を受けていない人は、ご自身の健康管理のために受診してください。

対象者 令和元年度中に30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる人

※対象者には6月下旬に「歯周病検診無料券」を個別に郵送しています。

実施期間 1月31日(金)まで

受診方法

市内の実施歯科医院で受診(要予約)
 ※実施歯科医院など詳しくは、無料券をご覧ください。
 ※実施歯科医院の診療時間内になりますので、事前にご確認ください。
 ※紛失などにより、お手元に無料券がない場合は再発行できます。検診受診までに健康づくりグループへお問い合わせください。



離乳食教室

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

とき 2月19日(水)

午前9時30分～11時30分

ところ あいあい1階集団指導室

内容 主に生後5カ月～8カ月頃の乳児を対象にした離乳食の作り方の説明と試食

対象者 市内に住所を有する乳児の保護者、妊婦

定員 20人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳、試食用小皿、スプーン、エプロン、手ふき用タオル、ふきん、筆記用具

申込期間

1月8日(水)～2月7日(金)

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。

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

▷2月12日(水) 午前11時～正午

▷2月19日(水) 午後2時～3時

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(中学生以下を除く)

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 1月17日(金)

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)

上半身を鍛えて整った体型をつくりましょう。二の腕が気になる人、猫背の人にお勧めです。

とき

▷2月12日(水) 午後2時30分～

…上半身を鍛えよう!①

▷2月26日(水) 午後2時30分～

…上半身を鍛えよう!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(中学生以下を除く)

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。

あいあい運動教室 ～楽しくシェイプアップ～

長寿健康課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

筋力トレーニングと有酸素運動を組み合わせた運動で、効率よくシェイプアップしましょう!

とき

▷2月5日(水)

午後2時～3時30分

▷2月26日(水)

午前10時～11時30分

※1回からでも参加できます。

ところ あいあい2階大会議室

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(中学生以下を除く)

定員 各回30人

※初めての参加者を優先します。

参加費 無料

持ち物など タオル、飲み物、運動靴、動きやすい服装

申込開始日 1月17日(金)

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。

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 1月の木曜日(1月9日、16日、23日、30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。

亀山学校 終活

～相続・墓じまいについて～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

とき 1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 全国直販流通協会

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

大人の健康塾 レクリエーション ～楽しくできる全身運動～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

と き 2月4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 日本レクリエーション協会
高本真貴子さん

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、動きやすい服装

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)



『5つ』の健康体操を、皆さんで
楽しく行います。

と き 2月の毎週水曜日(2月
5日、12日、19日、26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と
なります。詳しくは、お問い合わせ
ください。

※1回からでも参加できます。

※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

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 2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 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

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 2月の火曜日

▷2月4日、18日…リラックス体操

▷2月25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

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くい止め
ましょう。

と き 2月5日(水)

午前10時～11時30分

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

認知症予防タブレット体験会 ～楽しく健康寿命延伸にチャレンジ～

(公社)亀山市シルバー人材センター
(☎96-8641)

タブレットとは、コンピュー
ターの入力装置の一つで、本体と
液晶画面が一体の薄い板状になっ
ていて、画面を直接タッチして操
作する情報機器のことです。今回、
このタブレットを使った健康管理、
認知症予防などをご紹介します。

と き 1月23日(木)

午後1時30分～3時

ところ (公社)亀山市シルバー人
材センター(東町一丁目1-7)

内容 実際にタブレットに触れ
てもらいながら、使用方法など
について同世代のサポーターが
丁寧に説明します。

対象者 高齢者ご本人や家族(65
歳以上)などで、健康寿命延伸や
インターネットに関心のある人

参加費 無料

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。

※練習用タブレットは主催者が用意



タブレットシニア教室 ～楽しくインターネットを 学びませんか～

(公社)亀山市シルバー人材センター
(☎96-8641)

とき 1月23日(木)、30日(木)、
2月6日(木)、13日(木)、20日
(木)の計5回

※いずれも午前10時～11時30分

ところ (公社)亀山市シルバー人材センター(東町一丁目1-7)

内容 タブレット端末の基本操作、検索方法、アプリ追加、地図の使い方、動画や写真などを、同世代のシニア講師がゆっくり丁寧に教えます。

対象者 高齢者でインターネットに関心のある人

定員 9人(先着順)

参加費 3,000円(5回分)
(テキスト代含む)

※講習用タブレットは主催者で用意

申込開始日 1月6日(月)

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。



おもしろ自然科学教室

県立鈴鹿青少年センター(☎059-378-9811、FAX059-378-9809)

三重県を中心に活動する科学ボランティア団体「科学サークル大黒屋」から専門の講師を招き、不思議な実験、製作、観察をメインに、自然科学を身近に感じることができるとても楽しい教室です。

とき・内容

①1月18日(土)…「実物骨格を見てさわって考える骨。ホネの世界」

②1月25日(土)…「カルメ焼きの科学」

③2月1日(土)…「虹の科学とハッピーメガネ工作・実験」

※いずれも午前9時30分～11時30分

ところ 県立鈴鹿青少年センター

対象者 小学4年生～6年生

定員 各25人

※申込者多数の場合は抽選

参加費

①…700円

②・③…各800円

①②③すべて参加…2,000円

※いずれも材料代、保険料を含む

※欠席による返金や振り替えなどはありません。

申込期限 1月9日(木)必着

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、県立鈴鹿青少年センターへ郵送(〒513-0825 鈴鹿市住吉町南谷口)、ファクスまたは直接お申し込みください。

※申込書はホームページからもダウンロード可([URL](http://www.mie-sports.or.jp/suzukayc)http://www.mie-sports.or.jp/suzukayc)



2019年交通事故発生状況



(11月末時点[暫定]・亀山署管内)

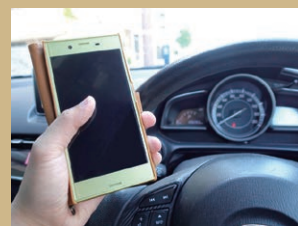
人身事故	死亡者	負傷者	物損事故
78件(-1)	4人(+4)	98人(-4)	1,231件(+22)

※()内は前年同期比の増減数

～令和元年12月1日から「ながら運転」厳罰化～

運転中の携帯電話などの使用の罰則強化 違反点、反則金が大幅アップ

- 携帯電話などを使用して自動車等を運転し、交通事故を起こすなどすると
罰則 1年以下の懲役または、30万円以下の罰金
違反点 6点



- 走行中、携帯電話などを手に持って通話したり、画面を注視したりすると
罰則 6カ月以下の懲役または、10万円以下の罰金

	令和元年 11月30日まで	令和元年 12月1日以降
違反点	1点	3点
反則金	大型	7,000円
	普通	6,000円
	二輪	6,000円
	原付	5,000円



亀山警察署(☎82-0110)

市立医療センターだより

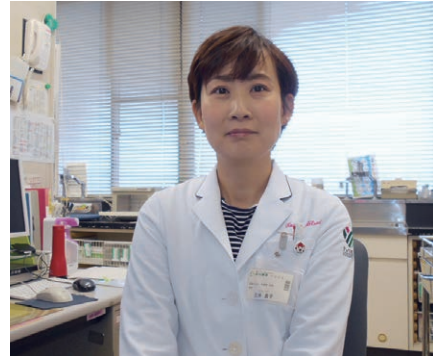
市立医療センター(☎83-0990)



新任医師を紹介します ～外科編～

外科医師 みついたかこ 三井 貴子
専門領域 乳腺外科

令和元年10月から毎週金曜日に外科(乳腺)外来と乳がん検診を担当しています。医師になって16年、1男2女の母親でもあります。亀山に暮らして10年、今回、地域の医療に携わることができて大変うれしく思っています。専門は「乳腺」ですが、外科全般的に診察を行っていきます。よろしくお祈りします。



歴史博物館だより(1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

※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、1日(祝)～3日(金)

<企画展示室>

「昔の道具」を展示します！

とき 1月25日(土)～3月8日(日)

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ます。

企画展示室観覧料 無料



各種講座のご案内

歴史講座

「九々五集」から見た中世のことがら

とき 1月19日(日) 午後1時30分～3時

内容 江戸時代の人から見た中世のことがらを、亀山領の大庄屋、打田権四郎昌克による「九々五集」でいっしょに探しましょう。

講師 亀山市歴史博物館 館長 小林秀樹

協働事業連続講座

第5回「豊川海軍工廠こうしょう平和公園の保存整備について」

とき 2月9日(日) 午後1時30分～3時

内容 豊川海軍工廠跡の調査や平和公園の整備とその利活用について、先事例を紹介します。

講師 豊川市教育委員会生涯学習課 課長補佐 平松弘孝さん

共通事項

ところ 歴史博物館講義室 定員 各40人(先着順) 受講料 無料

申込方法 1月4日(土)から各開催日の前日までに、歴史博物館へ電話または直接お申し込みください。

図書館だより(1月)

市立図書館 (☎82-0542)
関図書館 (☎96-1036)



おはなし会

1月8日(水) 午後3時～ 関文化交流センター
1月11日(土) 午後2時～ 市立図書館(児童室)

ママーズの大人による大人のための読み聞かせ

1月11日(土) 午後3時～ 市立図書館(児童室)

子どもアニメ上映会

1月15日(水) 午後3時～ 関文化交流センター

たんぽぽの会による関紙芝居会

1月22日(水) 午後3時～ 関文化交流センター

お子さんが泣いても大丈夫!「あかちゃんタイム」

1月23日(木) 午前10時～ 市立図書館(児童室)

休館日 市立図書館…毎週火曜日、1日(祝)～4日(土)、
24日(金)

関図書館…1日(祝)～4日(土)、6日(月)、14日(火)、
20日(月)、24日(金)、27日(月)

明けましておめでとうございます。
新年は、1月5日(日)の午前9時から
開館します。
本年もよろしくお祈りします。



創作童話の入選作品を発表します

昨年に募集した創作童話のうち、
入選した作品は右表のとおりです。

これらの作品は、図書館のテレホ
ン童話(☎83-0874)や、亀山絵本
と童話の会ホームページで聴くこ
とができます。個性あふれる作品が
選ばれていますので、ぜひお聴きく
ださい。

亀山絵本と童話の会

検索

作品名	著者	テレホン童話での放送時間
メダカのポン	矢倉すみれ	令和元年12月29日(日) ～1月14日(火)
ふーちゃんのぼうけん	森口あゆみ	1月15日(水)～1月31日(金)
ふたつのおまもり	境 俊人	2月1日(土)～2月15日(土)
寒い大王	久保田さちこ	2月16日(日)～2月29日(土)
水の旅 令和元年版	冬柴 純	3月1日(日)～3月15日(日)
カラスのゲン	山口真知	3月16日(月)～3月31日(火)

図書館の本棚から



『しあわせしりとり』

益田ミリ/著
ミシマ社(2019年4月刊)

各エッセイのタイトルがしりとり
に! 子どもの頃の思い出、見るこ
ののない未来、こぼれ落ちる日々…。心
がほっこりするエッセイ集。



『捨てる時間術』

若杉アキラ/著
日本実業出版社(2019年6月刊)

仕事、お金、人間関係、片付け、育児
などのテーマ別に、「時間のミニマル
化」を実践する70のコツを紹介。

～新着だより～

小説

- うたかた姫/原 宏一
- 新蔵唐行き/志水辰夫
- カインは言わなかった/芹沢 央
- 記憶の盆踊り/町田 康
- 聖者のかけら/川添 愛

児童

- はりねずみくんのねがいごと/はらだよしこ
- キキとジャックス/こんどうまりえ
- あらいぐまのせんたくもの/大久保雨咲
- チ・ヨ・コ・レ・イト/ばんひろこ
- 食品ロスの大研究

その他

- くらしの豆知識2020/国民生活センター
- 人生を変える言葉2064
- マンガでわかる東洋医学の教科書
- 野菜の「べんり漬け」/榎本美沙
- 万葉集であるく奈良/上野 誠

ほか320冊

募集

令和2年度 非常勤職員 (公立幼稚園・保育所・認定 こども園勤務)の募集

子ども未来課子ども総務グループ
 (あいあい ☎84-3315)

- 職種**
- ①幼稚園教諭
 - ②保育士
 - ③保育教諭
 - ④介助員
 - ⑤給食調理員
 - ⑥給食調理員(代替)
 - ⑦施設管理員

応募資格 ①は幼稚園教諭、②は保育士、③は幼稚園教諭と保育士の資格を有する人が対象

任用期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日

勤務時間

①原則として午前8時30分～午後5時15分(7時間45分)

②～⑤原則として午前8時15分～午後5時(7時間45分)

⑥原則として午前8時15分～午後4時(6時間45分)

⑦午前7時30分～8時30分と、午後5時～6時30分(2時間30分)

※②～④は半日勤務(午前午後の交代)あり

勤務日数 週5日(原則として土・日曜日、祝日は休み)、⑥は月10日～15日程度

賃金(時間給)

①～③クラス担任1,350円
 フリー1,250円

保育士、保育教諭1,000円

④～⑥940円

⑦900円

交通費 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、労災保険

※勤務日数や勤務時間によっては、労災保険のみの加入

募集期間

1月6日(月)～24日(金)

※郵送の場合は24日(金)必着

応募方法 子ども未来課子ども総務グループ(〒519-0164 羽若町545)へ、履歴書を持参または郵送してください。

※応募者については、後日面接を実施します。

1月の納期

(納期限・口座振替日)

1月31日(金)

市・県民税 第4期

国民健康保険税 第7期

後期高齢者医療保険料 第7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。

令和2年度

幼稚園の入園申込受付(2次募集)

※令和元年11月に募集しましたが、定員に満たないため2次募集を行います。



申込資格 市内に住所を有する次の期間に生まれた幼児

▷ 3歳児…平成28年4月2日～平成29年4月1日

▷ 4歳児…平成27年4月2日～平成28年4月1日

▷ 5歳児…平成26年4月2日～平成27年4月1日

※令和2年3月31日までに、市内へ住所を異動する予定でも申し込みできます(確約書が必要)。

願書等交付 総合保健福祉センター(あいあい6番窓口)でお渡しします(土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分)。

※市ホームページからもダウンロード可

願書等受付 1月7日(火)～10日(金)(午前8時30分～午後5時15分)に、総合保健福祉センター(あいあい6番窓口)へ提出してください。

面接日時 1月23日(木) 午後3時～
 ※申込者数が募集人数を超えた場合は、1月20日(月)午後4時から抽選を行います。

教育時間 午前8時30分～午後2時
 (土・日曜日、祝日を除く)

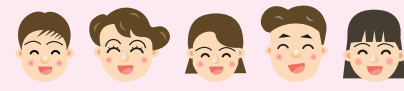
※水曜日は午前11時30分まで

※3歳児は年度当初、教育時間が異なります。

園名 (市内公立幼稚園)	所在地	3歳児【3年教育】	4歳児【2年教育】	5歳児【1年教育】
		募集予定人数(カッコ内は定員)		
亀山幼稚園	江ヶ室一丁目2番10号	11人(25人)	19人(35人)	8人(35人)
亀山東幼稚園	本町一丁目9番17号	12人(25人)	10人(35人)	14人(35人)
井田川幼稚園	みどり町53番地1	0人(25人)	16人(35人)	7人(35人)
みずほ台幼稚園	みずほ台14番地295	9人(25人)	22人(35人)	18人(35人)

※募集予定人数は、令和元年12月2日時点の在園児数と1次募集の結果から算出

問合先 子ども未来課子ども総務グループ(あいあい ☎84-3315)



※当事者間のトラブルについては、市は一切関与しません。

子どもと老人の囲碁大会

核家族の多い時代に、囲碁、将棋を通して3世代交流をしませんか？

とき 1月18日(土)

午前9時30分～午後4時

ところ 幸ドリーム (東町一丁目7-4)

※さわやか号「ふれあい広場前」バス停を下車すぐ

参加費 一般…1,500円
小・中学生…500円

※昼食代を含む
※当日、会場でお支払いください。

※小学生未満は参加不可

申込方法 前日までに幸ドリームへ、電話でお申し込みください。

申込・問合せ先 幸ドリーム (☎83-2540)

絵本のおはなし会とひと箱古本市

亀山大市のときに、地域の本屋さんで絵本のおはなし会を行います。亀山大市にお越しのついでに、ぜひお立ち寄りください。

絵本のおはなし会

とき 1月25日(土)、26日(日)

※両日とも午前10時からと午後2時から(各回30分程度)

ところ 高村書店 (東町一丁目)

参加費 無料
※事前の申し込みは不要

問合せ先 より良い図書館をめざす会 (服部 ☎090-5629-7162)

ひと箱古本市

出店者が思い思いの本をひと箱につめて並べます。思いがけない一冊に出会ったり、特別な一冊が

見つかったり、ひと箱にその人の個性や趣味が垣間見える新しいスタイルの古本市です。

※出店者も募集しており、希望する人は問合せ先へご連絡ください。

とき 1月25日(土)、26日(日) 午前10時～午後3時

ところ 高村書店東隣の駐車場
※雨天時は、道路を挟んで向かいの(有)大和不動産の西通路

問合せ先 より良い図書館を目指す会 (川辺 ☎090-8954-1526、
✉yoriyoitosyokankameyama@gmail.com)

第40回

亀山市特別支援学級作品展

市内の小・中学校の特別支援学級で学ぶ児童や生徒の作品展です。子どもたちが、自分を表現し、楽しく取り組んだ作品の数々を展示します。

とき 1月29日(水)～2月2日(日) 午前10時～午後7時

※2月2日(日)は午後4時まで

ところ 亀山エコタウン本館2階催事場

入場料 無料
問合せ先 亀山市特別支援教育振興会事務局(中江 ☎82-0011)

亀山市シティプロモーションサイト

子育てサポート関連、イベント案内など情報満載!

住めば、ゆうゆう。

亀山 KAME YAMA

住めば、ゆうゆう。 検索



1月3日(金)～9日(木)

●ウイークリーかめやま
●エンドコーナー 「市内の風景」

1月10日(金)～16日(木)

●ウイークリーかめやま
●エンドコーナー 「なのはな保育園①」

1月17日(金)～23日(木)

●ウイークリーかめやま
●かめやま情報BOX 「所得税の確定申告、市・県民税の申告のお知らせ」

●エンドコーナー 「なのはな保育園②」

1月24日(金)～30日(木)

●ウイークリーかめやま
●かめやま情報BOX 「各種証明書のコンビニ交付サービス開始のお知らせ」

●エンドコーナー 「昼生保育園①」

1月31日(金)～2月6日(木)

●ウイークリーかめやま
●エンドコーナー 「昼生保育園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。

「広報かめやま」

1月16日号は発行していません

2月1日号からは、通常どおり月2回(1日・16日)発行します。