

かめやま

2022 SEP

9 / 1

No.406

亀山市関宿納涼花火大会

主な内容

亀山プレミアム付デジタル商品券「TAKERU」「たちばな」のご案内	2
住み慣れた地域で自分らしく過ごすために	4
かめやま教育通信（第66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。

プレミアム率
60%

亀山プレミアム付デジタル商品券

「TAKERU」「たちばな」のご案内

市では、新型コロナウイルス感染症や国際紛争などの影響により、原油価格や物価が高騰する中、市内事業者のキャッシュレス決済によるデジタル化の推進を図るとともに、市民生活の支援と消費喚起による地域経済の循環を図るため、「デジタル商品券」と「二次元コード付きのプリペイドカード」を発行します。



※画面はイメージです。



問合先 商工観光課商工業振興グループ(☎84-5049)

★プレミアム付デジタル商品券の名称「TAKERU」と「たちばな」の由来

「TAKERU」は日本武尊(やまとたけるのみこと)、「たちばな」は弟橘媛(おとたちばなひめ)が名前の由来です。「能褒野王塚古墳」に眠るとされ、古事記や日本書紀に英雄伝説の主人公として登場する日本武尊。その妃で「忍山神社」の神主忍山宿禰(おしやまのすくね)の娘とされる弟橘媛。亀山市には、日本武尊や弟橘媛の伝説が色濃く残り、遥かにいしへのロマンを偲ばせます。

亀山プレミアム付デジタル商品券「TAKERU」「たちばな」の概要

商品券の種類

●【デジタル型】と【カード型】の2種類

【デジタル型】はスマートフォンアプリを利用し、【カード型】はプリペイドカードを利用します。(どちらも1円単位で使用可能)

※【デジタル型】と【カード型】の同時申し込みはできません。

どちらか一方のみ

購入できる人

●購入を希望する亀山市民(購入申込時点)

【デジタル型】はスマートフォンとメールアドレスが必要になりますが、お子さんや高齢者、スマートフォンをお持ちでないご家族の分も同じスマートフォンとメールアドレスで購入可能です。

※申し込みは人数分必要です。

販売価格および内訳

●1セット 5,000円 1人につき最大6セットまで購入可能!

「TAKERU」5,000円分と「たちばな」3,000円分で1セットになります。([デジタル型]、[カード型]共通)

※購入希望者が多数の場合、3セット目以降は抽選となります。

(1人につき2セットまでは必ず購入できます。)

※申込者の重複、または記入漏れなどがあった場合、無効となりますのでご注意ください。

プレミアム率
60%!!

1セット 5,000円

「TAKERU」
5,000円分 + 「たちばな」
3,000円分

商品券取扱事業者
(参加店舗等)
制限なし

商品券取扱事業者
(参加店舗等)
制限あり

使用可能店舗

「TAKERU」は、登録のある全ての商品券取扱事業者(参加店舗等)で使用できます。参加店舗一覧については、広報かめやま9月16日号と同時に配布する折込チラシにてお知らせします。

「たちばな」は、商品券取扱事業者(参加店舗等)に制限があり、次の店舗等では使用できません。

「たちばな」が使用できない店舗 スーパーマーケット、ドラッグストア、ホームセンター、量販店(電化製品・酒)、病院、調剤薬局

購入申込方法

【デジタル型】、【カード型】ともに購入には申し込みが必要です。その後、申込内容を確認し、購入が可能であることを【デジタル型】はメール、【カード型】はハガキにてお知らせします。

デジタル型

カード型

購入申込 1人1回限り	専用サイトの応募フォームに必要事項を入力してお申し込みください。 ※専用サイトは、9月1日に公開します。詳しくは、9月1日以降に市ホームページをご覧ください。	専用ハガキに必要事項を記入の上、切手を貼り、郵送にてお申し込みください。 ※専用ハガキは、広報かめやま9月16日号と同時配布する折込チラシに付いています。また、本庁・あいあい・関支所等に設置しています。
購入申込期間	9月15日(木)～10月7日(金) ※販売状況によって2次販売あり	
購入引換通知	10月下旬に、商品券の購入が可能であることを証するメールを通知します。	10月下旬に、商品券の購入が可能であることを証する購入引換券(当選通知ハガキ)を郵送します。
購入場所と購入方法	クレジットカード決済(VISA・Master Card)またはコンビニエンスストア(ローソン、ファミリーマート、ミニストップ)で支払い購入してください。	購入引換券を持参し、市内の鈴鹿農業協同組合の支店(以下の9店舗)で支払い購入してください。(購入は現金のみ)
	申込分を一括でお支払いください。 例 5セット購入する場合、一括で支払い購入してください。	1セットずつ分割して購入できます。 例 5セット購入する場合、まず2セット分を支払い購入し、残りの3セット分は引換券のまま保管することもできます。 ※紛失等にご注意いただき、販売期間内に引き換えるようにしてください。
販売期間	11月1日(火)～11月30日(水)	11月1日(火)～令和5年1月20日(金)
使用方法	専用アプリ「地域Pay®」を使用します。 アプリに表示される二次元コードを商品券取扱事業者(参加店舗等)に提示してください。	プリペイドカードを使用します。 カードに印字された二次元コードを商品券取扱事業者(参加店舗等)に提示してください。
使用可能期間	11月1日(火)～令和5年2月28日(火)	

◎使用に際しての注意

- 不動産や金融商品、商品券、プリペイドカードなど換金性の高いもの、税金や水道使用料など、一部の商品・サービスには利用できません。
- 購入引換券および商品券の盗難、紛失または滅失等に対し、市はその責任を負いません。
- 使用可能期間を経過した場合、残高が残っていたとしても使用できません。また、払い戻しもできません。

亀山プレミアム付デジタル商品券に関するお問い合わせ

9月1日(木)から亀山プレミアム付デジタル商品券専用サイトおよびコールセンターを開設します。受付時間外のお問い合わせはEメールでも受け付けます。

☎ 0570-666-932 (ナビダイヤル) 【受付時間】 午前9時～午後5時 ※土・日曜日、祝日、年末年始を除く。

✉ kameyama_premium@port.ne.jp ※内容によっては、返信に数日かかる場合があります。

URL <https://www.city.kameyama.mie.jp/docs/2022071400174/>

亀山市 プレミアム商品券

検索



開設期間

9月1日(木)～
令和5年3月15日(水)

プレミアム付デジタル商品券に関する金融犯罪(振り込め詐欺等)にご注意ください!

今回のプレミアム付デジタル商品券事業について、市役所職員や金融機関の職員が暗証番号を尋ねたり、キャッシュカードを預かったりすることはありません。また、金融機関の窓口以外で現金を預かったり、職員が代理で購入したりすることはありません。犯罪の手口が複雑化・巧妙化していますので、十分にご注意ください。

住み慣れた地域で 自分らしく過ごすために



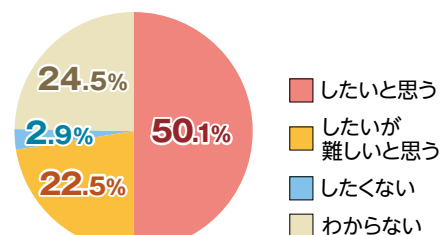
問合せ先 地域医療課地域連携グループ(市立医療センター ☎96-8208)
地域福祉課高齢者支援グループ(あいあい ☎84-3312)

誰かの手助けがないと生活ができなくなったとき、「住み慣れた自分の家で療養したい」「最期まで自宅で家族と一緒に自分らしく過ごしたい」と願う人は少なくありません。

鈴鹿亀山地区広域連合が、令和元年11月から令和2年3月に実施した「在宅介護実態調査」(要介護認定を受けている在宅療養者とその介護者)によると、「自宅で最期まで療養したいと思うか」という質問に対して、「したい」という回答が全体の50.1%を占めています。

しかし、身体上や環境上の理由により、通院困難な場合もあります。そこで、今回は、在宅での療養を希望される人を支援するため、市が取り組む「在宅医療」についてご紹介します。

■自宅で最期まで療養したいと思うか



出典：鈴鹿亀山地区広域連合実施「在宅介護実態調査」

在宅医療とは

医師や看護師などが、患者が生活している住まいへ訪問し、診療や看護などを行うことです。高齢になると、足腰の衰えなどにより病院や診療所へ通うことが困難になってきますが、在宅医療であれば、自宅に居ながら医療機関と同じような医療が受けられます。

患者の状態によって、医師だけでなく、歯科医師や薬剤師、訪問看護師、ヘルパーなど多くの職種の人が自宅などに来て、ケアをしてもらうことができます。



本市が
取り組む

在宅医療連携システム「かめやまホームケアネット」

「かめやまホームケアネット」は、病気を抱えた人が自宅で安心して生活を長く続けてもらえるように、多くの専門職でチームを組み、医療と介護を支援する市独自の在宅医療連携システムです。

特徴

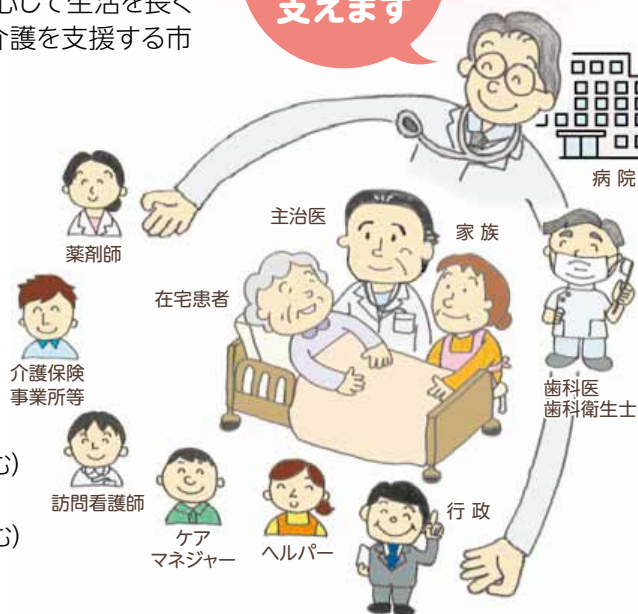
- 主治医と副主治医が連携するほか、歯科や皮膚科などの専門医とも連携し、医療面での体制を整え、支援します。
- 在宅療養中の急変時には、病状に応じて後方支援病院がサポートします。
- 行政の専門職がコーディネーターとして、チームの情報共有などの多職種の連携をサポートします。

対象者

- 市内にお住まいの人
- 通院が困難な人(近い将来通院ができなくなる見込みの人も含む)
- 在宅での療養を希望している人
- 介護保険サービスを利用している人(介護保険申請中の人も含む)
- 主治医が医師会の会員医師である人

※疾患は問いません。主治医の了解を得て利用できます。

あなたを
「みんなで」
支えます



在宅医療を支える医師の思い 「自宅にいつまでも居たい」気持ちに寄り添う

皆さんは、年齢や病気のために、これまでどおりの生活を送ることが難しくなったとき、あるいは大切な家族がそのような状態になったとき、どこで過ごしたい・過ごさせてあげたいとお考えでしょうか？

最近では、自宅で在宅医療を受けるという選択肢があります。在宅医療は、思い出の詰まった家で、これまで送ってきた日々の暮らしを大切にしながら療養することができる医療の形です。



コロナ禍で、多くの患者様・ご家族様から「面会できないことがこんなに辛いとは思わなかった」と伺い、「家族と一緒にいる」という当たり前と思っていたことが、実は当たり前ではなく、とても尊いことであると気づかされました。

亀山市には、「この家で家族と暮らしたい」を支える「かめやまホームケアネット」があります。これは、患者様・ご家族様を支えるチームを作るために、市が中心となって在宅医療に関わるさまざまな職種の人たちをつなげ、さらに急な体調の変化など自宅での療養が困難な場合に備えた病院まで整備している市独自の在宅医療の仕組みです。

当院も、令和2年7月の開院以来「かめやまホームケアネット」に参加し、市内にお住まいの約150名の患者様の在宅医療を担当させていただきました。

今後は、亀山市においても、在宅医療がすでに現実的な選択肢であることを市民の皆さんに知っていただければありがたく思います。

みえ在宅医療クリニック
門間 文彦さん



大切な人を支える家族の思い 最期までいつもの笑顔で

かめやまホームケアネット利用者 Sさん(本町)

妻の介護が必要になり、コロナ禍ということもあり、入院して療養するのか、自宅で生活しながら療養するのか、二人でよく話し合いを重ねました。

そんなとき、亀山市には「かめやまホームケアネット」という在宅医療のシステムがあることを知り、これなら安心して医療を受けることができると思い登録しました。

在宅での療養生活が始まり、男手ひとつでの食事や排せつの世話などに心配もありましたが、妻が頑張ってくれたこと、また主治医や訪問看護師、ケアマネジャーからアドバイスを受けたり、気軽に相談に乗ってもらえたり、手厚い対応があったおかげで、介護をこなすことができました。たくさんの友人や家族に対し、住み慣れた自宅で、いつもの妻の笑顔を見ることができたので、本当に良かったと思っています。

未だ続くコロナ禍において、「入院」という選択をしていたら、妻も家族も悲しみと寂しさが残ったかもしれません。

在宅医療を実現するために、あなたをみんなで支えます！

在宅医療を受けたいけれど、どこに相談すればいいのかわからない、不安や疑問があるので詳しい話を聞いてみたいなど、ひとりで悩まずに、次の相談窓口にご連絡ください。

相談
窓口

地域医療課地域連携グループ(市立医療センター)

☎ 96-8208

地域福祉課高齢者支援グループ(あいあい)

☎ 84-3312

※かかりつけ医や担当ケアマネジャー、地域包括支援センターなどの関係者にご相談いただいても構いません。

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接種の実施期間について

新型コロナウイルスワクチン接種は、現時点で実施期間が令和4年9月30日までとなっており、接種の対象となるすべての人が全額公費(無料)でワクチン接種を受けられます。なお、国において、この実施期間を延長する方向で調整が進んでいます。今後、法令等の改正により実施期間が延長された場合はあらためてお知らせします。

新型コロナウイルスワクチン接種は、感染を防ぐ効果や感染した際の重症化を防ぐ効果が認められています。接種を希望される人は、早めにご予約ください。

予約方法

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。

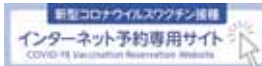
インターネット予約(24時間受付)

<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



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



接種券一体型予診票が届かない場合

他市町から転入した人や接種券なしでワクチン接種をした等の理由により接種記録が確認できていない人には、接種券一体型予診票が発送されないことがあります。接種対象者に該当し、前回の接種(2回目・3回目接種)から5カ月が経過していても接種券一体型予診票が届かない場合は、新型コロナウイルスワクチン接種室へご連絡ください。

新型コロナウイルスワクチン接種証明書の発行について

新型コロナウイルスワクチンの接種記録等を公的に証明するものとして、「新型コロナワクチン接種証明書」(国内用または海外用)を発行できます。国内では、接種後に接種会場や医療機関から手渡される「新型コロナウイルスワクチン予防接種済証」で接種したことを証明できますので、大切に保管してください。

接種証明書(电子版)の申請・発行

マイナンバーカードとマイナンバーカードが読み取れるスマートフォンをお持ちの人は、専用アプリをダウンロードすることで接種証明書(电子版)を発行することができます。

詳しくは、デジタル庁ホームページをご確認ください。



デジタル庁
新型コロナワクチン接種
証明書アプリについて

予防接種証明書(書面)の申請・発行

アプリで接種証明書(电子版)の発行が難しい人や書面での接種証明書が必要な人は、新型コロナウイルスワクチン接種室に申請することで接種証明書(書面)を発行することができます。

詳しくは、新型コロナウイルスワクチン接種室へご相談ください。



厚生労働省
予防接種証明書(書面)の
コンビニ交付について

予防接種証明書(書面)のコンビニ交付

マイナンバーカードをお持ちであれば、お近くのコンビニエンスストア等の店舗内にあるキオスク端末(マルチコピー機)で書面のワクチン接種証明書を発行することができます。

詳しくは、厚生労働省ホームページをご確認ください。

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)



9月は健康増進普及月間です

～バランス良い食事で、免疫力を維持しよう！～



問合先 健康政策課健康づくりグループ（あいあい ☎84-3316）

健康増進普及月間とは？

生活習慣病の特性や個人の生活習慣の改善の重要性について、一人ひとりの理解を深め、健康づくりを実践するための月間です。自立して健康に生活できる期間である「健康寿命」を延ばすには、生活習慣病を予防することが大切です。毎日の食事の見直しなど、バランスの良い食生活で、免疫力を維持しましょう。

野菜を意識して食べよう！

Q1. 野菜を食べるとどんなメリットがあるの？

➡野菜は、ビタミンやミネラル、食物繊維を多く含んでいます。多くの研究で、野菜を多く食べる人は、脳卒中や心臓病、特定のがんにかかる確率が低いという結果が出ています。

Q3. 350gの野菜ってどのくらいの量なの？

➡生野菜なら両手で3杯、茹でた野菜なら片手で3杯が350gの目安です。350gの野菜を調理すると、小皿（小鉢）5皿分位の料理になります。朝・昼・夕の食事にサラダや野菜が主材料の小皿（小鉢）を1皿以上食べて、1日350gの野菜の摂取を目指しましょう。

Q2. どのくらい食べたらいいの？

➡国の「健康日本21（第2次）」では、健康な生活を維持するための目標として、成人の野菜の平均摂取量を1日あたり350gとすることが掲げられています。



組み合わせて1日に5～6皿を目安に食べましょう

「え! そんなに食べられない!」と思ったあなたに!

調理方法の工夫次第で、野菜が食べやすくなります。

- 加熱して、かさを減らす工夫
炒める、レンジで加熱する、煮る（スープや汁物にする）など
- 「見た目」「食感」「味」に変化を加えて飽きない工夫
野菜の型抜きをする、ドレッシングで味を変える など

市ホームページでは市食生活改善推進協議会が考案したさまざまなレシピを、紹介しています。ぜひ、ご覧ください。



かめやま健康マイレージ 参加者募集

食事や運動、禁煙、休肝日など、自分で目標を決めて取り組み、健康ポイントを貯めることで、抽選で豪華景品が当たるお得な事業です。楽しみながら、健康づくりを始めてみませんか？

対象者 18歳以上で市内に在住または在勤する人（一人5通まで応募可）

応募期限 令和5年2月28日（火）

チラシ配布場所 あいあい、本庁、関支所（市ホームページからダウンロード可）

※詳しくは、市ホームページまたは「かめやま健康マイレージ」チラシをご覧ください。



9月1日は「防災の日」 大地震に備えて自宅での安全確保を考えましょう！

問合先 防災安全課防災安全グループ (☎84-5035)

南海トラフ巨大地震(理論上最大クラス)が発生した場合、亀山市では死者約80人、負傷者900人という被害が想定されています。

阪神・淡路大震災では、約80%以上の人が家具などの転倒により圧死したと言われています。

「自分の命は自分で守る」という自主防災対策の1つとして、自宅での安全確保を考えてみましょう。

自宅での安全確保のために

1. 自宅の安全対策を行いましょ

自宅で被災生活を送るためには、自宅の安全確保が重要です。市の取り組みを活用して、自宅の安全を確保しましょう。

■家具の転倒防止

全ての世帯員が65歳以上の世帯や在宅で介護保険制度の要介護認定3から5の認定を受けた人が属する世帯などに対して、家具等転倒防止金具の支給や取り付けを無料で行っています。大切な人の命を守るために、転倒防止器具を取り付けましょう。



■自宅の耐震診断と耐震化

木造住宅の耐震診断を無料で実施しています。また、改修が必要と診断された木造住宅に対し、耐震改修費用の一部を補助しています。

※自宅の耐震診断・耐震化は、昭和56年5月以前着工の木造住宅が対象です。

問合先 建築住宅課住まい推進グループ (☎84-5038)

2. 必要な物を備蓄しましょ

災害発生直後は、ライフラインなどが途絶える可能性があることから、食料品や日用品の備蓄が大切です。備蓄量の目安は、最低3日分(1週間程度が理想)です。

【具体的な備蓄物と数量の目安】

- 飲料水 3日で9ℓ/人(1日あたり3ℓ/人)
- 食料品 クラッカー、缶詰など調理しないで食べられる物、食べ慣れた物をローリングストック(※)しましょう
- 災害用携帯トイレ 3日で15パック/人(1日あたり5パック/人)



※ローリングストック(循環型備蓄)

普段使っている食料品や日用品を少し多めに買い置きし、生活の中で定期的に使いながら買い足して、一定の備蓄量を保つ方法です。



市内における災害の被害想定や自宅での安全対策などについて、詳しくは「亀山市総合防災マップ～わたしの防災マップ～」をご確認ください。

亀山市総合防災マップ

検索

9月9日は救急の日

～大切な人を救うため救急講習を受けましょう～



問合せ先 亀山消防署警防課 (☎82-9499)、関分署 (☎96-1780)、北東分署 (☎84-1096)

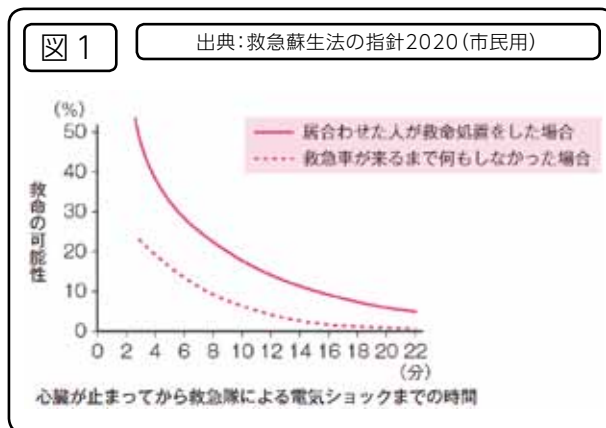
命を救うためには、

現場に居合わせた人の協力が必要

心臓や呼吸が止まった人の命が助かる可能性は、最初の10分間で急速に低下します。

市内において119番通報を受けてから、救急車が現場に到着するまでの平均時間は、約9分(令和3年)です。もし、救急車が到着するまでに何もせずにいると、助かる命の多くが助からないことになります。

救命率は、現場に居合わせた人の救命処置の有無や、心臓停止状態になってからAEDによる電気ショックまでの時間により変わります(図1)。



心肺蘇生法の実施率

本市の心肺機能停止傷病者に対する現場に居合わせた人による心肺蘇生法実施率は、51.9%(令和2年)です。この割合は、全国平均の58.1%(令和2年)を下回っています。

119番通報時、電話に出た消防職員が応急手当の方法を指導しますが、口頭では十分伝わらず、応急手当を行うことをためらう通報者がいます。

いざというときに落ち着いて応急手当ができるよう、ぜひ救急講習を受講しましょう。



救急講習は、最寄りの消防署へお申し込みください

消防署では、以下の新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を徹底した上、救急講習を実施しています。

- 受講者同士が2メートルの距離を確保でき、常時換気ができる会場の確保(消防署でも実施可)
- 受講前14日間の健康状態確認と連絡先の確認
- マスクの着用と手指消毒の徹底 など

地域の集まりやグループの勉強会などで実施いただけます。講習内容など詳しくは、申し込み時にご確認・ご相談ください。



診てもらえる病院が分からないときは救急医療情報システムをご利用ください

救急医療情報システム

- 救急医療情報センター(電話案内)
 - (対人案内) ☎059-229-1199[24時間受付]
 - (自動案内) ☎0800-100-1199[通話料無料]
 - (通話終了後に診療状況をファクスで受信可)

インターネット案内

医療ネットみえ

検索

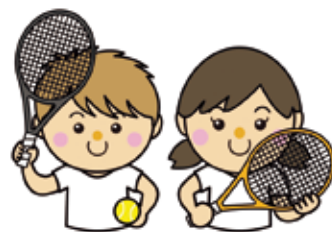
※受診の際は、必ず案内された医療機関に事前確認してください。

小児救急医療相談事業

- みえ子ども医療ダイヤル ☎ #8000
- [相談受付 毎日午後7時30分～翌朝8時]

救急車の適正利用にご協力ください

令和4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10月から開催するスポーツ・健康教室の案内です。
教室申込時に**会員証**(スポーツ保険加入証明)を発行します。

西野公園体育館 (☎82-1144)							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
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	6,000円
太極拳	木曜日	20	午後	体育館	18歳以上の人	25人	8,000円

東野公園体育館 (☎83-1888)							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
エンジョイ！エアロ	火曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	8,000円
フラでエクササイズ	火曜日	12	午前	会議室	18歳以上の人	15人	4,800円
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	8,000円
からだのゆがみ整え体操	火曜日	20	午後	会議室	18歳以上の人	20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	8,000円
リラクゼーションヨガ	水曜日	18	夜間	会議室	18歳以上の人	20人	8,100円
ポールでのびのびストレッチ	木曜日	20	午前	会議室	18歳以上の人	15人	8,000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	5,400円
健康いきいきヨガ	金曜日	18	午前	会議室	18歳以上の人	20人	8,100円
体幹バランスボール&ストレッチ	金曜日	18	夜間	会議室	18歳以上の人	15人	8,100円
ヒップホップリトル(基礎)	土曜日	18	午前	会議室	年長～小学2年	15人	8,100円
ヒップホップジュニア(基礎)	土曜日	18	午前	会議室	小学3年～6年	15人	8,100円
ヒップホップ Step Up	土曜日	18	午前	会議室	小学3年～6年の ヒップホップ受講経験者	15人	8,100円

関B&G海洋センター (☎96-1010)							
教室名	曜日	回数	区分	場所	対象者	定員	参加費
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	7,500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	7,500円
コンディショニングヨガ	木曜日	17	午後	トレーニング室	18歳以上の人	30人	6,800円

申込方法 各施設へ直接お申し込みください。
(参加費、スポーツ保険料は各教室の初回
開催日に持参ください)

受付開始日時 9月7日(水)午前8時30分
(各教室先着順)

その他

- ▷ 詳しい日程表は、申込時にお渡しします。
- ▷ 教室によっては、最少催行人数を設定しています。
- ▷ 会員証をお持ちの人は、1回500円で各教室に当日参加ができます(定員の関係で参加できない教室もあり)。
- ▷ 教室の内容など詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。

●教室に参加するには、スポーツ保険への加入が必要です(すでに加入済みの人は除く)。
スポーツ保険は年度末(令和5年3月末)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

問合先

西野公園体育館 (☎82-1144)
東野公園体育館 (☎83-1888)
関B & G海洋センター (☎96-1010)

お知らせワイド

9月10日は「下水道の日」

問合せ先 下水道課下水道管理グループ (☎97-0628)
下水道工務グループ (☎97-0627)



令和4年度下水道推進標語

下水道は、「美しい自然・きれいなまち・快適な生活」を保つための重要な役割を担う施設です。
市の下水道整備と各家庭における下水道への接続および適切な使用に、ご理解とご協力をお願いします。

下水道のしくみ ～生まれ変わる水～

生活排水などの汚水は、個人の敷地に設けられた排水設備から汚水ますに流れ、下水管を通じて処理場で処理され、きれいな水になった後、川や海に放流されます。そうして海面などから蒸発した水蒸気が大気中で凝結して雨や雪となり、皆さんの身近な水として帰ってくるのです。



下水道が整備されたら

ご自宅の排水設備工事をして下水道に接続しましょう

公共下水道への接続は、下水道法により義務付けられています。皆さんの安心で衛生的な暮らしのため、速やかに接続されるようお願いします。

なお、排水設備や水洗便所の工事は、市が指定した排水設備指定工事店でなければ施工できません。排水設備工事は、必ず「指定工事店」へお申し込みください。「指定工事店」は、市ホームページからご確認いただけます。

下水道に接続したら

マナーを守って使用しましょう

- 台所の油やごみは流さない
- 水洗トイレでは溶ける紙を使う
- ガソリンやシンナー等の危険物を流さない
- 雨水は流さない
- マンホールやますにごみや土砂を捨てない

お知らせワイド

**お急ぎ
ください**

令和4年9月30日(金)までに

マイナンバーカードを新規申請された人が

最大20,000円分のマイナポイントの対象です



マイナポイントとは、マイナンバーカードを取得した人に、キャッシュレス決済(交通系ICカード、〇〇pay等)事業者を通じて、国が付与するポイントです。

受け取ったポイントは、ご自身が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買い物などに使うことができます。

① マイナンバーカードの 新規取得等で 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 ※既に利用申し込みを行った人も対象です。	+	③ 公金受取口座の 登録で 7,500円分 ※既に登録を行った人も対象です。	=	最大 20,000円分
--	---	--	---	--	---	----------------

※マイナポイント事業について詳しくは、総務省ホームページをご覧ください。

マイナポイント 検索



マイナンバーカードの申請方法

本庁・関支所窓口での申請

平日は午前8時30分～午後5時15分まで受付を実施

※本庁1階市民課窓口のみ

毎週木曜日は午後7時30分まで延長受付を実施

第2・第4日曜日は午前9時～午前11時30分、

午後1時～午後4時30分に休日受付を実施

出張申請受付会場での申請

①と き 9月17日(土) 午前9時30分～午後3時

ところ 市中央コミュニティセンター(文化会館)

②と き 9月24日(土) 午前9時30分～午後3時

ところ 関支所1階窓口

窓口で一括手続きをして郵送で受け取る方法で申請された人、出張申請受付会場で申請された人へ、市独自の普及促進キャンペーンとして、**QUOカード(1,000円分)**を進呈しています。

オンライン申請用二次元コード付き交付申請書からのインターネット申請

地方公共団体情報システム機構から送付のマイナンバーカード交付申請書、または通知カードに記載の二次元コードをスマートフォンのカメラで読み込んで、インターネットから申請できます。

※オンライン申請は市独自のキャンペーンの対象外です。

問合せ先

市民課戸籍住民グループ
(☎84-5004)



コミュニティ・スクール(学校運営協議会制度)の取り組み ～学校と地域が協働する新しい時代の学びへ～

市では、学校・家庭・地域が一体となって、目標やビジョンを共有しながら子どもたちを育む「地域とともにある学校づくり」を目指して、平成24年度から、コミュニティ・スクールの取り組みを進めています。

令和3年度に新たに2校がコミュニティ・スクールに認定されたことで、市内すべての小・中学校が、コミュニティ・スクールとなりました。今回は、その取り組みの様子を紹介します。

コミュニティ・スクールとは…

「学校運営協議会」を設置している学校のことを指します。教育委員会から委嘱、任命された保護者や地域住民等が学校運営協議会委員として一定の権限と責任を持って、学校運営の参画、支援を促し、地域に開かれた信頼される学校づくりを進めています。

コミュニティ・スクール(学校運営協議会)

地域の住民

保護者

教職員・校長



学校の運営に資する
活動を行う者

例えば、学識経験者、
学童保育所、放課後子ども
教室の方々…

〔運営協議会の構成員〕

関係行政機関の職員

【主な取り組みと方向性】

- 学校運営の基本方針を承認し、学校運営に積極的に関わっています。
- 児童・生徒の地域への愛着やふるさと意識を育むために、地域の人をゲストティーチャーに招いたり、ふるさと体験学習を行ったりしています。
- 地域の歴史や文化について学習を深め、地域の実態に即した特色ある学校づくりを進めています。



このように、学校運営に保護者や地域の意見を反映させることで、子どもたちの豊かな成長を支える学校づくりが進められています。

学校と地域が協働する新しい時代の学びに向けて、今後もさらなる取り組みを行っていきます。



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.75

「聞こえるよ」昭和56(1981)年

右手でワンピースの裾を持ち、左手は耳の近くにかざして、何かに聞き入るように立つ少女。「聞こえるよ」のコスチュームも、一連の少女像シリーズと同じものです。ここでは、インド綿の柔らかな風合いや、皺の表現はやや単純化され、少女のしぐさやポーズに視線が誘われる作品です。目を閉じ、口を微かに開けた少女は、陶醉しているようにも見え、心地よい音が聞こえているような印象を与えてくれます。少女に聞こえてきたのは、近づいてくる小さい秋の音色でしょうか。



56cm(高さ)×24cm(幅)×16cm(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

生誕100年 もとながさだまさ 元永定正展
一寸先は光
～伊賀が生んだ美術の滑稽～

元永定正さん(1922～2011)は、旧阿山郡上野町(現・伊賀市)に生まれました。何気ない日常的な視点を通じて、新たな美にたどり着くことをめざした作品は、ユーモアの中にも深い詩情をたたえ、国内外で高い評価を得ました。

豊かな自然、城下町の町並み、そして歴史・文化が薫る伊賀の地を愛した元永定正さんの生誕100年を記念し、伊賀にゆかりのある作品などの展覧会を開催します。この機会にぜひ、元永定正作品の魅力に触れてください。



と き 10月1日(土)～31日(月)
午前9時～午後4時30分 ※火曜日定休
ところ 国史跡旧崇広堂(伊賀市上野丸之内78-1)
料 金 500円 ※高校生以下無料
問合先 伊賀市文化振興課 ☎0595-22-9621

伊賀市秘書広報課(☎0595-22-9636)

甲賀市

忍術書「かんりんせいよう 間林清陽」発見！

忍術書「ばんせんしゅうかい 万川集海」のルーツとされる書「間林清陽」が市内にある神社の蔵の中から発見されました。

今回発見された書物は、江戸中期に作成されたと考えられ、表題には「軍法間林清陽巻中」とあり、ほかにも上下巻が存在すると推定されます。

甲賀市では、この忍術書のレプリカと、書物に記載されている「忍器」や「忍具」を再現し、甲賀流リアル忍者館で展示します。



▲見つかった「間林清陽」の表紙



▲「犬に吠えさせないようにする術」など約50箇条が書かれています。

と き 9月10日(土)から展示開始
ところ 甲賀流リアル忍者館 ※月曜日休館
(甲賀市甲南町竜法師600)
入館料 無料
問合先 甲賀市観光企画推進課 ☎0748-69-2190

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。

対象者 認知症の人やその家族、地域住民など

参加費 無料

※認知症に関する個別相談も実施

はなカフェ

と き 9月2日(金)、16日(金)
午後1時30分～3時30分

ところ 老人福祉センター

問合先 はなの家(☎96-0217)

元気丸カフェ

と き 9月20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

内 容 コグニサイズ、ストラップづくりなど

問合先 地域福祉課高齢者支援グループ(☎84-3312)



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 9月15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。

オクトーバー・ラン&ウォーク2022

健康政策課スポーツ推進グループ
(☎98-5002)

スマートフォンアプリを使用して、1カ月間のウォーキングの歩数やランニングの走行距離を個人や自治体間で競うオンラインイベントです。スポーツの秋に、みんなで気軽にウォーキングやランニングを楽しみましょう。

対象者 スマートフォンを持っている人

期 間 10月1日(土)～31日(月)

参加料 無料

参加方法

ウォーキングの部

アプリ「スポーツタウンWALKER」をダウンロードし、Sportsnet IDと連携させる。

ランニングの部

アプリ「TATTA」をダウンロードし、Sports net IDと連携させ、アプリ内のイベントページから申し込む。

※詳しくは、次の二次元コードから公式ホームページをご覧ください。



問合先 オクトーバー・ラン & ウォーク大会実行委員会(株アールビーズ内)

✉ octorber@runners.co.jp

里親さんのお話、聞いてみませんか? ～里親説明会in鈴鹿～

県児童相談センター 総務・家庭児童支援室(☎059-231-5669)

里親に関心のある人、子どものために何かしたいと思っている人、どなたでも大歓迎です。ぜひ、気軽にご参加ください。

と き 10月12日(水)

午後1時30分～3時30分

ところ 鈴鹿市役所本庁12階

1203大会議室

内 容

①里親体験談

県内で活躍されている里親さんの生の声を聞くことができます。

②里親制度説明

里親の種類や里親登録までの流れ、三重県の現状などを知ることができます。

③質問コーナー

ご希望の方は、個別に相談ができます。

定 員 30人(先着順)

参加費 無料

申込期限 10月3日(月)

申込方法 県ホームページ(「三重県 里親制度」で検索)掲載の参加申込書(チラシ)でお申し込みいただくか、県児童相談センター総務・家庭児童支援室へお問い合わせください。



三重県里親啓発公認キャラクター
「みさとちゃん」



お知らせ

9月1日～10日は 屋外広告物適正化旬間です

県鈴鹿建設事務所(☎059-382-8683)、都市整備課都市計画グループ(☎84-5046)

屋外へ看板やポスターなどの広告物を設置するには、原則として許可が必要です。貼り紙などの簡易なものを除くすべての屋外広告物の安全点検を行う義務があります。

広告物の安全性を確保し危険な事故を防ぐために、適正な管理、点検をお願いします。

屋外広告物の例



9月10日～16日は自殺予防週間 ～かけがえのない命を大切に～

健康政策課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

9月10日～16日は、「自殺予防週間」です。不眠や不安、いらいらなど心身の不調を感じたら、ひとりで抱え込まず、専門機関に相談しましょう。

こころつながりSNS相談みえ

県では、SNS(LINE)を活用し、さまざまなこころの悩みに応じる相談窓口を設置しています。

利用方法 スマートフォンなどでLINEにて友達登録してください。



相談受付日時 平日および土・日曜日、祝日(年末年始を含む)午後5時から10時まで(受付は午後9時30分まで)

「こころの体温計」を活用しましょう

「こころの体温計」は、スマートフォンや携帯電話、パソコンから気軽にこころの状態をセルフチェックできるシステムです。

家族やあなたの大切な人のストレスチェックをすることができます。気になるモードでチェックして、早めのケアを心掛けましょう。

利用方法 スマートフォンなどで専用サイト(<https://www.city.kameyama.mie.jp/docs/2015010900170/>)を開いて、画面の指示に従い操作してください。



第6回中京都市圏パーソン トリップ調査にご協力ください

中京都市圏パーソントリップ
調査実施本部
(☎0120-052-133)

国土交通省では、中京都市圏において、外出行動における交通手段の利用状況や外出に関する困難度など、皆さんの1日の活動内容を把握し、今後のまちづくり等に活用するため、9月～11月にかけて交通に関する調査「第6回中京都市圏パーソントリップ調査」を実施します。調査は無作為に抽出した世帯が対象で、案内ハガキをお送りします。調査へのご協力をお願いします。

詳しくは、中京都市圏総合都市交通計画協議会ホームページをご覧ください。

URL <https://www.cbr.mlit.go.jp/kikaku/chukyo-pt/index.html>

就業構造基本調査を実施します

総務課法務統計グループ
(☎84-5034)

総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

この調査は、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的としており、統計法に基づき実施する重要な調査です。

調査の対象は、統計理論に基づき無作為に選ばれた全国の約54万世帯で、その世帯に普段住んでいる15歳以上の世帯員約108万人です。

調査をお願いする世帯には、統計調査員が伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

中小企業退職金共済制度のご案内

(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
(☎03-6907-1234)

中小企業退職金共済制度(中退共)は、中小企業で働く従業員のための国の退職金制度です。

中退共の退職金制度なら、
▷掛金の一部を国が助成します。

▷外部積立型で管理も簡単です。

▷掛金は全額非課税です。

※詳しくは、(独)勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部ホームページをご覧ください。

URL <https://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/>

亀山市シティプロモーションサイト



戦没者等のご遺族の皆さんへ 第11回特別弔慰金の請求 期限が近づいています

地域福祉課福祉総務グループ
(☎84-3311)

戦没者等の遺族に対する第11回特別弔慰金の請求期限が近づいています。**令和5年3月31日**までにご請求ください。請求期限を過ぎると、第11回特別弔慰金を受ける権利がなくなりますのでお早めにご請求ください。

支給対象となる人 戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人(戦没者等の妻や父母など)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

- 1 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族援護法による弔慰金の受給権を取得した人
- 2 戦没者等の子
- 3 戦没者等の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹

※戦没者の死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

- 4 上記1から3以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪など)

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人に限ります。

支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

申請窓口

【亀山地区】 地域福祉課福祉総務グループ(あいあい1階4番窓口)

【関・加太地区】 市民文化部地域サービス室(関支所1階)

持ち物など

▷戸籍抄本(令和2年4月1日以降

に発行したもの)※新規申請者は受付・相談後に提出

▷本人確認書類(運転免許証、公的医療保険の被保険者証、診察券など)

▷印鑑(スタンプ印不可)

▷戦没者等とご遺族との関係が分かる資料

▷前回の特別弔慰金裁定通知書(交付された人のみ)

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	ラピス		
番号	710	小学区	神辺小

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 9月14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

受付開始日 9月1日(木)

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。

救急医療市民講座

健康政策課健康づくりグループ
(あいあい ☎84-3316)

「救急医療週間」にちなみ、亀山医師会との共催で救急医療に関する市民講座を開催します。

と き 9月15日(木)

午後2時～

ところ 青少年研修センター1階 集会場

内 容

▷講演①「当院で経験した救急搬送症例について」(こばやし内科・呼吸器内科クリニック 院長 小林 裕康先生)

▷講演②「コロナでみえた各国の医療事情」(市立医療センター 院長 谷川 健次先生)

▷応急手当講習 「救急車が来るまでに」(市消防職員)

申込期限 9月12日(月)

申込方法 健康政策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。

フラでエクササイズ

東野公園体育館(☎83-1888)

フラの動きを取り入れたエクササイズです。ゆったりとした音楽で癒されながら体幹を鍛え、脂肪燃焼を目指しましょう。

と き 9月20日(火)、27日(火)

午前11時～正午

ところ 東野公園体育館会議室

対象者 18歳以上の人

定 員 15人(先着順)

参加費 1回500円

受付開始日時 9月5日(月)

午前8時30分～

申込方法 参加費を持参の上、東野公園体育館へ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にチャレンジ～

(公社)亀山市シルバー人材センター
(☎96-8641)

と き 9月22日(木)
午後1時30分～3時

ところ 亀山市シルバー人材センター3階会議室

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・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。

健康づくりのための料理講習会 ～骨粗しょう症予防食～

健康政策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。

と き 9月29日(木)
午前9時30分～正午

ところ あいあい2階栄養指導室

内 容 調理実習

対象者 市内に住所を有する人

募集人数 15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

受付開始日 9月2日(金)

申込方法 健康政策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。

高齢者在宅訪問歯科健診

市民課医療年金グループ
(☎84-5005)

口腔ケアでお口の中の細菌を減らし、お口の機能と健康の維

持・増進を図ることは大切です。まずは、お口の状態をチェックしてみませんか？

健診期間 10月3日(月)～

令和5年3月24日(金)

※定員になり次第締め切ります。

対象者 次のすべてに該当する人
▷市内在住で後期高齢者医療制度被保険者

▷通院することができない在宅の要介護状態の人

※要介護3以上または要介護1・2の誤嚥性肺炎等を起こしやすい訪問健診が必要な人

定 員 20人(先着順)

健診料 無料

申込期限 9月30日(金)

申込方法 市民課医療年金グループへ直接お申し込みください。

健診実施機関

(一社)亀山歯科医師会

Let's! コグトレ 4カ月集中トレーニング ～認知症予防教室～

地域福祉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 10月7日～令和5年1月27日の毎週金曜日(12月30日を除く)全16回

午前10時～11時30分

ところ 老人福祉センター2階大集会室

内 容

▷ コグニサイズ

▷ 体力測定などの健康チェック

▷ 目標設定・振り返り

▷ 軽運動 など

※開催日により異なります。

対象者 次のすべてに該当する人

▷市内に住所を有する65歳以上の人

▷週1回程度、全16回を継続し

て教室に参加でき、自宅でも課題を実施できる人

▷医師から運動制限を受けていない人

定員 15人

持ち物など 飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装

参加費 無料

申込期限 9月22日(木)

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。

※教室の内容について詳しくは、プレミアムDayRinRin(☎96-8777)へお問い合わせください。

スマホセミナー

DX・行革推進室(☎84-5032)

誰もがデジタル化によるメリットを享受できるよう、これからスマートフォンを持とうとしている人向けにセミナーを開催します。

と き 10月13日(木)

午後1時～3時

ところ 本庁3階理事者控室

内 容 スマートフォンの基本的な利用(電源の入れ方、電話のかけ方、カメラの使い方、SNSアプリの使い方など)

※研修で使用するスマートフォンは貸し出します。

対象者 市内に住所を有する人でスマートフォンを持とうと検討している人

定 員 20人(先着順)

参加費 無料

申込期限 10月3日(月)

申込方法 DX・行革推進室へ電話または直接お申し込みください。

※申し込みが少数の場合は開催を中止することがあります。



募集

農業委員および
農地利用最適化推進委員の募集

農業委員会事務局(☎84-5048)

農業委員および農地利用最適化推進委員の任期満了に伴い、「農業委員候補者」と「農地利用最適化推進委員候補者」を募集します。

応募期間 9月2日(金)～30日(金)

任期 令和5年3月11日～令和8年3月10日

※応募資格、推薦・応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

保健師または看護師
(会計年度任用職員)の募集

子ども未来課母子保健グループ
(あいあい ☎98-5003)

募集人数 1人

業務内容 健康相談・指導、母子保健教室や訪問の実施、窓口対応、パソコン・事務作業など

応募資格 次のすべてに該当する人
▷保健師または看護師の資格を取得の人

▷普通自動車免許(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、ワード、エクセルなど)ができる人

任用期間 令和4年10月1日～令和5年3月31日

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(業務内容の都合で残業の場合あり)

勤務日数 週5日(原則として土・日曜日、祝日は休み)

勤務場所 あいあい

報酬 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、労災保険

応募期限 9月16日(金)

応募方法 子ども未来課母子保健グループへ電話連絡の上、履歴書を持参してください。

「応急手当普及員」講習会
受講者の募集

消防署警防課救急グループ
(☎82-9499)

事業者や自治会、自主防災組織などで、普通救命講習(心肺蘇生法やAEDの取り扱いなど)を指導していただく人を養成するために、応急手当普及員講習会を開催しま

す。講習修了者には「応急手当普及員」の認定証を交付します。

とき 11月11日(金)、18日(金)、25日(金)

午前8時30分～午後5時15分
※3日間すべての受講が必要

ところ 亀山消防署北東分署

定員 24人(先着順)

受講料 無料

持ち物 応急手当指導者標準テキストガイドライン2015対応(東京法令出版[定価:3,740円])
※事前に各自で用意し、持参してください。

応募期限 10月21日(金)

申込方法 警防課救急グループへ電話または直接お申し込みください。



参加費 無料

出張介護予防教室の参加者募集

とき	ところ・時間	担当事業所名	内容(変更することがあります)
9月21日(水)	あいあい 1階集団指導室/ 午後1時30分～3時	野村きぼう苑	いつでもどこでも一人のできる介護予防「セラバンド体操」
9月26日(月)		亀山老人保健施設	自宅でできる介護予防
10月 5日(水)		安全の里	軽体操、レクリエーションなど
10月11日(火)		亀山老人保健施設	自宅でできる介護予防

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

※2回まで

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

持ち物など 飲み物、動きやすい服装など

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。

「フレイル予防の3つのポイント」 栄養・身体活動・社会参加

食事は活力の源です。また、お口の健康(口腔ケア)にも気を配りましょう。

問合先 地域福祉課高齢者支援グループ(あいあい ☎84-3312)



試 験

危険物取扱者試験

消防本部予防課危険物グループ
 (☎82-9492)

(一財) 消防試験研究センター
 三重県支部では、危険物取扱者試験(後期)を実施します。

※試験会場は下の表をご覧ください。

申込方法 亀山消防庁舎または各分署にある願書に必要事項を記入の上、(一財)消防試験研究センター三重県支部へお申し込みください。

出願期間

▷11月5日(土)、6日(日)、12日(土)実施分

9月7日(水)～16日(金)
 (当日消印有効)

※電子申請の場合は9月4日(日)午前9時～13日(火)午後5時

▷令和5年2月26日(日)実施分
 令和5年1月6日(金)～16日(月)(当日消印有効)

※電子申請の場合は令和5年1月3日(火)午前9時～13日(金)午後5時

予備講習会

亀山市防火協会では、乙種第4

類の受験者を対象に予備講習会を開催します。

と き 10月6日(木)

午前9時～午後4時45分

ところ 亀山消防庁舎1階防災センター

対象者 乙種第4類受験者(県内に住所を有する人)

定 員 30人(先着順)

受講料 1,000円(亀山市防火協会会員は無料)

※テキストが必要な人は、テキスト代(4,500円)が別途必要

申込期間 9月5日(月)午前9時～16日(金)午後5時
 (土・日曜日を除く)

申込方法 亀山消防庁舎または各分署にある申込書(市消防本部ホームページからもダウンロード可)に必要な事項を記入の上、受講料を添えて、予防課危険物グループへお申し込みください。

その他 新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、講習を中止する場合があります。申込状況を含む最新情報は、市消防本部ホームページをご覧ください。

試験会場(近隣地区のみ)

試験会場	11月5日(土)		11月6日(日)		11月12日(土)		令和5年 2月26日(日)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
(一社)北勢自動車協会 (四日市市)	乙4	乙4	乙4 丙種	乙4	乙4	乙4	—	
鈴鹿地域職業訓練センター (鈴鹿市)	乙4 丙種	乙4	乙4	乙4	—		—	
高田短期大学 (津市)	乙種 全類 丙種	甲種 乙4	—		—		乙4	乙4
サン・ワーク 津(津市)	—		乙4	乙4	—		—	



※当事者間のトラブルについては、市は一切関与しません。

不動産開業セミナー

宅建業開業を目指す皆さん向けに「不動産開業セミナー」を開催します。

と き 9月29日(木)

午後1時30分～4時

ところ 三重県不動産会館3階大会議室(津市上浜町一丁目6-1)

内 容

- ▷第1部 宅建協会入会のメリット
- ▷第2部 不動産業開業の体験談
- ▷第3部 個別相談会(希望者のみ)

対象者 宅建業開業を目指している人

参加費 無料

定 員 20人

申込期限 9月28日(水)

申込・問合せ先 (公社)三重県宅地建物取引業協会事務局へ電話またはEメール(✉ info@mie-takken.or.jp)でお申し込みください。

東部地区まちづくり協議会 事務職員の募集

募集人数 1人

仕事内容 東部地区まちづくり協議会の事務、施設管理全般

応募資格 20歳から60歳までの人で、パソコン(ワード、エクセル)が使える人

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分

勤務日数 週1日～2日程度

勤務場所 東部地区コミュニティセンター

賃 金 時間給905円

申込・問合せ先 東部地区まちづくり協議会(☎83-3119)

図書館だより（9月）

市立図書館 ☎82-0542
関図書室 ☎96-1036



関おはなし会

9月14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

9月21日(水) 午後3時～ 関文化交流センター

関図書室は、通常どおり利用できます。

休館日 9月 5日(月)、12日(月)、20日(火)、
23日(金)、26日(月)

市立図書館が休館中の図書などの返却について

休館期間 9月1日(木)～令和5年1月25日(水)

9月1日(木)以降に貸出中の図書を返却する場合は、夜間／休日返却口(返却ポスト)をご利用ください。なお、大型絵本や紙芝居などを返却する場合は、インターホンを押して事務所へ返却してください。ご協力をお願いします。

ありがとう図書館！新図書館に夢をのせて

7月31日からスタートした「ありがとう図書館」イベントには、たくさんの人にご来館いただきました。今回は、イベント前半の様子をご紹介します。(後半は10月1日号に掲載します)



調べるって、
おもしろい！



わくわくどきどき
絵本を遊ぶ



絵本の読み語り



図書館ミニ見学会



いろいろなかたちの
絵本をつくろう

歴史博物館だより（9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

※毎月第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、9月5日(月)～9日(金)
(展示撤収のため)、26日(月)～30日
(金)(展示設営のため)

URL <http://kameyamarekihaku.jp>

<企画展示室>

亀博自由研究のひろば「くずし字のひみつを知ると 漢字が好きになるかも～」

と き 9月4日(日)まで

内 容 学校で習う漢字とむかしの人が書いている
くずし字の形のしくみには、ほとんど違いがあり
ません。難しいと思われがちなくずし字のひみつ
を知って、むかしの人の文字を読んでみましょう。

第39回企画展「通い徳利のひとりごと」

と き 10月1日(土)～12月11日(日)

内 容 博物館には、市内で使われていた通い徳利
(酒や醤油などの計り売りの際に貸し出された容
器)が数多く収蔵されています。これらの通い徳利
を通して、市域の酒や醤油の醸造場の歴史をひも
ときます。

企画展示観覧料 無料

「亀山のいきもの これな一んだ？」 Vol.3



このコーナーでは、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、身近なところに存在するさまざまな生き物を隔月で紹介しています。

問合先 環境課環境創造グループ(☎96-8095)

テーマ みんなで大切にしたい生き物 ～市内に生息する絶滅危惧種～

亀山市には、自然豊かな鈴鹿川等源流域を中心に、希少な動植物が多く生息・生育しています。その中でも、近年急速に数を減らし、絶滅の恐れのある生き物を「絶滅危惧種」と呼びます。

絶滅危惧種になった原因はさまざまですが、開発による生息地の減少、地球温暖化による生息環境の変化、外来生物の影響など、人間の活動が原因であることがほとんどです。

市の代表的な絶滅危惧種として、市内の河川に生息している特別天然記念物の「オオサンショウウオ」や、天然記念物の「ネコギギ」が挙げられます。また、県指定希少野生動植物種の「カワバタモロコ」も生息地が減っており、危機的な状況にあります。

こうした生き物が生息し続けられるよう、本市の豊かな自然をみんなで守っていくことが必要です。



オオサンショウウオ
(絶滅危惧Ⅱ類)



ネコギギ
(絶滅危惧ⅠB類)



カワバタモロコ
(絶滅危惧ⅠB類)

9月の納期

(納期限・口座振替日)

9月30日(金)

国民健康保険税 第3期
後期高齢者医療保険料 第3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。

かめやま子育て
LINEを
ご利用ください!

友だち
募集中



ID 検索 @ 124yesn



令和4年交通事故発生状況



(7月末現在 [暫定]・亀山署管内)

人身事故	死亡者
42件(+1件)	0件(-1件)
負傷者	物損事故
55件(-1件)	632件(-3件)

※ () 内は前年同期比の増減数

秋の全国交通安全運動について

9月21日(水)～30日(金)まで、秋の全国交通安全運動を実施します。「秋の日はつるべ落とし」と言い、日没時間が急激に早まり、例年、夕暮れ時や夜間には、重大事故につながるおそれのある交通事故が多発します。自動車の運転者は、早めのライトオンをお願いします。自転車、歩行者の人は、反射材などで自分の存在を自動車の運転者にアピールしましょう。

亀山警察署
☎82-0110



8/7 第6回サマーフォレストinやまびこ

8月11日の「山の日」にあわせて、鈴鹿川等源流の森林づくり協議会が、木工工作と生き物調査を行うイベントを開催しました。当日は、8組25人が参加し、参加した家族連れは協力して、加太産の杉材を使ったプランターケース作りに取り組んでいました。また、加太川の生き物調査では、川の生き物の名前や特徴を講師に尋ねるなど、地域の自然について積極的に学ぶ子どもの姿が見られました。



8/12 みんなで流れ星を見よう

当日はあいにくの天候のため、室内イベントのみの開催でしたが、およそ130人が来場し、「天文教室」と「ランプシェード作り」を楽しみました。星空解説ソフトを使った天体シミュレーションでは、この季節に見ることができる夏の星座がスクリーンに映し出され、参加者は興味深そうに見入っていました。



8/19～21 夏休み親子移住体験ツアー

今回は、福岡県から応募された江さんご家族が本市を訪れ、あらかじめ定住支援員や移住・交流促進アドバイザーと一緒に相談して計画したオリジナルの移住体験ツアーを行いました。

3日間の滞在期間中は、本市での暮らしをイメージしてもらえるよう、先輩移住者や子育て中の家族との交流を行ったほか、市内の公共施設や学校などを見て回りました。



8/20 第29回亀山市関宿納涼花火大会

夏の風物詩「亀山市関宿納涼花火大会」が、3年ぶりに鈴鹿川河川敷で開催されました。今年は、県立亀山高校吹奏楽部の演奏と花火のコラボレーションが初めて企画され、観客を魅了していました。会場では、およそ1万2000発の花火が打ち上げられ、夏の夜空を彩り、会場に集まった観客からは、拍手が上がっていました。





市内小学校で奉仕作業が行われました

7月31日、三重県建設労働組合亀山支部の組合員38人が参加し、市内小学校5校で、奉仕作業が行われました。

当日は、学校環境の整備・充実を図るため、下駄箱の修理、棚やさな板の製作などが行われ、各学校の先生は組合員の皆さんに感謝していました。



亀山里山公園「みちくさ」で「環境インターンシップ」を実施しました

8月9日から23日にかけて、三重大学の学生9人が2グループに分かれ、環境インターンシップとして市の環境行政業務を経験しました。

インターンシップ期間中は、亀山里山公園「みちくさ」を中心に業務に携わり、ザリガニ釣り大会の受付や集計、準備作業のほか、草花への水やりなど施設管理業務を行いました。

参加したインターンシップ生は、今回の経験を今後の進路選択に生かしていきたいと話していました。



CATV



9月2日(金)～8日(木)

- ウイークリーかめやま
- かめやま情報BOX
- 「9月9日は救急の日」

9月9日(金)～15日(木)

- ウイークリーかめやま
- かめやま情報BOX
- 「9月は世界アルツハイマー月間」
- エンドコーナー
- 「昼生保育園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。

夏休み企画として小学生が番組アナウンサーを体験しました!

(8月12日収録)

川戸創太郎さん (野登小・6年)
豊田乃愛さん (亀山西小・6年)



(8月19日収録)

梶谷悠貴さん (関小・6年)
田中駿光さん (関小・6年)
服部奏さん (亀山西小・6年)



かめやま 見てある記



「社交ダンス」で脳の活性化

広報サポーター 後藤 麻紀さん



認知症予防のために推奨される活動はさまざまありますが、その中でも最も有効な運動の一つに「社交ダンス」が挙げられます。

今回は、本町地区コミュニティセンターを練習会場として10年以上にわたり社交ダンスを続けられている団体「タートルⅡ」の皆さん取材しました。

練習場である遊戯室に入ると、華やかな服装を身にまとった方たちが専用の靴を履いて、練習の準備をしていました。



社交ダンスを教えて40年の先生は、御年80歳ですが、今でも各地を飛び回り、毎日、朝昼晩とそれぞれ2時間ずつ指導するベテランの先生です。先生

は、スラリとした体型を維持され、背中もピンと伸びて素晴らしい姿勢です。

参加者は、女性が多いのですが、男性も少数ながらみえます。ある男性は、「93歳の女性も参加されていて、パワーをもらっている」、「男性はダンスをリードしていく役割のため難しい」と話されていました。

皆さんに社交ダンスに集まる理由を尋ねると、健康のため、姿勢を良くするため、人との交流のためと教えていただきました。

社交ダンスは、軽快な音楽で気分も上がり、心も身体も癒されます。仲間と一緒に、背中を伸ばしたり、足を動かしたりすることで、フレイル予防につながります。また、発表会への参加や衣装を選ぶ楽しみも、脳の活性化につながっていると感じました。

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。



かわもり
川森

ゆいと
結斗

くん
令和2年6月生まれ

亀山みそ焼うどん大好き♡な2歳3ヵ月！



かわい
河合

こうや
航矢

くん
令和2年9月生まれ

こうちゃんの笑顔が大好きだよ！！