

★

もよおし

「亀山7座トレイル」  
～仙ヶ岳トレイル～の開催

地域観光課観光交流グループ  
(☎96-1215)

石水溪を中心とした鈴鹿山系の山々の自然にふれあい、地域の観光資源を知る機会として、登山イベントを開催します。

と き 5月31日(日)

午前8時～午後3時頃

※天候などにより、日程変更、中止またはコース変更をする場合があります。

**登山場所** 仙ヶ岳(標高961m)  
南尾根コース～仙の石～仙ヶ岳山頂～白谷コース

**集合場所** 石水溪キャンプ場  
屋外研修施設駐車場

**対象者** 市内に在住する18歳～70歳未満の健脚で、体力に自信がある人

※登山経験者に限ります。

※通院中の人や心疾患がある人はご遠慮ください。

**定 員** 5人(先着順)

**参加費** 無料

**申込期間** 5月11日(月)～15日(金)

**申込方法** 地域観光課観光交流グループへ電話または直接お申し込みください。

**持ち物など** 昼食、飲み物、登山靴、雨具、動きやすい服装  
※登山用ヘルメットをお持ちの方はご持参ください。

**その他** 登山コースには、急な岩場やロープを使用する険しい箇所が含まれますので、自身の経験を考慮してお申し込みください。また、コース途中でトイレはありません。

認知症カフェ(5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です。

元気丸カフェ

と き 5月19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)

はなカフェ

と き 5月22日(金)

午後1時～3時

ところ 老人福祉関センター

**問合先** はなの家(☎96-0217)

よつばサロン

と き 6月5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)



備えて安心！防災コラム

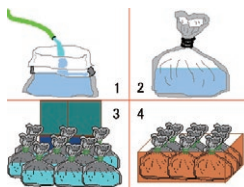
身近なものでできる浸水対策

**問合先** 防災安全課防災安全グループ(☎84-5035)

「土のう」の代用にすることができる、「簡易水のう」というものがあります。簡易水のうは、二重にしたごみ袋に水を入れて縛れば完成です。作成した簡易水のうは、玄関前などに隙間なく並べることで浸水を軽減します。並べる際は段ボールに入れることで強度が増します。

また、長めの板などで出入口を塞ぎ、簡易水のうで固定し、浸水を軽減するという方法もあります。ほかにも、風呂場などの排水口やトイレなど思わぬところから逆流することがありますので、簡易水のうを排水口などの上に置くことで逆流を抑える効果があります。

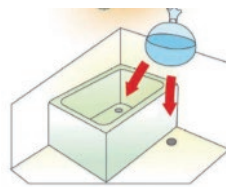
これらの対策は、小規模な浸水の対策ですので、雨量や浸水の状況に応じて、身の安全を第一に行動してください。



出典：  
静岡市ホームページ  
(総務局危機管理総室  
危機管理課政策係)



出典：  
朝霞市  
(下水道課)  
ホームページ



出典：  
朝霞市  
(下水道課)  
ホームページ

## 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 5月21日(木)

午前9時30分～11時30分

ところ 亀山消防庁舎

(野村四丁目1-23)

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、服薬中の人は献血で  
きない場合があります。

## 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(予約制)。

と き 5月21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 5月7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。

※年金請求者以外の人代理で  
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)が必要です。



## お知らせ

## 2020年工業統計調査が 実施されます

総務課情報統計グループ  
(☎84-5032)

従業者4人以上のすべての製  
造事業所を対象に、令和2年6月

1日時点で、「2020年工業統計調  
査」が実施されます。

調査の結果は、中小企業施策や  
地域振興など、国や地域行政施策  
のための基礎資料に活用されます。

調査へのご理解とご協力をお願  
いします。

## 新型コロナウイルスに便乗した 悪質商法にご注意！

鈴鹿亀山消費生活センター  
(☎059-375-7611)

新型コロナウイルスの感染拡大  
に便乗した消費者トラブルの相談  
が、多数寄せられています。

**事例1** 「マスクを無料送付す  
るので確認してほしい」と記載  
されたメッセージがスマート  
フォンに届いた。

**事例2** 新型コロナウイルス流  
行拡大の影響で金の相場が上  
がるとして、金を買う権利を申し  
込むように言われた。

## 被害に遭わないために

▷心当たりのない送信元から怪し  
いEメールなどが届いても、反  
応しないようにしましょう。

▷新型コロナウイルスに便乗した  
悪質な勧誘を行う業者には、耳  
を貸さないようにしましょう。

▷トラブルになった場合は、鈴鹿  
亀山消費生活センターへご相談  
ください。

鈴鹿亀山消費生活センター相談時間  
午前9時～午後4時  
(土・日曜日、祝日を除く)

## スポーツ安全保険にご加入ください

スポーツ安全協会三重県支部  
(☎059-372-8100)

文化スポーツ課

スポーツ推進グループ(☎96-1224)

スポーツ安全保険は、スポーツ  
や趣味、ボランティアなどを行う  
人たちが安心して活動できるよう  
にするための補償制度です。4人  
以上の団体であれば加入できます。

**補償内容** 急激で偶然な外来の  
事故により被った傷害による  
死亡・後遺障害・入院・手術・通院、  
他人に与えた損害、突然死(急性  
心不全、脳内出血等)に際して親  
族が負担した葬祭費用など

**保険期間** 令和3年3月31日まで

**申込方法** 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、関  
B&G海洋センターなどにある  
申込書に必要事項を記入の上、  
お申し込みください。

※年度途中からでも加入できます。

## オオキンケイギクは、植えたり、 持ち帰ったりしないでください

環境課環境創造グループ  
(総合環境センター ☎96-8095)



オオキンケイギクは、5月～7  
月頃に鮮やかな黄色い花を咲かせ、  
花びらの先端が不規則に4つ5つ  
に分かれています。

この植物は、日本の生態系に重  
大な影響を及ぼすおそれがある植  
物として、外来生物法による「特定  
外来生物」に指定され、栽培、運搬、  
販売、野外に放つことなどが禁止  
されています。

このため、オオキンケイギクが  
きれいな花だからといって、家に  
持ち帰ったり、栽培したりしないで  
ください。

また、自宅の庭や畑などで見つ  
けたら、根から引き抜いてくださ  
い。そして、2日～3日ほど天日に  
さらして枯死させた後、「一般ご  
み」として速やかに処分してくだ  
さい。



## 不正けしの除去活動にご協力をお願いします

県鈴鹿保健所衛生指導課  
(☎059-382-8674)

県では、「県民参加による不正大麻・けしクリーンアップ運動」として、4月～6月にかけて、法律で栽培や所持が禁止されている不正けしなどの除去活動を行っています。不正けしを見かけたり、判断に迷ったりしたときは、県鈴鹿保健所衛生指導課へご連絡ください。

### 不正けしの特徴

- ▷葉の色は、ろう質を帯びている 白っぽい緑色
- ▷葉のつけ根が茎を抱き込んでいる
- ▷茎や葉の毛が少ない



※写真はパパヴェル・セティゲルム種



## 各種検診・教室

### 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)

タブレットを使った健康管理、認知症予防、生活支援などについてご紹介します。

**と き** 5月28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ってもらいながら、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** 高齢者ご本人やご家族(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** 直接、(公社)亀山市シルバー人材センターへ電話でお申し込みください。

※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、画面をタッチして操作する情報機器のことです。  
※練習用タブレットは主催者が用意

### 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27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** 5月8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。

### 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** 6月17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** 5月13日(水)～6月5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。

## 市立医療センターだより

市立医療センター(☎83-0990)



### 市立医療センターにおける 面会禁止について

市立医療センターでは、入院患者への感染防止のため、4月9日(木)から全病棟で面会を禁止しています。ご理解とご協力をお願いします。

### 新任のご挨拶

亀山市立医療センターが地域医療を支える公立病院として持続的に存続できるように、病院事業管理者として「医療センターの経営健全化」と「保健・福祉・医療の連携強化」に取り組み、市民に信頼され、愛される病院を目指してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。



病院事業管理者  
上田寿男

## 妊婦教室

長寿健康課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

と き 6月24日(水)

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 母乳・お母さんの歯の健康・産後の生活についての話、参加者同士の交流

対象者 市内に住所を有する妊婦

とその夫

定 員 12人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳

申込開始日 5月13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。

※申込時に簡単な問診をします。

## 5月の納期

(納期限・口座振替日)

6月1日(月)

軽自動車税

全期

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。

## 図書館だより(5月)

市立図書館 ☎82-0542  
関図書室 ☎96-1036



### 休館のお知らせ

市立図書館と関図書室は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、5月6日(振休)まで休館します。

最新の情報は、図書館ホームページをご覧ください。ただか、直接お問い合わせください。

休館日 市立図書館…6日(振休)まで、12日(火)、19日(火)、22日(金)、26日(火)

関図書室…6日(振休)まで、11日(月)、18日(月)、22日(金)、25日(月)

### 視覚障がい者用録音図書「山鳩文庫」のご案内

図書館では、出版物を音読した録音図書「山鳩文庫」を89作品所蔵しています。ご利用を希望の人は、録音図書利用登録申請書を提出していただく必要がありますので、図書館へお問い合わせください。



### 図書館の本棚から



『いつかの花』  
日本橋牡丹堂 菓子ばなし』  
中島久枝／著  
光文社(2017年5月刊)  
江戸の菓子に魅せられた小萩は、遠戚の日本橋の菓子屋で働き始める。不器用だけれど一生懸命な小萩の、ひたむきに生きる一年を描く。



『おなかのおと』  
菊池亜希子／著  
文藝春秋(2019年11月刊)  
階段裏でこっそり食べたお母さんのおにぎり、役者の先輩に連れて行ってもらった居酒屋のハムカツ…。子どもの頃から母になった現在までの「食」にまつわるエピソードを綴る。

### ～新着だより～

- アウターライズ／赤松利市
- よその島／井上荒野
- 小鳥、来る／山下澄人
- 風と双眼鏡、膝掛け毛布／梨木香歩
- JAL機長たちが教えるコックピット雑学／日本航空
- 地図と写真でわかる江戸・東京／西東社編集部
- 鉄道のドイツ史／鳩澤 歩
- おいらとぼく／長田真作
- ふかふかパンのひみつ
- ピーターとオオカミ／降矢なな ほか
- ケーキたべよう！／後藤貴志
- くだものいっぱい／浦中こういち
- バレエのおけいこ／石津ちひろ
- トラブル旅行社／廣嶋玲子

ほか382冊

## 5日間クロール・背泳ぎ教室

関B & G海洋センター  
(☎96-1010)

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

と き 5月15日～6月12日の  
毎週金曜日(全5回)

### コース・時間

▷クロール…午前10時～11時

▷背泳ぎ…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)

最少催行人数 5人

参加費 2,500円

※スポーツ保険料800円が別途必要

持ち物 水着、キャップ、タオル、  
ゴーグル

申込開始日 5月4日(祝)

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。

## 赤ちゃんから始める水泳教室

関B & G海洋センター  
(☎96-1010)

赤ちゃんとお母さんが一緒になっ  
て、簡単な遊びを楽しめる水中ふれ  
あい教室です。

と き 5月16日～6月13日の  
毎週土曜日 午後2時～3時  
(全5回)

ところ 関B & G海洋センター

対象者 生後6ヵ月～3歳の乳幼  
児とその保護者

定 員 10組(先着順)

最少催行人数 5組

参加費 3,500円

※スポーツ保険料1,600円(幼児と  
その保護者2人分)が別途必要

持ち物 水着、キャップ、タオル、  
水遊び用紙おむつ

申込開始日 5月4日(祝)

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。

## 教育委員会の 委員が任命されました 総務課法務グループ (☎84-5034)

令和2年3月亀山市議会定  
例会で、議会の同意を得て、次  
の教育委員会の委員が任命さ  
れました。任期は令和2年3月  
28日から4年です。

教育委員会委員

宮村由久さん(下庄町)再任

## 歴史博物館だより(5月)

歴史博物館(☎83-3000)



### 休館のお知らせ

歴史博物館は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、5月6日(振休)まで休館します。※5月7日(木)は休館日  
最新の情報は、歴史博物館ホームページをご覧ください。

#### <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

※16日(土)は国際博物館の日(18日(月))に  
ちなんで無料

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、7日(木)

URL <http://kameyamarekihaku.jp>

#### <企画展示室>

##### 第34回企画展「収蔵資料めぐりー亀山の近代史に みる「強兵資料」ー」

と き 6月14日(日)まで

内 容 明治政府による富国強兵政策は、昭和20年  
8月まで続きました。歴史博物館では、強兵政策を  
伝える資料が近年増加しています。

この企画展では、市内で伝えられてきた「強兵資  
料」を展示し、近代の亀山をうかがいます。

企画展示観覧料 無料

ホームページをしてみよう!

##### 亀山こども歴史館

亀山の歴史をいろいろ調べてみよう!





## はじめてのプール

関B & G海洋センター  
(☎96-1010)

水遊びをしている間に、自然と水慣れができるようになります。水が苦手な子や怖がる子でも大丈夫です。プールで楽しく遊びませんか？

**と き** 5月16日～6月13日の  
毎週土曜日 午後3時30分～  
4時30分(全5回)

**ところ** 関B & G海洋センター

**対象者** 3歳～小学生未満の人

**定 員** 10人程度(先着順)

**最少催行人数** 5人

**参加費** 2,500円

※スポーツ保険料800円が別途必要

**持ち物** 水着、キャップ、タオル、  
ゴーグル

**申込開始日** 5月4日(祝)

**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月1日(金)～7日(木)

●ウイークリーかめやま

●かめやま情報BOX

「かめやま文化年について」  
「里山公園「みちくさ」からの  
お知らせ」

5月8日(金)～14日(木)

●ウイークリーかめやま

●かめやま情報BOX

「がん検診を受けましょう！」

CATV



My Town KAMEYAMA

※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。



## 令和2年交通事故発生状況



(3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      |
|----------|--------|----------|-----------|
| 16件(－17) | 1人(－2) | 20人(－20) | 261件(－55) |

※( )内は前年同期比の増減数

### 飲酒運転の根絶

●わずかなお酒でも、運転能力・判断能力を鈍らせるおそれ  
があります。

●「ちょっとだけ」の軽い気持ちが大変な事故につながります。

●「乗らない」、「乗せない」、「飲ませない」を守りましょう。

※酒酔い運転の罰則(前歴及びその他累積点数がない場合)

5年以下の懲役または100万円以下の罰金、違反点数35点(運転免許取り消し)

※飲酒している人に車両を貸したり、飲酒運転の車に同乗した場合も罰せられます。

亀山警察署 (☎82-0110)



## ～運転免許の有効期限を延長するには手続きが必要です～

三重県内の運転免許更新業務は、令和2年4月22日から停止しています。

### 1 延長できる人

次のいずれにも該当する人

(1) 運転免許証の有効期限が、令和2年7月31日までの人

(2) 申請日において、有効期限の満了を迎えていない人  
(有効期限のある人)

### 2 申請方法

警察署、もしくは三重県運転免許センターにて申請  
(代理人可能)をしてください。

### 3 受付時間

亀山警察署については、平日の午前8時30分～午後  
4時45分頃。

三重県運転免許センターは、上記日時に加えて日曜  
日の午前8時30分～午後4時45分の間も行ってい  
ます。

### 4 持ち物

運転免許証

### 5 郵送申請(三重県運転免許センターのみの取り扱い)

申請先は三重県運転免許センターになります。

申請書類は、三重県警察のウェブサイトでダウン  
ロードできます。

郵送申請中でも免許証表面の有効期限が切れるま  
で、運転することは可能です。

### 6 留意事項

広報の内容は、令和2年4月22時点の内容になります。  
代理人申請や郵送申請は、申請先にお問い合わせの  
上、申請してください。

申請は、余裕を持って行ってください。

※後日、この申請により運転可能とされた期日までに  
通常の更新手続きまたは再延長の手続きを行わない  
と、運転免許が失効します。

問合先

三重県亀山警察署

☎0595-82-0110

三重県運転免許センター

☎059-229-1212

## 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。

### 亀山朗読奉仕会 活動見学

視覚障がい者の方へ「声の広報  
かめやま」を録音して届けていま  
す。興味のある人は、ぜひ活動見学  
にお越しください。

と き 月4回 午前中

※詳しい日時は、お問い合わせせ  
ください。

ところ あいあい2階録音室

問合先 亀山朗読奉仕会

(大杉 ☎83-1405[午後5～  
8時])

### シニア向け 体力・筋力UP 健康体操教室

音楽に合わせたリズム体操の  
あと、チューブを使ったトレー  
ニングを組み合わせて、全身の筋肉  
を動かし、体力と筋力をつける運

動を行います。また、ストレッチも  
しっかり行いますので、肩こりや  
腰痛の改善効果もあります。

と き 毎週金曜日

午前10時～11時30分

ところ スポーツ研修センター  
(西野公園内)

参加費 月額2,300円

※初めての人は体験(1回500円)  
もあります。

問合先 健康体操サークル

(信田 ☎080-2613-4703)

## かめやまのホットな話題をお届け! TOPICS



4/8

### 加太小学校「食育」体験実習

加太小学校の6年生を対象に、「食育」体験実習が開催されました。  
参加した子どもたちは、自然薯零余子(むかご)の会と県四日市鈴鹿  
地域農業改良普及センターの職員からの栽培方法の説明に耳を傾け、  
11月の収穫を楽しみにして、自然薯の種芋の植え付けを行いました。



まちの話題に  
ズームアップ

### 亀山市少年消防クラブが総務大臣賞を受賞!

亀山市少年消防クラブが、総務省消防庁の「令和元  
年度優良少年消防クラブ・指導者表彰(フレンドシップ)」において、  
特に優良な少年消防クラブとして総務大臣賞を受賞しました。

この賞は、火災予防の普及啓発など地域防災力の向上に資する  
活動を行っている少年消防クラブなどに贈られ、令和元年度は全  
国で28クラブが受賞し、3月27日、表彰楯と表彰旗を受領しました。



## 「市民記者が行く!! かめやま見てある記」 令和2年度の市民記者が決定!

地域の身近な話題や行事などを取材し、市民の目線で記事  
を作成する令和2年度の市民記者が決定しました。

作成された記事は、広報かめやま毎月1日号の裏表紙で紹介  
します。



松村 正 さん

取材先で笑顔で対  
応してもらえると  
うれしいです。また、励  
ましの声を聞くとう  
れいす!



豊田康文 さん

まちで出会った  
「素敵な人」、「エッ!  
こんなところが」な  
ど、思いがけないも  
のや知らずに通り過ぎてしまうよう  
なところを見つけたいと思います。



瀬永千恵子 さん

亀山は深い歴史や文化があり、子育  
てしやすい暮らしやすいまちです。亀山  
の魅力を発信できるようがんばります。

