

かめやま

2022 MAY

5 / 1

No.398

地域の学び舎として
積み重ねてきた100年の歴史



令和4年、県立亀山高等学校は、創立100周年を迎えます



歴史博物館 第38回企画展

「亀山高校とその歴史～創立100周年を記念して～」

とき 4月23日(土)～6月12日(日) ところ 歴史博物館 企画展示室

主な内容

免疫力を維持するための体づくり	2
皆さんの暮らしに寄り添う「民生委員・児童委員」	4
かめやま教育通信(第62回)	12
暮らしの情報BOX	14

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載した行事が中止または延期になる場合があります。
詳しくは、各問合せ先にご確認ください。

免疫力を維持するための体づくり

～「おうち時間」を「健康づくり」のきっかけに！～

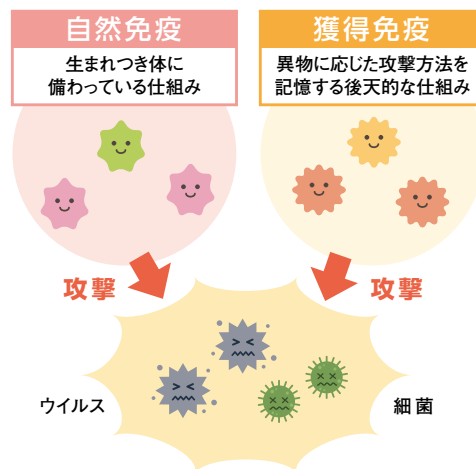
新型コロナウイルス感染症の感染対策のため、3つの密（密閉・密集・密接）の回避、テレワークの推進、少人数での飲食・外出など、日常生活のあらゆる場面に変化が生じています。生活も世の中も大きく変わった今だからこそ、健康づくりに取り組んでみませんか？健康な生活習慣を手に入れるため、できることから始めましょう。

問合先 健康政策課健康づくりグループ（あいあい ☎84-3316）

免疫とは？

「免疫」とは、体内に侵入した病原体（ウイルスや細菌）などの異物を排除して体を守ってくれる仕組みのことです。免疫には、もともと体に備わっている「自然免疫」と、特定の病気になることで後天的に得られる「獲得免疫」があります。

「自然免疫」は、生活習慣などによって働きが強まったり弱まったりするため、普段から規則正しい食生活や運動などを行い、自然免疫を高めておくことが重要です。



毎日の生活を見直してみましょう！

免疫力を維持するための生活習慣

バランスの良い食事

毎日の食事の積み重ねが健康的な生活につながります。弁当や中食※を活用する際は、主食・主菜・副菜を組み合わせ、おいしくバランス良く食べましょう。

※中食…家庭外で商業的に調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事のこと。

簡単に組み合わせるポイント！

例えば、ひとつのお皿に盛り付けてロコモコ丼に！



適度な運動

テレワークや移動制限などの影響で自宅で過ごす時間が増え、体を動かす機会が減りがちです。移動時には早歩きをする、積極的に料理や掃除をするなど、日常生活の中で身体活動を増やす工夫をしましょう。

毎日プラス10分の身体活動

手軽に運動を取り入れるなら、ウォーキングがおすすめです。まずは、10分程度のウォーキングから始めてみましょう。



お口の健康



歯と口の健康は、食事や睡眠、運動などとともに、全身の健康に深く関わっています。日々のセルフケアと必要な歯科治療を継続することが大切です。

十分な睡眠

「おうち時間」が増えたことにより、起床・食事・入浴・就寝など生活リズムが乱れていませんか？十分な睡眠時間を確保して、体と心を健康に保ちましょう。



リラックスした時間

体にかかるストレスが大きくなると、心や体のバランスが崩れてしまいます。感染リスクを避けた、自分なりの楽しみを見つけましょう。

自分に合った対処法を！

読書をしたり、伝統文化や芸術に触れたり、心を豊かにすることも大切です。思いっきり笑うのもおすすめです。





「免疫力アップ大作戦」をぜひご覧ください！

免疫力を維持するためのポイントや健康都市としての取り組みをまとめたリーフレットを広報4月1日号と同時に配布しました。

今すぐ
はじめよう！



自分の体を大切に

■喫煙習慣を見直す

喫煙や受動喫煙により、肺がんや心臓病、脳卒中、COPD（慢性閉塞性肺疾患）などにかかりやすくなります。禁煙は、自力でも可能ですが、医療機関で禁煙治療を受ける方法もあります。自分に合った方法で、無理なく禁煙しましょう。



■飲酒の知識を知る

お酒（アルコール）を分解する能力は人によって違います。飲めないのに無理して飲むことはやめましょう。また、休肝日を設けるなどして、体に負担をかけないようにしましょう。

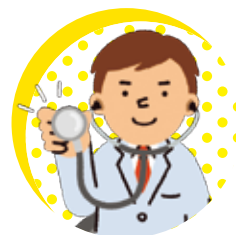


健康に不安があるときは…

かかりつけ医・かかりつけ歯科医に相談しましょう

新型コロナウイルス感染症への感染を心配して、医療機関への受診を控えている人が少なくありません。自己判断で受診を控えることで、慢性疾患の症状が悪化したり、感染症にかかった場合、重症化したりすることがあります。

日ごろから、かかりつけ医・かかりつけ歯科医に相談しながら健康や持病を管理していくことは、新型コロナウイルス感染症対策にもなります。健康に不安があるときは、まず、かかりつけ医・かかりつけ歯科医に相談しましょう。



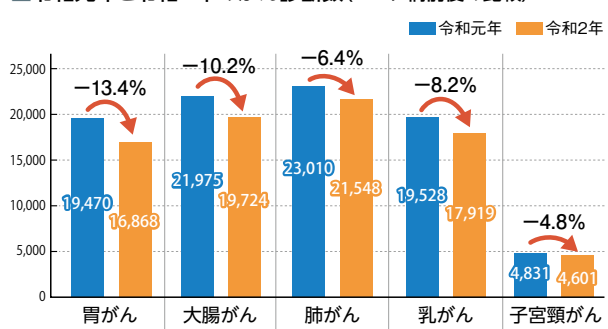
コロナ禍でも「がん検診」は必要です

日本対がん協会が行った調査によると、令和2年は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、5つのがん（胃、大腸、肺、乳、子宮頸）の診断件数は、9.2%減少したことが分かっています。

コロナ禍で受診を迷っている間も、生活習慣病やがんは進行しています。がんの初期は、自覚症状がないことがほとんどです。定期的に検診を受けて、早期発見の機会を逃さないようにしてください。

（参考）日本対がん協会ホームページ <https://www.jcancer.jp/news/12418>

■令和元年と令和2年のがん診断数（コロナ禍前後の比較）



6月から市の がん検診が始まります！

市で実施するがん検診について詳しくは、「健康づくりのてびき」をご覧ください。

令和4年度の「健康づくりのてびき」は、広報5月1日号と同時に配布しています。



肝炎ウイルス検診の節目対象者へ 無料券を送付しています！

40・45・50・55・60・65歳（令和5年4月1日時点の年齢）で今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがない人を対象に5月中旬に無料券を送付します。

※無料券に記載の下記医療機関名に変更がありましたのでお知らせします。

「服部クリニック」は、「こばやし内科・呼吸器内科クリニック」（亀田町 ☎83-2121）に継承されました。



皆さんの暮らしに寄り添う 「民生委員・児童委員」

問合せ先 地域福祉課福祉総務グループ(あいあい ☎84-3311)
亀山市民生委員児童委員協議会連合会事務局(亀山市社会福祉協議会内)(あいあい ☎82-7985)

民生委員・児童委員は、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。給与の支給はなく、皆さんの身近な地域を見守るボランティアとして活動しています。

民生委員は、児童福祉法に基づいた児童委員も兼ねていて、妊娠中の心配ごとや子育ての不安に関するさまざまな相談にも応じています。また、子どもや子育ての相談や支援などを専門に担う「主任児童委員」もいます。

民生委員・児童委員、主任児童委員は、住民の皆さんが、ともに支え合い、ともに暮らし、「ふだんの、くらしの、しあわせ」を実感できるまちを目指して、地域の身近なところで日々活動しています。

民生委員・児童委員、主任児童委員の活動内容やインタビューなどを動画で紹介しています。



●亀山市社会福祉協議会【公式】チャンネル より
「あなたの暮らしに寄り添う【民生委員・児童委員 主任児童委員】」
<https://youtu.be/fBtHXfgRZjk>



民生委員・児童委員、主任児童委員は、関係機関への「つなぎ役」

民生委員・児童委員は、地域住民の立場に立って、さまざまな相談に応じ、支援を必要とする住民と行政や専門機関などをつなぐ役割を担っています。

また、主任児童委員は、子育てを地域全体で支えるため、支援が必要と思われる家庭と行政や小・中学校などの関係機関をつなぎ、担当地区の民生委員・児童委員と連携しながら、さまざまな活動に取り組んでいます。

★民生委員・児童委員の主な活動

支援が必要な家庭などに対するさまざまな相談（一人暮らしの心配、介護の悩み、子育ての不安など）に応じた訪問活動や見守り活動など

訪問活動

支援が必要な高齢者宅などを戸別に訪問し、声掛けや安否確認を行っているほか、一人暮らしの高齢者世帯等への定期的な見守りなど、訪問活動を行っています。

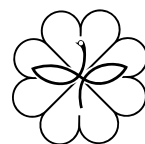
見守り活動

子どもたちが安全・安心に登下校できるよう、通学路の危険な箇所において、見守り活動を行っています。



ひとりで悩まないで、ぜひ、民生委員・児童委員にお気軽にご相談ください

民生委員・児童委員は地域の皆さんの身近な相談相手として、介護や育児などの相談に応じています。
また、支援が必要な場合は専門機関へつなぎますので、お困りのことがあれば、気軽にお近くの民生委員・児童委員にご相談ください。担当の民生委員が分からないときは、地域福祉課福祉総務グループまたは亀山市民生委員児童委員協議会連合会事務局へご連絡ください。



民生委員・児童委員のマーク

令和4年度は

民生委員・児童委員の一齐改選の年です

民生委員・児童委員、主任児童委員の任期は3年で、現在就任している委員は、令和4年11月30日に任期満了となります(再任可)。

民生委員・児童委員の一齐改選にあたっては、まず、民生委員・児童委員の担当地区ごとに、その地区内の自治会から次期候補者を推薦していただきます。その後、亀山市民生委員推薦会で選考を行い、県での審査を経て、厚生労働大臣から委嘱されます。「地域の中で活動してみたい」、「地域貢献に携わりたい」など、民生委員・児童委員の活動に興味がある人は、地域福祉課福祉総務グループまでお問い合わせください。

『ぜひ、私たちと一緒に活動を始めてください』

市内には、4地区の民生委員児童委員協議会があり、身近な地域で、生活上の心配ごとや困りごとのほか、医療や介護、子育ての不安など、幅広い相談に応じながら、抱えている課題が解決につながるよう、定例会や研修会などを開催しています。

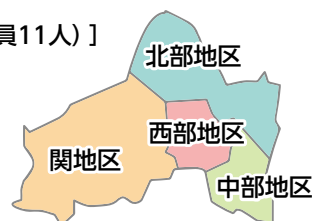
私自身も、活動を始めて12年目になります。支援が必要な方を関係部署につないで、困りごとや相談ごとが良い方向に向かったり、解決につながったりしたときは、お力になれたとうれしく思います。



亀山市民生委員児童委員協議会連合会
会長 小林 智子さん

◎亀山市民生委員児童委員協議会連合会〔定数102人(うち、主任児童委員11人)〕

- 西部地区民生委員児童委員協議会 …………… 23人
- 北部地区民生委員児童委員協議会 …………… 31人
- 中部地区民生委員児童委員協議会 …………… 26人
- 関地区民生委員児童委員協議会 …………… 22人



★主任児童委員の主な活動

子どもの見守りや子育て世代の幅広い相談、情報交換、育児に関する支援や児童健全育成活動など

情報交換会

支援が必要と思われる家庭や子どもに対応するため、2カ月に1回、子ども未来課職員と情報交換を行っています。また、その中で関わる必要性があると判断される家庭には、市職員と一緒に訪問しています。

子育てサロン

地域で開催している子育てサロンで子どもと遊んだり、保護者の皆さんとの交流を深めたりしています。



『子どもたちが成長していく姿を見ることが活動の励みになっています』

地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談支援を行っています。少しでもサポートができれば良いなと思い活動していますので、お気軽に声を掛けてください。



亀山市民生委員児童委員協議会連合会
主任児童委員 部長 宮崎 道子さん



ワクチン接種に関するお知らせ

問合先 新型コロナウイルスワクチン接種室(あいあい) ☎98-5565

新型コロナウイルスワクチンの追加(3回目)接種について

▷12歳から17歳の追加(3回目)接種

国によりファイザー社ワクチンを使用した12歳から17歳の追加(3回目)接種が認められ、市でも、2回目接種完了から6カ月以上経過している満12歳から17歳の人に対して、新型コロナウイルスワクチンの3回目接種を進めます。

接種対象者 接種日時点で、2回目接種完了から6カ月以上経過している満12歳～17歳の人

接種時期・接種券一体型予診票の送付日(予定)

2回目接種時期	接種券一体型予診票送付日	予約開始日	接種開始日
令和3年5月～10月	令和4年4月5日(火)	4月15日(金)	4月18日(月)
令和3年11月	令和4年4月11日(月)	4月21日(木)	5月1日(日)頃
令和3年12月	令和4年5月16日(月)	5月25日(水)	それぞれ2回目接種 から6カ月経過後
令和4年1月	令和4年6月15日(水)	6月24日(金)	

接種場所 あいあいでの「集団接種」のみ

▷18歳以上の追加(3回目)接種

引き続きファイザー社ワクチンと武田/モデルナ社ワクチンを使用して追加(3回目)接種を行います。次のスケジュールで順次接種券を発送しますので、接種券が届くまでしばらくお待ちください。

接種対象者 新型コロナウイルスワクチンの2回目接種を受けた18歳以上の人

※2回目の接種を受けていない人には、接種券一体型予診票は送付しません。

接種時期・接種券一体型予診票の送付日(予定)

2回目接種時期	接種券一体型予診票送付日	予約開始日	接種開始日
令和3年12月	令和4年5月16日(月)	5月25日(水)	それぞれ2回目接種 から6カ月経過後
令和4年1月	令和4年6月15日(水)	6月24日(金)	

※接種開始日は、予約状況により前後します。スケジュールの最新情報は、市ホームページなどでご確認ください。

接種場所 集団接種：あいあい 個別接種：市立医療センター(ファイザー社ワクチンのみ)

予約方法

12歳から15歳の予約は事前説明があるため、電話予約をご利用ください。インターネット予約はできません。

予約時は、
お手元に接種券を
ご用意ください。
10桁の「お問い合わせ番号」が必要です。



電話予約[予約専用ダイヤル]

☎ 0120-946-301

【受付時間】

月～金曜日

午前9時～午後7時

土・日曜日、祝日

午前9時～午後5時



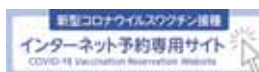
インターネット予約(24時間受付)

<https://jump.mrso.jp/242101/>

市ホームページからもアクセスできます。
「TOPページ」→「ワクチン接種関連情報」→
「インターネット予約専用サイト」



新型コロナウイルス感染症・
ワクチン接種 関連情報



新型コロナウイルスワクチン接種に関する相談窓口

■亀山市 新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター(相談窓口) ☎ 0595-98-5566

【受付時間】 月～金曜日 午前9時～午後7時 / 土・日曜日、祝日 午前9時～午後5時

■三重県 みえ新型コロナウイルスワクチン接種ホットライン ☎ 059-224-2825

【受付時間】 午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日含む)

■三重県 新型コロナウイルスワクチン副反応相談窓口 ☎ 059-224-3326

【受付時間】 24時間対応(土・日曜日、祝日含む)

■厚生労働省 新型コロナワクチンコールセンター ☎ 0120-761-770

【受付時間】 午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日含む)

水害に備えよう！

5月は水防月間です。「自らの命は自らが守る」意識をさらに高め、適切に水害に備えましょう。

問合先 防災安全課防災安全グループ(☎84-5035)



事前の備え

自分の住んでいる地域や勤務する場所、頻繁に訪れる場所にはどんなリスク（危険）があるのか、「風水害ハザードマップ」などで日ごろから確認しましょう。

また、分散避難（親族・知人宅）や市が指定する避難場所への避難など、どこへ避難するか、安全に避難するためにはどの経路を通ればいいのか、普段から家族で確認しておきましょう。

大雨が近づいたら

水害が心配されるような雨が続く場合は、気象情報に注意しておくことが重要です。テレビ、ラジオ、インターネットなどを活用して防災情報（河川の水位・雨量等）を収集するなど、さまざまな情報に注意し、市から避難情報が発表されたら速やかに避難しましょう。

雨の中の避難は非常に危険ですので、市から避難情報が発表されない場合でも、避難が必要と判断したら家族や隣近所に声掛けをし、早め早めの避難行動を取りましょう。



自分の身を守る

台風の接近や大雨が予想されるときは早めに避難の準備を行い、不安に思っても、川や用水路の様子を見に行くことは危険ですのでやめてください。

避難の途中で危険を感じたら、無理に避難所へ向かわず、付近の丈夫な建物の高い場所に避難しましょう。万一、屋外への避難が困難な場合は、自宅の上の階へ避難する垂直避難など、屋内で安全確保を行うことが必要です。



市では、「亀山市総合防災マップ」（「わたしの防災マップ」「地震ハザードマップ」「風水害ハザードマップ」）を作成しています。

「風水害ハザードマップ」で自宅周辺などのリスクを把握し、避難場所と避難経路を確認しましょう。

「わたしの防災マップ」に、必要なことを書き込んで各家庭オリジナルの冊子を作成することができます。安全な避難行動を取るために、ぜひお役立てください。

「亀山市総合防災マップ」について詳しくは、市ホームページをご覧ください。

亀山市総合防災マップ



亀山市総合防災
マップ紹介動画
はこちら⇒



市政について、市職員が集会などへお伺いしてお話しします。

内 容 市の職員が集会などへお伺いし、各テーマについてお話しします。

申込要件

- ・市内に在住する人が10人以上集まる集会や会合など（実施時間は90分程度）
- ・参加者が特定でき、次の項目などの新型コロナウイルス感染症の感染防止対策が図れること
- 3つの密（密閉・密集・密接）を避ける、人と人との距離を確保する、アルコール消毒液を設置する、マスク着用を呼び掛ける、発熱や咳等の症状がある人には参加自粛の協力要請をする

申込方法

申込書に必要事項を記入の上、各担当部署へ直接お申し込みください。

※申込書は、本庁、あいあい、関支所、各地区コミュニティセンターにあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

問合せ先 広報秘書課広報グループ(☎84-5021)

分野・テーマ	内 容	担当部署
防災・安全	オリジナル防災マップを作ろう！	災害が発生する前、災害直後、避難生活のそれぞれの場面で各自で行わなければならないことやできることを考え、わたしの防災マップを作成
	災害への備えは？ ～地震・風水害対策～	地震の仕組み・被害想定とその対策、河川の氾濫水位・気象警報などによる避難、「自助」と「共助」の大切さについて
	「避難」とは？	避難先や避難方法（市指定の避難場所等への避難や感染症予防のための分散避難など）、皆さんに知っていただきたい「避難」について
	みんなで救おう「要配慮者」	大規模災害発生時における、高齢者、障がい者などの『要配慮者』に対する「共助」・地域の関係づくりについて
	火災リスクを減らそう ～家庭で取り組む住宅防火～	住宅火災の実態を踏まえた効果的な防火対策や火災リスクを低減させる生活習慣を紹介
	初期消火が肝心です！	訓練用消火器などを使用した初期消火の訓練指導について
まちづくり	尊い命を守る「応急手当」	AED（自動体外式除細動器）の使用方法や心肺蘇生法などの応急手当の実技指導について
	「住めば、ゆうゆう。」亀山 まちの魅力をみんなで発信！	シティプロモーション専用ホームページの使い方の説明、また亀山の魅力について皆さんと一緒に考える
	まちづくりの原点は 「まちづくり基本条例」	「一人ひとりが生き生きと輝き、幸せに暮らせるまち」の実現を目指す「まちづくり基本条例」について
	市民みんなが主役です！ 「亀山市総合計画」	2025年までの総合的なまちづくりの指針「第2次亀山市総合計画」について
	リニアを亀山へ ～LINEAR TO KAMEYAMA～	リニアの構造や仕組み、リニア開業で期待される効果、誘致に向けた取り組みなどを紹介
	普段のおでかけに、乗合タクシーがおすすめです！	乗合タクシー制度（かめやまのりあいタクシー のりかめさん）の説明、利用者登録の受付など
	わかりやすい「財政」について	市の予算・決算などの財政状況について
	知りたい！聞きたい！都市計画	亀山市都市マスタープランや亀山市の都市計画について
	景観について考えてみませんか？	「亀山市景観計画」の説明、また景観について皆さんと一緒に考える
健康	JR 亀山駅周辺はどう変わるの？	市の玄関口である JR 亀山駅周辺の再生に向けた取り組みと再生の方向性について
	プラス 10 から始める健康づくり	日ごろからできる健康づくりや感染症予防対策についての講話や体操など
	子どもの成長をあたたく支援するには？	子どもの発達段階に応じた支援について
	女性が自分らしく生きるために	女性が抱えるさまざまな困難や悩み、生き方について一緒に考えましょう
子育て・福祉	知って得する在宅医療・介護のすすめ	住み慣れた地域で安心して過ごしていくための、市の在宅医療や介護のサービスについて
	「制度のはざま」の福祉課題には、どう対応しているの？	子ども・障がい・高齢・生活困窮といった分野ごとの制度では対応することが難しい、ひきこもりなどの福祉課題への支援体制づくりについて
	身近な市税のお話	市税の種類や税率、個人市民税や固定資産税の課税の仕組みについて

分野・テーマ		内 容	担当部署
生活・文化	市民活動応援券で何ができるの？	市民活動応援制度について分かりやすく説明	まちづくり協働課 市民協働グループ (☎ 84 - 5008)
	消費生活トラブルに巻き込まれないためには ～最近のトラブル事例から～	消費生活に関する最近のトラブル事例、商品やサービスの契約等で困ったときの対処方法など、知って得するお話	
	安心して医療を受けられる「福祉医療費助成制度」をご存じですか？	令和4年9月からの制度改正の内容を含んだ福祉医療費助成制度（子ども・心身障がい者・一人親家庭等）の概要や助成の仕組みについて	市民課医療年金グループ (☎ 84 - 5005)
	75歳からどう変わるの？ 「後期高齢者医療制度」	令和4年10月からの窓口負担割合の見直し等を中心として、制度の概要や保険料の仕組み、給付等の説明および医療費の適正化に向けた取り組みについて	
	国民健康保険について聞いてみませんか？	制度の概要や保険料の仕組み、受けられる給付、また医療費の適正化に向けた取り組みについて	市民課国民健康保険グループ (☎ 84 - 5006)
	作りませんか？マイナンバーカード	マイナンバーカードを持っているとできることや使用例について（申請希望者には、顔写真撮影（無料）と申請サポートを行います）	市民課戸籍住民グループ (☎ 84 - 5004)
	みんなで考えよう！ 「人権」、「男女共同参画」	亀山市の「人権」、「男女共同参画」に関する取り組みについて	文化課人権・ダイバーシティグループ (☎ 96 - 1224)
	狭い道に面して建物を建てるときは？	幅員4m未満の道路に接した敷地で、建築行為などを行う場合の事前の協議について	建設管理課管理グループ (☎ 84 - 5102)
	おいしい水道水 ～安全で安心な水道水が届くまで～	水道水源から各家庭への給水の仕組み、事業内容や施設の現状について	上水道課上水道工務グループ (☎ 97 - 0622)
教育・歴史	暮らしを豊かにする下水道！ もし、下水道がなかったら？	下水道の役割・仕組み・正しい使い方と亀山市の下水道整備状況について	下水道課下水道管理グループ (☎ 97 - 0628) 下水道課下水道工務グループ (☎ 97 - 0627)
	文化財の保存と活用	市内に所在する文化財、またその文化財愛護に関心を持っていただけるようなお話	文化課まちなみ文化財グループ (☎ 96 - 1218)
	あなたのまちの歴史散歩	市内の歴史や、お住まいの地域の歴史、これまでに展示した資料の見どころなどを紹介	歴史博物館 (☎ 83 - 3000)
	あなたの学びが地域を創る	さまざまな「学び」の成果を通じて、地域社会で活躍できる人材を育てる「かめやまキャンパス」の取り組みについて	教育委員会事務局 生涯学習課社会教育グループ (☎ 84 - 5057)
	かめやまお茶の間10選(実践)	「お茶の間」で家族みんなで実践してもらいたいことをまとめた応援メッセージを紹介	
	新しい図書館を創ろう！	JR 亀山駅前に整備される多機能型の新しい図書館でしてみたいことを一緒に考える	教育委員会事務局 生涯学習課社会教育グループ (☎ 84 - 5057) 図書館 (☎ 82 - 0542)
環境・産業	図書館を活用しよう！	図書館の利用案内、図書館を上手に使う方法などについて	教育委員会事務局 図書館 (☎ 82 - 0542)
	地球温暖化対策で私たちにできること	温暖化の現状と原因、私たち一人ひとりが取り組める活動を紹介	
	猫フン尿対策 ～地域猫活動ってニャーに？～	猫によるフン尿問題を減らすために有効な「地域猫活動」や「TNR 活動」などについて紹介	
	みんなで生き物ウォッチ ～知れば知るほどおもしろい！ 亀山の自然と生き物教室～	身の回りの生き物を探したり、ネイチャーゲームを通して身近な自然のことを学習	環境課環境創造グループ (☎ 96 - 8095)
	生き物が私たちの暮らしを支えているんだよ！ ～生物多様性を守るため、私たちに今できること～	なぜ生き物を守らなければならないのか、生物多様性とは何か、また普段の暮らしの中で私たちにできることを学習	
	もったいない！「ごみの減量とリサイクル」のススメ	ごみの分別を通じて、家庭や地域でできるごみを減らすための取り組みについて	
	何が変わったの？「雑がみ」と「その他色びん」の分別収集	「雑がみ」と「その他色びん」の分別方法について	環境課廃棄物対策グループ (☎ 82 - 8081)
	どうなる？私たちのごみのゆくえ	「溶かして再利用する」ごみ処理方法と再資源化、最終処分量ゼロへの取り組みについて	
	できることから始めよう！ 食品ロス削減	必要な分だけ買い物を、食材を使い切る、食べ残しをなくすなど、できることから始めていく取り組みについて	
	亀山茶をおいしく入れよう♪	日本茶インストラクターやアドバイザーによる亀山茶のおいしい入れ方やお茶の効能などについて	農林振興課農林政策グループ (☎ 84 - 5068)
	地域ぐるみで農地を守り、耕作放棄地を解消しよう	耕作放棄地を解消するための対策と農地の活性化について	
	ご存じですか？獣害対策	サル、イノシシ、シカから農林産物などを守るための身近な対策について	農林振興課農林施設グループ (☎ 84 - 5082)

マイナンバーカードの 出張申請受付サービスをご利用ください！

市役所に行かずにマイナンバーカードを作成できます。

市内事業所、自治会、各種グループなどへ市職員が訪問して、マイナンバーカードの申請を受け付けます。イベントや地域行事などに合わせての出張もできますので、気軽にご相談ください。

問合先 市民課戸籍住民グループ (☎ 84 - 5004)



マイナンバーカードがあれば

- 顔写真付きの本人確認書類になる
 - 健康保険証として利用できる
 - コンビニで住民票などが取得できる
- ほかにも便利な機能がたくさん！



市職員が
指定の会場へ
訪問



市職員が
手続きを
サポート



必要な
顔写真を
無料で撮影



カードは
ご自宅に郵送
※受付時に本人確認が
完了した場合

さらに、会場で申請された人に、QUOカード(1,000円分)を進呈！

※令和5年2月28日まで、または6,000人に到達次第終了

手続きは簡単3ステップ♪

- ① **市民課戸籍住民グループへ申し込み**
日時や会場の打ち合わせ、申請者の確認など
- ② **指定の会場でカード申請手続き**
書類作成(サポートあり)、顔写真の撮影など
- ③ **自宅でカードを受け取る**
約1カ月後、本人限定受取郵便で、都合の良い日時にカードを受け取る

対象団体(対象者)・実施日時

- 対象団体** おおむね10人以上の申請(対象)者が見込める市内事業所、自治会、各種グループなど
※イベントや地域行事などに合わせての出張も可
- 対象者** 亀山市に住民登録があり、初めてマイナンバーカードを作成する人
- 実施日時** 午前9時～午後5時ごろ(平日)
※休日、平日の時間外の出張についても応相談

本庁や関支所でもマイナンバーカードを申請できます(1人から可)。
また、カードを郵送で受け取る方法で申請した人は、QUOカード(1,000円分)進呈の対象となります。

～マイナンバーカードでマイナポイント～

最大20,000円分のマイナポイントがもらえます！

- マイナンバーカード取得後にマイナポイントの申し込みをすると、
- ① **選んだキャッシュレス決済サービス(交通系ICカード、OO payなど)でチャージや買い物をすると、利用金額の25%(最大5,000円分)**
 - ② **健康保険証としての利用申し込みで7,500円分**
 - ③ **公金受取口座の登録で7,500円分**
- のマイナポイントが付与されます。付与されたマイナポイントは、選択したキャッシュレス決済サービスのポイントとして使うことができます。
- ※すでにマイナンバーカードを取得済みで、マイナポイント未申込者も対象になります。
- ※②③のマイナポイントの申し込みと付与は、令和4年6月頃に開始予定です。

好きな
キャッシュレス
決済サービスで
使える！

詳しくは、総務
省ホームページ
をご覧ください。

マイナポイント 🔍



お知らせワイド

令和4年度も 市民活動応援券を ご活用ください！



令和4年度はオレンジ色です。
有効期間：令和4年4月1日～
令和5年3月31日

応援券は、市から地域まちづくり協議会へ交付し、皆さんは、地域まちづくり協議会の事業に参加するなどして、応援券を取得することができます。各地域まちづくり協議会が、どの事業などで配付するかを決めます。

取得した応援券の使い方

1. サロンや自治会、子ども会、学童保育などの活動に、登録団体へ依頼して来てもらうことができます

個人で取得した応援券を持ち寄って、「市民活動応援制度冊子」に掲載の登録団体（提供先が「個人」と記載の登録団体に限る）へ、教室の開催や演奏の披露などを依頼できます。

2. 市民同士で自由に使用することができるので、必要としている人に譲ることができます

3. 冊子に掲載されている登録団体へ寄附することができます

【寄附方法】

- ①登録団体への直接寄附
- ②寄附ボックス（市民協働センター「みらい」）への投函
- ③寄附ボード（地域まちづくり協議会の行事などで臨時に設置）への投函

令和4年度市民活動応援制度冊子ができました

登録団体を紹介しています。

【配置場所】

- 各地区コミュニティセンター
- 本庁
- 関支所
- あいあい
- 林業総合センター
- 市立医療センター
- 市民協働センター「みらい」

※冊子を希望する人には、まちづくり協働課
市民協働グループ（本庁1階）でお渡しします。

問合せ先 まちづくり協働課市民協働グループ(☎84-5008)



お知らせワイド

18歳から大人に！ 消費者トラブルに巻き込まれないために！

令和4年4月1日から、民法改正により成年年齢が20歳から18歳に変わりました。未成年者が契約するには、親などの法定代理人の同意が必要です。その同意を得ずに契約した場合には、民法で定められた「未成年者取消権」によって取り消すことができます。成年に達すると、親の同意を得なくても自分の意思で契約できるようになりますが、未成年者取消権は行使できなくなるため、安易に契約を結んでしまうとトラブルに巻き込まれる可能性があります。消費者トラブルに巻き込まれないために、契約に関する知識や正確な判断ができる力を身に付けましょう。

市ホームページに消費者トラブルの事例を掲載していますので、ご確認ください。また、消費者庁のLINE公式アカウント「消費者庁 若者ナビ！」にて、消費者トラブルの情報を発信していますので、ご活用ください。

消費者トラブルで困ったときは

契約によっては、取り消しや解約ができる場合があります。契約後でも疑問に思ったり、困ったり、不安に感じたりしたときは、一人で抱え込まず、早めに消費生活センターへご相談ください。

相談窓口 鈴鹿亀山消費生活センター（☎059-375-7611）



消費者庁
消費者
ホットライン



消費者庁
18歳から大人
特設ページ



消費者庁
LINE 公式アカウント
消費者庁 若者ナビ！

問合せ先 まちづくり協働課市民協働グループ(☎84-5008)

かめやま教育通信

第62回



学校給食“費”のお話

学校給食費とは？



学校給食を提供するためには、いろいろな経費が必要です。食べ物や材料のほか、電気・ガス・水道、大量の食材を調理するための設備や器具、そして調理をするための場所や人手が必要となります。



学校給食法第11条では、食材料費は保護者負担(学校給食費)とし、それ以外の施設設備費、修繕費、人件費は、学校設置者である市の負担とするように定められています。また、光熱水費については、市が負担することが望ましいと国



【負担経費の区分】

施設設備費	→	市費
修繕費		
人件費		
光熱水費	→	学校給食費
食材料費		

の指針で示されています。

市の学校給食費は、現在、小学校は月額4,400円、関中学校は月額4,800円、亀山中学校・中部中学校のデリバリー給食は日額270円(牛乳代は別途)です。物価上昇の影響を受けながらも、献立等の工夫により、平成27年に改定した金額を維持しています。

公会計による管理



令和2年度まで、学校給食費を学校ごとに集めていましたが、適切な資金管理と学校教職員の負担軽減を図るため、令和3年度からは、市の会計に組み入れ、予算に計上して管理しています。(デリバリー給食に係る学校給食費は、委託業者が管理)



収入と支出のバランス

食材料費の支出は、学校給食費の収入と等しくなるように調整しています。未納などにより収入が減ると、給食の質を維持することが難しくなりますので、円滑な納付をお願いします。毎月の口座振替が難しい場合は、教育総務課保健給食グループへご相談ください。

問合先 教育委員会事務局教育総務課保健給食グループ(☎84-5073)



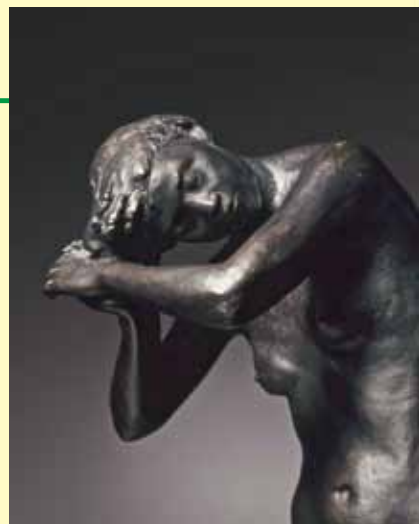
亀山市名誉市民

彫刻家 中村 晋也

作品紹介「ふるさとあい」Vol.71

「創生期」昭和61(1986)年制作

瑞々しい若葉が薫るエネルギーに満ちあふれた季節となりました。
この作品は、上半身を大きく右に傾けながら、両の手で髪をたばね、頭を支えるように前屈の姿勢をとる女性像です。軽く曲げた両ひざは、まるで開きかけた若葉がこれから全身を伸ばして、青々と繁茂するその時のために、静かに力を蓄積している様子を感じさせます。
青春の痛みや悲しみは、後の人生のための、大切な鍛錬の日々なのかもしれませんね。不安な世界情勢の昨今ですが、若者たちの創る未来が、平和で穏やかでありますようにと願わずにはられません。



80cm(高さ)×30cm(幅)×25cm(奥行き)
中村晋也美術館

特別協力 (公財) 中村晋也美術館 (URL <http://www.ne.jp/asahi/musee/nakamura/index.html>)



情報交流ひろば
となりまち

伊賀市 甲賀市 亀山市
いこか



伊賀市

一見の価値あり！
忍者市駅の案内表示



伊賀鉄道忍者市(上野市)駅に新しい出発時刻案内表示器が設置されました。駅コンコースでは近鉄線のりかえ方面とJR線のりかえ方面を分かりやすく表示し、ホームでは3列車分の出発時刻を音声とともに案内しています。忍者が手裏剣を投げる、刀を振るう、ドロンと消えるなど、動きのあるデザインは忍者市駅にぴったりで、眺めていると電車を待つ時間も楽しく過ごせます。

新しくなった案内表示を、ぜひ忍者市駅でご覧ください。

問合先 伊賀鉄道(株) ☎0595-21-3231
交通政策課 ☎0595-22-9663

伊賀市秘書広報課(☎0595-22-9636)

甲賀市

GOTO甲賀で
クーポン券がもらえます

新型コロナウイルス拡大により大きな影響を受けている観光事業者を応援するため、甲賀市内の宿泊施設に宿泊いただいた方に対し、市内飲食店や土産物店などで利用できるクーポン券を配布します。

ぜひこの機会に、甲賀市の魅力をたっぷりご堪能ください。

クーポン券配布額 お一人1泊につき2,000円
(500円4枚つづり)

配布対象者 市内の指定宿泊施設を利用した宿泊者
市内外の居住制限なし
宿泊料金が発生しない小人(子ども)は対象外

指定宿泊施設 市内18施設
利用可能店舗 市内130店舗(4月1日現在)

クーポン券利用期間 12月31日(土)まで
※詳細は、以下の二次元コードからご確認ください。

問合先 (一社) 甲賀市観光まちづくり協会

☎0748-60-2690

信楽町観光協会

☎0748-82-2345



甲賀市秘書広報課(☎0748-69-2101)



もよおし

カナリア(認知症)カフェ

地域福祉課高齢者支援グループ
(あいあい ☎84-3312)

カナリアカフェは、認知症のことで心配のある人やその家族、地域の人、専門職などが気楽に集い、交流、情報交換、相談ができる場です。

※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

元気丸カフェ

と き 5月17日(火)

午後1時30分～3時30分

ところ あいあい1階集団指導室

問合先 地域福祉課高齢者支援グループ(☎84-3312)

はなカフェ

と き 5月6日(金)、20日(金)

午後1時30分～3時30分

ところ 老人福祉関センター

問合先 はなの家(☎96-0217)

出張年金相談

日本年金機構津年金事務所
(☎059-228-9112)

社会保険労務士が、年金の請求や受給などの相談を受けます。年金制度について、気軽にご相談ください(予約制)。

と き 5月19日(木)

午前10時～午後3時

※正午～午後1時を除く

ところ 西庁舎1階第4会議室

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。(音声案内に従って①→②を選択)

※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] <https://www.nenkin.go.jp/>)からダウンロード可)が必要です。

かめやまスポーツフェスティバル2022

西野公園体育館
(☎82-1144)

西野公園でスポーツフェスティバルを開催します！バイオレットアイリス所属選手による運動能力UP体操や元プロテニス選手による硬式テニスレッスンなどいろいろなスポーツを体験できます。

と き 5月22日(日)

午前9時～正午

※受付は午前8時40分から

ところ 西野公園

(体育館、運動広場、庭球場)

内容・対象者・定員

親子で運動能力UP体操

①小学生(定員30人)

午前9時30分～10時30分

②年長児とその保護者(定員20組)

午前11時～正午

サッカー体験会

①年中・年長児(定員20人)

午前9時30分～10時30分

②小学生低学年(定員20人)

午前11時～正午

ティンボール体験会

①年中・年長児(定員20人)

午前9時30分～10時30分

②小学生低学年(定員20人)

午前11時～正午

硬式テニスレッスン

①初心者クラス(定員各回10人)

②中級者クラス(定員各回10人)

(1回目)午前9時30分～

10時30分

(2回目)午前11時～正午

ニュースポーツ体験会

18歳以上の人(定員なし)

ウェイトリフティング体験会

年長児～小学6年生(定員なし)

参加費 無料

持ち物など 運動靴、体育館シューズ、タオル、着替え、飲み物

申込開始日 5月5日(祝)

申込方法 西野公園体育館へ電話でお申し込みください。

その他 少雨決行(雨天の場合は、8時以降にお問い合わせください。)

当日参加できる種目もあります。



バイオレットアイリス所属選手



テニスコーチ(後藤翔太郎)

かめやま子育て
LINEを
ご利用ください!

友だち
募集中



ID 検索 @ 124yesn

子育てに関する情報を、
タイムリーにお届けします!

子育て世帯の交流情報や子育て支援センターのイベント、市の制度やお知らせなどをLINEを活用して発信します。

「友だち登録」を行えば、子育てに関するタイムリーな情報を受け取ることができます。

「亀山7座トレイル」 錫杖ヶ岳に登ろう

商工観光課
観光・地域ブランドグループ
(☎84-5074)

布引山地の北端に位置し、好展望の「錫杖ヶ岳」に登る登山イベントを開催します。

と き 5月28日(土)

午前9時～午後2時ごろ
※天候などにより、中止する場合があります。

登山場所 錫杖ヶ岳(676m)

集合場所 林業総合センター前
※都合により、変更する場合があります。

対象者 18歳以上の人で、健康で健脚の人、体力に自信がある人
※通院中の人や心疾患のある人はご遠慮ください。

定 員 10人(申込者多数の場合は抽選)

参加費 無料

申込期限 5月18日(水)午後5時

申込方法 商工観光課観光・地域ブランドグループへ電話またはEメール(☎ kanko@city.kameyama.mie.jp)でお申し込みください。

※住所、氏名、生年月日、電話番号が必要(メールの場合は、件名に「登山申込」と記入)

※申し込みは、2人までとします。

持ち物など リュックサック、昼食、飲み物、タオル、軽食、虫よけスプレーなど

服装など 登山に適した服装、雨具、登山靴、帽子、手袋など

その他

▷登山コースには、急な上りや下りがあり、補助ロープなどを使用する箇所があります。

▷コース途中にトイレはありません。

主 催 「亀山7座トレイル」登山道活用ネットワーク

三重県内男女共同参画連携 映画祭2022

文化課人権・ダイバーシティグループ
(☎96-1224)



© 2021「梅切らぬバカ」フィルムプロジェクト

県内の各市町が開催する三重県内男女共同参画連携映画祭として、市では、「梅切らぬバカ(主演:加賀まりこ、塚地武雅)」を上映します。

と き 6月12日(日)

午後1時～2時50分

※開場は午後0時30分

ところ 市文化会館大ホール

入場料 無料(整理券が必要)

※整理券は、本庁受付、文化課人権・ダイバーシティグループ(関支所)、市文化会館などで5月13日(金)から各施設の開庁・開館時間内に配布します。(配布は整理券がなくなり次第終了)

託 児 無料(先着10人)

※6月3日(金)までに人権・ダイバーシティグループへお申し込みください。



お知らせ

亀山市議会議員選挙の日程

選挙管理委員会事務局
(☎84-5017)

令和4年10月31日任期満了に伴う亀山市議会議員選挙の日程は、次のとおりです。

告示日 10月16日(日)
(立候補届出日)

投開票日 10月23日(日)

都市計画用途地域の 指定等に係る住民説明会

都市整備課都市計画グループ
(☎84-5046)

亀山PAスマートインターチェンジ周辺地区において、産業拠点としての土地利用促進を図るため、用途地域および地区計画の指定について、素案を作成しました。次のとおり、住民説明会を開催します。

と き 5月10日(火)午後7時～

ところ 本庁3階大会議室

※皆さんからの意見をいただき、都市計画案を確定後、都市計画決定手続きを進めます。

※今回新たに用途地域等の指定を行う地域については、市ホームページでご覧いただくか、都市整備課都市計画グループへお問い合わせください。

かめやまのりあいタクシー のりかめさん 特定目的地停留所の追加

政策推進課交通政策グループ
(☎84-5066)



次の特定目的地停留所を新たに追加しました。ぜひ、ご利用ください。

商業施設

名称	番号	小学区
伊鈴実業(有)内 バランス空間Ran	708	亀山東小
かみゆい所つくし	709	川崎小

オオキンケイギクは、持ち帰ったり、植えたりしないでください

環境課環境創造グループ
(☎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。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、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。

事業承継のご相談に応じます

三重県事業承継・引継ぎ支援センター
(☎059-253-3154)

事業承継でお悩みのすべての中小企業をサポートしています。

「事業承継の進め方がわからない」、「後継者がいない」、「経営者保証がネックになっている」など、あらゆる問題について相談に応じます。相談は無料ですので、気軽にご利用ください。

※詳しくは、三重県事業承継・引継ぎ支援センターホームページをご覧ください。



各種検診・教室

助産師による授乳相談

子ども未来課母子保健グループ
(あいあい ☎98-5003)

「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17日(火)
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

受付開始日 5月10日(火)

申込方法 子ども未来課母子保健グループへ電話または直接お申し込みください。

認知症予防タブレット体験会～楽しく健康寿命延伸到チャレンジ～

(公社)亀山市シルバー人材センター
(☎96-8641)

と き 5月26日(木)
午後1時30分～3時

ところ 城北地区コミュニティセンター

内 容 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。

※使用方法などを同世代のサポーターが丁寧に説明します。

対象者 高齢者本人やその家族(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

※体験用タブレットは主催者が用意

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、画面を直接タッチして操作する情報機器のことです。



総合保健福祉センターあいあい足湯施設を再開しました

地域福祉課福祉総務グループ
(あいあい ☎84-3311)

令和3年4月28日から閉鎖していました足湯施設について、感染防止対策を講じた上で再開しました。

再開日 令和4年4月28日(木)

利用時間 午前9時～午後5時

利用料金 無料

休業日 火曜日(火曜日が祝日の場合は翌日)

5月の納期

(納期限・口座振替日)

5月31日(火)

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。

市立医療センターだより

医療センター(☎83-0990)



4月より開設しました肝臓外来の医師を紹介します。

三重大学医学部附属病院総合診療部教授

肝臓専門医 山本 憲彦

亀山の皆さんのお役に立てればと思い、このたび、市立医療センターで肝臓外来を始めさせていただくことになりました。

肝臓病には、C型肝炎、B型肝炎などのウイルス性肝炎、生活習慣病ともいえる脂肪肝、アルコール性肝障害、自己免疫性肝疾患などがあります。それらの疾患に対して、早期に診断や治療をさせていただきたいと思います。精一杯務めますので、肝臓病でお悩みの方は、お気軽に受診してください。



肝臓外来診察日 第1・第3火曜日の午後1時から3時(予約制)

予約受付時間 平日の午後2時～4時

予約電話番号 ☎83-0990

参加費 無料

出張介護予防教室の参加者募集

介護予防とは、介護が必要な状態にならないように予防するための取り組みです。元気なうちから継続的に取り組んでいくことが大切です。



と き	ところ	担当事業所名	内容(変更することがあります)
5月23日(月)	あいあい	亀山老人保健施設	自宅でもできる介護予防 レクリエーション
5月25日(水)	あいあい	安全の里	軽体操・ビンゴゲーム等のレクリエーション
5月26日(木)	老人福祉関センター	野村きぼう苑	いつでもどこでも一人でもできる介護予防「セラバンド体操」
6月 1日(水)	老人福祉関センター	野村きぼう苑	いつでもどこでも一人でもできる介護予防「セラバンド体操」
6月13日(月)	老人福祉関センター	安全の里	軽体操・ビンゴゲーム等のレクリエーション
6月14日(火)	あいあい	老人保健施設	自宅でもできる介護予防 レクリエーション

※あいあい：1 階集団指導室、老人福祉関センター：2 階大集会室

時 間 いずれも午後1時30分～3時

対象者 市内に在住する65歳以上で、介護予防に関心のある人

定 員 各日10人(先着順)

最少催行人数 各日5人

申込期限 各開催日の3営業日前

申込方法 地域福祉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。

持ち物など 飲み物、動きやすい服装など

※一人につき原則として4回まで

問合先 地域福祉課高齢者支援グループ(あいあい ☎84-3312)



新茶がおいしい！ 亀山茶の季節がやってきた！

亀山茶を知って味わって広めよう！

亀山茶は、気候や土質、茶農家の優れた製茶技術に支えられ、上品で濃厚な味わいと香り、コクのある旨み特徴の良質のお茶です。生産拠点である中の山パイロットを中心に、市内の各地で生産されています。

令和3年度には、亀山茶が「亀山ブランド」として認定され、今後ますますその魅力が広まっていくことが期待されます。

一年で一番フレッシュな味を楽しむこの時期に、ぜひ亀山茶をお楽しみください！



第21回亀山青空お茶まつり フォトコンテスト作品募集！

市内のお茶畑(中の山パイロット)を題材とした写真を募集します。

応募作品 カラープリント4つ切(ワイド4つ切可)の単写真。1人につき3点まで。

賞 名 亀山市長賞、亀山市議会議長賞、亀山青空お茶まつり実行委員長賞

応募期限 8月1日(月) 必着

応募方法 農林振興課農林政策グループ(本庁2階)にあるフォトコンテスト応募要領に付属の応募票に必要事項を記入し、写真の裏面に添付の上、直接または郵送で、農林政策グループ(〒519-0195 本丸町577)へ提出してください。

※応募作品は、原則として返却しません。

問合せ先 農林振興課農林政策グループ(☎84-5068)



「亀山のいきもの これなーんだ？」 Vol.1



亀山市は、鈴鹿川等源流域が育む豊かな自然に恵まれ、私たちはその恩恵を身近に感じることができます。野外保育の有効性調査では、自然体験の経験が豊富にある子どもは、自己肯定感を持つ割合が高いという結果が出ています。本連載では、本市の豊かな自然を多くの人に実感していただけるよう、身近に存在するさまざまな生き物を隔月(計6回)で紹介していきます。

テーマ 「植物」 ～春から夏にかけて咲く花々～

春から夏は、美しい花が咲く時期です。亀山公園では、市の花「ハナショウブ」が見ごろを迎えます。また、「ニワゼキショウ」や「ノイバラ」などの野草も、かわいらしい花を咲かせています。

自宅の周りを散歩したり、里山公園「みちくさ」にお出掛けいただくなど、ぜひ外へ出て、身近な自然を感じてみてください。



ハナショウブ



ニワゼキショウ



ノイバラ

問合せ先 環境課環境創造グループ(☎96-8095)

図書館だより (5月)

市立図書館 (☎82-0542)

関図書室 (☎96-1036)



劇団かめレオンの人形劇

5月7日(土) 午前10時～ 市立図書館(児童室)

わくわく・どきどき・絵本をあそぶ

5月7日(土) 午後2時～ 市立図書館(児童室)

関おはなし会

5月11日(水) 午後3時～ 関文化交流センター

たんぽぽの会の紙芝居会

5月18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」

5月26日(木) 午前10時～ 市立図書館(児童室)

休館日

市立図書館…6日(金)、10日(火)、17日(火)、24日(火)、
27日(金)、31日(火)

関図書室……毎週月曜日、27日(金)



図書館の本棚から



『山亭ミアキス』古内一絵／著 KADOKAWA (2021年11月刊)

森の中の不思議な宿「山亭ミアキス」。
超絶美形のオーナーに不思議な従業員、ロビーでは
暖炉が赤々と燃え、食事は絶品のアイルランド料理。
しかし、泊まると間違いなく酷い目に遭わされる。人
をたぶらかす、謎めいた彼らの正体と目的とは――?



『胃が合うふたり』 千早茜／著、新井見枝香／著 新潮社 (2021年10月刊)

胃が合う友と囲む食卓は、こんなにも豊かで甘やかだ。
“胃袋のソウルメイト”な人気作家とカリスマ書店員が共
にした11の食事から、それぞれの見た景色や人生の味わ
いまでも鮮やかに描き出す、風味絶佳のWエッセイ集!

～新着だより～

一 般

- タラント／角田光代
- 人生の決算書／曾野綾子
- 空にピース／藤岡陽子
- コンクールシェフ!／五十嵐貴久
- 中国哲学史／中島隆博
- 新しい和の庭づくり
- 知識ゼロからのSDGs入門／夫馬賢治

児 童

- つつんぱん!／はるのまい
- どうぶつどこ?／shimizu
- どうしよう／浜田桂子
- あかちゃんといっしょ／えがしらみちこ
- さかさまがっこう／荻田澄子
- 18枚のポートレート／柏葉幸子
- じぶんでよめとりずかん

ほか268冊

歴史博物館だより (5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

※毎月第3日曜日(家庭の日)は無料

<企画展示室>

第38回企画展「亀山高校とその歴史 ～創立100周年を 記念して～」

と き 6月12日(日)まで

内 容 亀山高校は令和4年、創立100年を迎えます。
そこで鈴鹿高等女学校・亀山実業学校などの前身の
学校を含め、明治から昭和まで積み重ねられてきた
亀山高校の歴史をご紹介します。

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分までにお願いします)

※休館日…毎週火曜日(3日(火)は祝日のため開館)、6日(金)(振替休館)

URL <http://kameyamarekihaku.jp>

企画展講座「亀山高校の系譜」

と き 5月21日(土)午後1時30分～3時

ところ 亀山市歴史博物館 講義室

内 容 亀山高校は、昭和23(1948)年に鈴鹿高等女学校と亀山
実業学校が合併し、新制高校として誕生しました。亀山高校の直
接の前身となる2校の歴史や学校生活についてご紹介します。

定 員 25人(先着順)

講 師 歴史博物館学芸員 中川由莉

申込方法 5月1日(日)9時～16日
(月)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。

CATV

マイタウン かもやま

4月29日(祝)～5月5日(祝)

- ウイークリーかもやま
- かもやま情報 BOX
「免疫力を維持するための体づくり」
- エンドコーナー
「川崎愛児園①」

5月6日(金)～12日(木)

- ウイークリーかもやま
- お知らせ
「知っておきたい『がん検診』」
- エンドコーナー
「川崎愛児園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。

令和4年交通事故発生状況

(3月末現在〔暫定〕・亀山署管内)

人身事故	死亡者	負傷者	物損事故
16件(－2件)	0件(0件)	19件(－7件)	304件(+35件)

※()内は前年同期比の増減数

安全運転管理者によるアルコールチェックが義務化

飲酒運転根絶のため、安全運転管理事業所およびその従業員は、法令に従いアルコールチェックを実施してください。

【令和4年4月1日から義務化】
 ▷運転前後の運転者の状態を目視等で確認し、酒気帯びの有無を確認すること
 ▷酒気帯びの有無について記録し、記録を1年間保存すること

【令和4年10月1日から義務化】
 ▷運転者の酒気帯びの有無を目視で確認するほか、アルコール検知器を用いて行うこと
 ▷アルコール検知器を常時有効に保持すること

■安全運転管理者の選任

乗車定員11人以上の自動車1台以上、またはそのほかの自動車5台以上を保有する事業者は、その自動車を使用する本拠(事業所)単位で、安全運転管理者の選任を行わなければいけません。

上記車両は、いわゆる白ナンバーが対象です。緑ナンバーについては、お近くの運輸支局へお問い合わせください。

●亀山市内の知っておきたい交通ルール

関宿旧東海道は、一部区間に一方通行規制がありますので、ご注意ください。

亀山警察署

(☎82-0110)

市民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。

春のバラ展

さまざまな色合いや香り、また多様な花卉のバラ約70種類を、切り花や鉢植えで展示します。

14日(土)にはコンテストも行い、出品されたバラの中から、市長賞をはじめ各賞を選びます。

また、興味のある人には、栽培や剪定などのアドバイスも行っています。

と き

5月14日(土)、15日(日)

午前10時～午後5時

※15日の午後4時30分から、切り花の無料配布を予定

ところ

亀山エコータウン本館

2階催事場

入場料

無料

問合先

亀山ばら会

(所 ☎090-8489-4671)

NPO着付け三重 受講者の募集

着付け

と き

①5月～7月の第1・3月曜日

②5月～7月の第2・4水曜日

③5月～7月の第1・3土曜日

いずれも午前10時～正午

ところ

①②市民協働センター「みらい」

③関文化交流センター

参加費

3,000円(3ヵ月分)

やさしい組みひもと手織り

と き

第2・4水曜日

午後1時～3時

ところ

市民協働センター「みらい」

参加費

1回1,000円

申込・問合先

NPO着付け三重

(草川 ☎090-7046-2329)

4/17 下庄農村公園 こいのぼりあげ

下庄自治会では、地域の子どもたちの健やかな成長を願って、毎年、「こいのぼり」をあげています。

この日は、コロナ禍のため、自治会役員の皆さんだけの取り付け活動になりましたが、春の風を受けた「こいのぼり」が、気持ちよさそうに空を泳ぐ姿が見られました。

下庄農村公園の「こいのぼり」は、5月9日(月)まで見ることができます。



亀山市初の総務省消防庁消防団協力事業所に認定

2月25日付けで、株式会社スチールセンター亀山事業所が亀山市内で初の総務省消防庁消防団協力事業所表示制度の認定事業者となりました。

この制度は、市町村消防団協力事業所の認定を受けていること、一定数の従業員が消防団員であることなど、特に消防団活動に協力している実績が顕著であると認められる事業所等に対し、消防団活動への協力の証として消防庁長官が交付するものです。



「かめやま見てある記」の 広報サポーターが決定！

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4年度広報かめやまの広報サポーターが決定しました。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

読者の方から読みやすく、楽しみにしていると声を掛けていただきます。

応援してくださる力をパワーに変えて、これからも地域の魅力取材したいと思います。

後藤 麻紀さん

亀山市には、地域の方を対象としたサロンや活動、イベントなどがたくさんあります。

それらの取材を通じて、引き続き、亀山の魅力を発信していきたいと考えています。

磯崎 春菜さん

親子や子育てに関することを取材し、記事を書きたいと思っています。

親子で楽しめる穴場スポットなど、亀山の面白い情報を発信します！



かめやま 見てある記



小鳥ウォッチング

広報サポーター 松村 正

里の桜が満開になる時期には、花の蜜を求めて庭先にメジロが飛んで来ます。メジロは、目の周りが白く、薄緑色の羽毛が特徴の小柄な鳥です。

毎年、室内からメジロの姿を見ることを楽しみにしている久我地区の人に話を伺うと、「半分に切ったみかんを木の枝に刺して置いておくと喜んで食べています。『ピーイ、ピーイ』と仲間を呼ぶ声と『チョロチョロ、チュルチュル、チョロチュル』とさえずる声がとても美しく、聴いていると心地よい気持ちになります」とうれしそうに話してくれました。

近頃は、シジュウカラやヤマガラも飛んでくるようで、「一昨年、一つの巣箱を取り合いしたので、早速もう一つ巣箱を作製しました」と新しい巣箱を準備した話が聞けました。



巣箱は、細長い棒の先に据え付けられています。

小鳥がお気に召すかどうか少々気掛かりとのこと。それでも、巣箱の中で、ひなが誕生することを楽しみにしていると愛鳥たっぷり。

野鳥は、警戒心が強く、敏感なため、そーっと静かに見ることが肝心で、人が近づいたり、触ったりすると、二度とその巣には戻らないと苦い経験を教えてくれました。

そして、今でも、見たことや気付いたことを詳しく記録されているということでした。

私の家でも、ツバメの巣づくりが始まりました。軒先の掃除を兼ねて、ウォッチングを始めてみたいと思います。



ハロキッズ

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、広報グループ（☎84-5021）へご連絡ください。



服部 佑香（ゆうか）
ちゃん（右） 令和元年9月20日生まれ
倅大（こうた）
くん（左） 令和3年8月3日生まれ



木村 光希（みつぎ）
ちゃん 平成31年2月26日生まれ

毎日元気いっぱい、笑顔いっぱいありがとう!!

これからもみっちゃんの笑顔をたくさん見せてね