

# かめやま

2023 NOV  
11/16  
No.434

お知らせ版

|             |                                 |    |
|-------------|---------------------------------|----|
| <b>主な内容</b> | 暮らしの情報BOX .....                 | 1  |
|             | 令和5年度 市の財政状況(令和5年9月30日時点) ..... | 8  |
|             | 広報ガイド(12月) .....                | 11 |
|             | 一次救急当番医(12月) .....              | 12 |

暮らしの情報 **BOX**

★ **もよおし**

**「健康マイレージ」アプリ説明会  
～ウォーキングで健康寿命延伸～**

(公社)亀山市シルバー人材センター  
(☎96-8641)

**と き** 11月22日(水)  
午後1時～3時

**と ころ** あいあい2階研修室

**内 容** スマートフォンを使った健康管理、フレイル予防、見守り機能などの紹介

※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(60歳以上)などで「健康マイレージ」に関心のある人

**参加費** 無料

**持ち物** スマートフォン、筆記用具  
※アカウント作成時にメールアドレスの入力が必要。

**申込方法** (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。



**クリスマスリースを作ろう!**

西野公園体育館(☎82-1144)

自宅のインテリアとして楽しめるクリスマスリースを作ります。手作りのリースでクリスマスを迎えてみませんか?

**と き** 11月30日(木)  
午前9時30分～正午

**と ころ** 西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** 2,800円(材料費含む)

**受付開始日時** 11月16日(木)午前8時30分

**申込方法** 参加費を持参の上、西野公園体育館へ直接お申し込みください。



**わくわく木工工作**

農林振興課農林政策グループ  
(☎84-5068)

木の椅子やペンダント、バードコール、置物などの木工工作や、ヒノキの丸太切り体験(コースターとして持ち帰り)、森歩きを楽しみます。

**と き** 12月2日(土)  
午前9時30分～正午

**と ころ** 亀山森林公園「やまびこ」  
※雨天の場合は林業総合センター(森歩きは行いません。)

**対象者** 市内在住の小学生とその保護者

**定 員** 10組(先着順)

**参加費** 無料

**持ち物** 飲み物、軍手、帽子、タオル、雨具など

**服 装** 長袖、長ズボン、運動靴

**申込期限** 11月24日(金)

**申込方法** 農林振興課農林政策グループへ電話でお申し込みください。

