

★ **もよおし**

**「スポーツの日」  
運動施設無料開放**

健康政策課スポーツ推進グループ  
(あいあい ☎98-5002)

とき 10月14日(月・祝)

▷屋内施設

午前9時～午後9時30分

▷屋外施設

午前8時30分～午後5時30分

**開放施設**

▷西野公園(体育館、トレーニング室、テニスコート、運動広場)

※体育館アリーナは午前中、体力テストを実施しているため、午後1時から使用できます。

▷東野公園(トレーニング室、運動広場、ゲートボール場)

※東野公園体育館空調設備および自家発電設備設置工事のため体育館は使用できません。

▷関B&G海洋センター(体育館、トレーニング室、プール)

▷亀山公園テニスコート

▷観音山テニスコート

※照明や器具などの使用料も無料です。

※体育館は、全面を使用する種目は利用できません。

※屋内施設は、必要に応じて、運動場所を指定する場合があります。  
※利用者が多い場合は、利用時間や人数を制限することがあります。  
※利用する際は、各施設の窓口で受付をしてください。

**市民体力テスト  
～体力年齢を測ってみよう～**

健康政策課スポーツ推進グループ  
(あいあい ☎98-5002)

体力に自信のある人も、ちょっと運動不足かな?と思っている人も、体力年齢を測ってみよう!

とき 10月14日(月・祝)

午前9時30分～正午

※最終受付は午前11時30分

ところ 西野公園体育館

内容

**共通** 握力、上体起こし、長座体前屈

**65歳未満** 反復横とび、シャトルラン、立ち幅とび

**65歳以上** 開眼片足立ち、障害物歩行、6分間歩行

参加費 無料

※申し込みは不要です。

持ち物など 体育館シューズ、タオル、飲み物、動きやすい服装

※この行事は、健康マイレージアプリポイント付与対象です。

●健康マイレージアプリについてはこちら



**防犯講座**

防災安全課防災安全グループ  
(☎84-5035)

10月11日～20日の「全国地域安全運動」に合わせ、特殊詐欺被害防止に関する防犯講座を開催します。

とき 10月15日(火)

午前10時30分～正午

ところ 市中央コミュニティセンター(市文化会館内)

内容

▷特殊詐欺被害防止寸劇(演劇集団「青の会」)

▷防犯講話(講師:亀山警察署交通課長)

▷防犯機能付き電話機の機能体験

主催 亀山市防犯委員会、亀山地区防犯協会

問合先 亀山地区防犯協会(亀山警察署内 ☎82-0110)

**マイナンバーカードを簡単に取得!市内各所で出張申請を行います!**

とき・ところ

亀山市民のマイナンバーカード  
申請率は90%以上!!!

10月13日(日)

午後2時～4時  
亀山エコータウン2階  
催事場 夢ひろば



10月26日(土)

午前9時30分～11時30分  
市中央コミュニティセンター(市文化会館内)

午後2時～4時  
林業総合センター

●申請する本人がお越しください。15歳未満の人は、法定代理人とお越しください。

申請の流れ



申請時の持ち物

- ①通知カード[マイナンバー記載の薄緑色の紙製カード](紛失された場合でも申請可)
- ②本人確認書類(以下のA書類より1点、またはB書類より2点)

A 書類 (顔写真付きのもの)	B 書類(氏名・住所または氏名・生年月日が分かるもの)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・運転免許証</li> <li>・運転経歴証明書</li> <li>・在留カード</li> <li>・障害者手帳</li> <li>・旅券(パスポート)</li> <li>・住民基本台帳カード など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康保険証</li> <li>・医療費受給資格証</li> <li>・介護保険証</li> <li>・年金手帳または証書</li> <li>・母子健康手帳</li> <li>・学生証や社員証 など</li> </ul>

※本人確認書類は有効期限内のものに限ります

問合先 市民課戸籍住民グループ (☎84-5004)

## 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 10月17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。

## 令和6年度亀山市総合防災訓練 ～災害に備える～

防災安全課防災安全グループ  
(☎84-5035)

災害の発生に備え、市民・関係機関・協定締結団体などが連携した亀山市総合防災訓練を開催します。

と き 10月19日(土)  
午前9時30分～11時30分

※警報発令時は中止します。

ところ 西野公園体育館

内 容

▷野村地区自治会、布気町・道野・落針各自治会代表者による避難訓練・避難所開設訓練

▷自衛隊による炊き出し支援と喫食体験

▷AEDの使用法、災害伝言ダイヤルの体験

▷その他災害時に役立つ防災啓発ブースの設置

※どなたでも見学できます。

## ご利用ください!行政相談

まちづくり協働課市民協働グループ  
(☎84-5008)



(行政相談のマスコット キクーン)

9月1日～10月31日の「行政相談月間」にちなみ、「行政巡回なんでも相談会」を開催します。

行政巡回なんでも相談会

と き 10月23日(水)  
午後1時30分～3時

ところ 関町北部ふれあい交流センター

亀山市の行政相談委員

岩崎吉孝、水谷和久、明石悦子

※相談は無料で、秘密は厳守します。

※申し込みは不要です。

※毎月の定例相談も行っています。

詳しくは、広報かめやま毎月16日号の広報ガイド「各種相談」をご覧ください。

## 鈴鹿川クリーン作戦

亀山市地区衛生組織連合会事務局  
(環境創造グループ内☎96-8095)

漂流・漂着ごみをなくすため、鈴鹿川の清掃を行います。清掃を行うことで、水質など環境の改善維持や「ごみを捨てない」という意識の向上につながります。清掃後は鈴鹿川の水質調査を体験し、川の現状を把握しましょう。

と き 10月27日(日)  
午前9時～11時

ところ 鈴鹿川左岸河川敷鹿島橋付近

対象者 市内在住の小・中学生とその保護者

定 員 親子10組(先着順)

持ち物など 飲み物、タオル、手袋、帽子、運動靴、清掃活動に適した服装

申込期限 10月18日(金)

申込方法 環境課環境創造グループへ電話でお申し込みください。

## 第26回 亀山青空お茶まつり

お茶の生産地ならではのイベントです。

広大な茶畑の中で、すがすがしいひとときをお過ごしください。

と き 10月26日(土)  
午前9時30分～午後2時

ところ 中の山パイロット特設会場(太森町)

内 容 茶摘み体験、手もみ実演、電子レンジでお茶づくり、フォトコンテスト表彰式、農産物販売など

※イベントの内容は変更になる場合があります。

問合せ先 亀山青空お茶まつり実行委員会事務局  
(三重県茶農業協同組合内 ☎090-8549-0307)



## 「亀山7座トレイル」紅葉の仙ヶ岳へ

商工観光課観光・地域ブランドグループ  
(☎84-5074)

と き 10月27日(日)  
午前8時～午後4時頃

登山場所 仙ヶ岳

集合場所 石水溪野外研修施設駐  
車場

※都合により変更する場合があります。

対象者 18歳～75歳未満の登山  
経験者で健脚の人、体力に自信  
がある人

※通院中の人や心疾患がある人は  
ご遠慮ください。

定員 8人(申込者多数の場合  
は抽選)

参加費 無料

持ち物 リュックサック、飲み物、  
タオル、軽食など

服装 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  
があります。

▷コース途中でトイレはありません。

▷状況によりコースを変更する場  
合があります。

申込期限 10月15日(火)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  
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、登山経験の有無が必要(メー  
ルの場合は、件名に「登山イベ  
ント申込」と記入)

※申し込みは、2人までとします。

主催 「亀山7座トレイル」登山  
道活用ネットワーク

## 第14回亀山市脳卒中市民講座 ～脳卒中を知り、自分を知る～

健康政策課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

鈴鹿回生病院による脳卒中市民  
講座を行います。講演後には、参加  
者からの質問にお答えする時間を

設けています。

と き 10月27日(日)  
午後1時～

ところ 市文化会館大ホール

講師 鈴鹿回生病院の脳卒中  
専門医・循環器専門医、鈴鹿中央  
病院の脳卒中専門医

参加費 無料

※申し込みは不要です。

## みえ福祉・介護フェア2024

(福)三重県社会福祉協議会  
三重県福祉人材センター  
(☎059-227-5160)

福祉・介護を身近に感じていた  
だけのイベントを開催します。

と き 11月3日(日・祝)  
午前11時～午後4時

ところ 三重県総合文化センター  
多目的ホール(津市一身田上津部  
田1234)

内容 介護相談、介護ロボットの  
展示、看護師のお仕事体験など

### メイプル超合金 安藤なつさん による介護トークショー

と き 午後0時45分～3時

定員 350人(応募多数の場合  
は抽選)

参加費 無料

申込期限 10月21日(月)

申込方法 右の二次元  
コードからお申し込  
みください。



## かめやま健康セミナー 「より良い在宅医療を受けるために大切なこと」

地域医療課地域連携グループ  
(☎96-8208)

医師によるミニ講座を開催しま  
す。通院が難しくなったとき、安心  
して住み慣れた地域で暮らし続け  
るために、在宅医療について一緒  
に考えてみませんか?

と き 11月7日(木)  
午後1時30分～3時

ところ 市立図書館1階多目的室  
講師 みえ在宅医療クリニック

院長 門間 文彦さん

対象者 市内在住、在勤、在学の人

定員 30人(先着)

※定員に満たない場合は当日参加  
可能(予約優先)

参加費 無料

受付開始日 10月8日(火)

申込方法 地域医療課地域連携グ  
ループへ電話または直接お申し  
込みください。

## 介護者のつどい

地域福祉課高齢者支援グループ  
(あいあい ☎84-3312)

と き 11月11日(月)  
午後1時30分～3時

ところ 老人福祉センター1階  
テーマ 大切な人が認知症とわ  
かったときの家族の気持ちや介  
護事例を通して語ろう

講師 認知症の人と家族の会  
三重県支部 亀山世話人

対象者 高齢者を介護している  
人、介護に関心がある人

定員 15人(先着順)

参加費 無料

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。

## こころの健康相談

県鈴鹿保健所地域保健課  
(☎059-382-8673)

専門医が相談に応じます。秘密  
は厳守されますので、気軽にご相  
談ください。

と き 11月12日(火)  
午後1時30分～3時30分  
(予約制)

ところ 県鈴鹿庁舎保健所棟1階

対象者 こころに悩みを持つ本人  
またはその家族など

参加費 無料

申込方法 県鈴鹿保健所地域保健  
課へ電話でお申し込みください。

### 【いい遺言の日】講演会・遺言書作成体験会、遺言・相続登記相談会および相続登記手続き合同案内会

津地方法務局供託課  
(☎059-228-4133)

と き 11月15日(金)  
①午前10時～11時45分  
②午後1時30分～4時  
③午後1時30分～2時30分

#### 内 容

- ①司法書士による講演会・遺言書作成体験会「遺言による相続登記について」
- ②司法書士による「遺言・相続登記相談会」
- ③法務局職員による「相続登記手続き合同案内会」

定 員 ①40人  
②20組(1組25分以内)  
③20人

※①～③すべて先着順

#### 共通事項

と ころ 津地方法務局(津市丸之内26-8)

参加費 無料

受付開始日 10月15日(火)

申込方法 津地方法務局供託課へ電話でお申し込みください。

### JR関西本線沿線ウォーキング～加茂ぶらりまち歩き～ 明治の鉄道、まぼろしの大仏鉄道遺構めぐり

関西本線木津亀山間活性化同盟会  
(木津川市学研企画課内  
☎0774-75-1201)

JR関西本線の利用促進を図るウォークイベントを開催します。JR加茂駅を起点とし明治31年に大仏参詣のために、関西鉄道会社により加茂駅から奈良へ敷かれた大仏鉄道の遺構を歩きます。

と き 11月17日(日)  
午前9時45分～午後0時15分

※受付は午前9時20分～  
※雨天決行(当日午前7時、開催地に気象警報が発表されている場合は中止)

※昼食休憩なし

集合場所 JR加茂駅(加茂駅東公園)

コース概要 JR加茂駅(加茂駅東公園)→SL動輪→ランプ小屋→SL展示→観音寺橋台→観音寺小橋台→鹿背山橋台→梶ヶ谷隧道→赤橋→城山台公園(大仏鉄道公園)→JR木津駅(総距離約6km)

定 員 80人(先着順)  
※小学生以下の人は、保護者の同伴が必要

参加費 無料  
※飲み物をご持参ください。

申込期間 10月1日(火)～11月7日(木)

申込方法 申込フォームまたは木津川市学研企画課へ電話でお申し込みください。(土・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時)



主 催 関西本線木津亀山間活性化同盟会(会員団体:木津川市、笠置町、南山城村、伊賀市、亀山市、甲賀市)

### 三重県「さくらプロジェクト」～第20回亀山市植樹祭～

農林振興課農林政策グループ  
(☎84-5068)

三重県「さくらプロジェクト」とコラボして、緑豊かな環境づくりと市民の緑化意識の向上を目的に植樹祭を開催します。

「さくらプロジェクト」とは、さくらを育て、人々が集い、笑顔が咲く場所を増やすため、公益財団法人岡田文化財団が令和5年度からの3年間で5,000本のさくら苗木を寄贈する取り組みです。

木工工作教室も開催しますので、ぜひご参加ください。

と き 11月23日(土・祝)  
午前10時～正午

と ころ 亀山公園

対象者 市内に在住する人  
募集人数 20組(応募多数の場合は抽選)

参加費 無料  
※木工工作は1組につき1個

申込期間 10月1日(火)～21日(月)

申込方法 農林振興課農林政策グ

ループへ電話またはメールでお申し込みください。

※住所、氏名、年齢、電話番号が必要(メールの場合は、件名に「植樹祭申込」と記入)



過去の植樹祭の様子



## お知らせ

### 亀山駅前駐車場の運用を開始しました

都市整備課市街地整備グループ  
(☎84-5099)

9月12日から亀山駅前駐車場の運用を開始しました。朝夕の送迎など、亀山駅周辺へお越しの際にご利用ください。

利用時間 30分以内の駐停車(30分を超える利用はできません。)

利用料金 無料

駐車台数 6台

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



## 10月の納期

(納期限・口座振替日)

10月31日(木)

市・県民税	第3期
国民健康保険税	第4期
介護保険料	第4期
後期高齢者医療保険料	第4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。

## 廃棄物(ごみ)の野外焼却は法律で禁止されています

環境課環境創造グループ  
(☎96-8095)

家庭ごみや刈り草などの廃棄物を野外で焼却することは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。

法律に違反すると「5年以下の懲役、1,000万円以下の罰金又はこの併科」が適用される場合があります。

廃棄物は、ごみ収集日に所定のごみ集積所へ出すか、直接総合環境センター(☎82-8081)へ持ち込むなど適正な処理を行ってください。

### 例外的に認められている焼却

- ▷風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却
- ▷農業や林業などを営むためにやむを得ず行われる廃棄物の焼却など

※例外的に認められている焼却行為であっても、野外焼却を推奨していません。煙や悪臭などで通報があった場合は、現場確認の上で消火をお願いします。

## 10月は食品ロス削減月間です

環境課廃棄物対策グループ  
(☎82-8081)

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことです。

家庭での「食品ロス」の主なものは、直接廃棄(未開封の食品が食べずに捨てられている)、過剰除去(野菜の皮を厚くむき過ぎるなど、食べられる部分が捨てられている)、食べ残しです。

食材の「使いきり」、料理の「食べきり」、生ごみの「水きり」の3つの「きり」で、食品ロスと生ごみを減らしましょう。

食品ロスの削減はごみの減量にもつながりますので、ご協力をお願いします。



出典 消費者庁

## 10月は臓器移植普及月間です

健康政策課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

臓器移植は、臓器の機能が著しく低下し、移植によってのみその回復が見込まれる人に対して行う医療で、臓器の提供者はもとより、広く社会に理解と支援があって成り立つ医療です。

臓器移植が広がっていくためには、私たち一人ひとりが臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思を表示しておくことが大切です。運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードの意思表示欄で意思表示が可能です。ぜひ、自身の意思を記入しておきましょう。

臓器移植について詳しくは、(公財)三重県角膜・腎臓バンク協会(☎059-224-2333)へお問い合わせください。



## 10月は骨髄バンク推進月間です ~あなたの手から「いのちのボタン」~

健康政策課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

骨髄バンクは、白血病をはじめ

とする血液疾患などのため、骨髄移植などが必要な患者さんとそれを提供するドナーをつなぐ公的事業です。この機会に、骨髄移植について考え、骨髄バンクのドナー登録をお願いします。

ドナー登録について詳しくは、三重県ホームページをご確認ください。



三重県ホームページ二次元コード

また、市では骨髄移植を必要とする人を1人でも多く守るため、日本骨髄バンクにドナー登録し、骨髄や抹消血管細胞の提供を行った人と、その人を雇用している事業者を対象に助成金の交付を行っています。詳しくは、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ二次元コード

## 三重県最低賃金が 時間額1,023円に改定されました

三重労働局労働基準部賃金室  
(☎059-226-2108)

三重県最低賃金は、令和6年10月1日から50円引き上げられて「時間額1,023円」になりました。

この最低賃金は、年齢・雇用形態(パート・アルバイトなど)を問わず、三重県内で働くすべての労働者に適用されます。

なお、特定の産業に該当する事業場で働く労働者には、特定(産業別)最低賃金が適用されます。

また、中小企業への支援として業務改善助成金制度などの支援策もありますので、ぜひご活用ください。





## 各種検診・教室

### 「健康マイレージ」アプリ利用説明会 ～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

- ①10月10(木)午前10時～正午
- ②10月15(火)午前10時～正午
- ③10月17(木)午後1時～3時
- ④10月23(水)午後1時～3時

#### ところ

- ①井田川地区北コミュニティセンター
- ②野村地区コミュニティセンター
- ③関文化交流センター3階会議室1
- ④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(60歳以上)などで「健康マイレージ」に関心のある人

**定 員** 各回10人(先着順)

**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

**受付開始日** 10月1日(火)

**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。

### 助産師による授乳相談

子ども総合支援課母子保健グループ  
(あいあい ☎98-5003)

**と き** 10月28日(月)

- 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** 10月2日(水)

**申込方法** 子ども総合支援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。



## 募 集

### 「ピラティス」「ズンバ」 体験イベント参加者の募集

NPO法人 Let'sスポーツわくわくらぶ  
(☎080-1608-6119)

姿勢のゆがみを整えて健康的で美しい身体をつくる「ピラティス」、ダンス初心者でも簡単な振り付けで楽しめる「ズンバ」を体験してみませんか?

#### ピラティス

**と き** 10月25日(金)、11月8日(金)  
午後7時30分～8時30分

#### ズンバ

**と き** 11月1日(金)、15日(金)  
午後7時30分～8時30分

#### 共通事項

**ところ** 関文化交流センター

**対象者** 高校生以上

**参加費** 500円/回(スポーツ保険料含む)

**定 員** 各日20人(先着順)

**受付開始日時** 10月4日(金)  
午前10時

**申込方法** Let'sスポーツわくわくらぶホームページ [URL https://wakuwaclub.net/](https://wakuwaclub.net/) からお申し込みください。

※参加費は当日受付でお支払いください。

※詳しくは、ホームページまたは市内の運動施設などに備え付けてある募集チラシをご覧ください。

### 甲種乙種防火管理者 資格取得講習会の受講者募集

消防本部予防課予防グループ  
(☎82-9492)

一定規模以上の店舗や工場などで選任することが義務付けられている防火管理者の資格を取得する講習です。

**と き** 11月19日(火)、20日(水)

#### 甲種防火管理者(両日受講)

1日目:午前10時～午後4時40分

2日目:午前9時20分～午後4時45分  
**乙種防火管理者(1日目のみ受講)**

午前10時～午後5時35分

**ところ** 市文化会館

**定 員** 70人(先着順)

**受講料** 甲種:8,000円  
乙種:7,000円

**申込期間** 10月3日(木)～10日(木)

**申込方法** (一財)日本防火・防災協会ホームページからお申し込みください。[URL https://www.bouka-bousai.jp/hp/lec\\_info/index.html](https://www.bouka-bousai.jp/hp/lec_info/index.html)

※詳しくは、(一財)日本防火・防災協会(☎03-6263-9903)へお問い合わせください。

### 第18回<sup>うま</sup>美し国三重市町対抗 駅伝選手選考に関する参考 レース(小学生)出場者の募集

NPO法人亀山市スポーツ協会  
(☎97-3686 FAX97-3695)

このレースでの記録は、令和7年2月16日(日)に開催される「第18回美し国三重市町対抗駅伝」の亀山市チーム選手選考(小学生男女2人ずつ)の参考とします。

**と き** 11月24日(日)

※当日受付は午後2時45分～3時  
※雨天時は11月30日(土)に延期  
※競技時間など詳しくは、申込者に後日連絡します。

**ところ** 中部中学校第1グラウンド

**参加資格** 市内に在住する小学5年生～6年生

**種 目** 男子 1,500m

女子 1,000m

**参加費** 無料

※主催者側で傷害保険に加入しますが、保険の適用外は自己負担となります。

**申込期限** 11月6日(水)

**申込方法** 住所、氏名、性別、生年月日、学校名、学年、保護者氏名、電話番号を明記の上、郵送(〒519-0165 野村二丁目5-1)またはファクスでお申し込みください。

### 保健師または看護師 (会計年度任用職員)の募集

子ども総合支援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有する人

▷普通自動車運転免許(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 11月1日～令和7年3月31日

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(業務内容により残業の場合あり)

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 10月18日(金)

応募方法 子ども総合支援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。

### 【亀山市×セントレア合同企画】

## セントレア開港20周年ありがとうヒコーキ (平日限定国内線往復航空券プレゼント)

セントレアは地域の皆さんに支えていただき、令和7年2月17日に開港20周年を迎えます。日ごろの感謝の気持ちを込めて、「20周年ありがとうヒコーキ」企画として、国内線往復航空券をプレゼントします。



応募資格 次のすべてに該当する人

▷代表者が市内在住で18歳以上の人

▷体験記を作成し提出できる人

▷作成した体験記を広報紙などに掲載可能な人

行き先 セントレアから直行便が就航している国内空港のうち1空港

訪問時期 令和7年1月14日～2月28日(平日のみ)

定員 4人(抽選)※グループでの応募可(最大4人まで)

参加費 無料(空港までの交通費、現地滞在費は自己負担)

応募方法 二次元コード「セントレア公式LINE」を読み込み、希望の行き先、参加人数などを入力してお申し込みください。  
友達登録 → キーワードで「ありがとう」を入力後、申込条件や応募方法などの詳細情報をご確認ください。



申込期限 10月31日(木)午後6時

問合せ先 ▷政策推進課交通政策グループ(☎84-5066)

▷セントレア開港20周年事務局(☎050-3611-9589(平日午前9時～午後5時)、✉info@20shunen.jp)

## 市立医療センターだより

医療センター(☎83-0990)



### 新任医師を紹介します 内科・糖尿病外来 医師：中野 咲子

本年度から医療センターの内科にて、金曜日の糖尿病外来を担当しています。

糖尿病は自覚症状がないと、つい放置してしまいがちですが、合併症を予防し、今の生活を守るために、治療を続けることが重要です。

糖尿病について正しくお伝えし、患者の皆さんと共に歩いていけるよう尽力いたします。

どうぞよろしくお願いたします。

内科・糖尿病外来 診察受付時間 月曜日・金曜日 午前8時30分～11時30分

※糖尿病外来への受診は、紹介状が必要です。

曜日	月	火	水	木	金
糖尿病外来担当医師	上村	(なし)	(なし)	(なし)	中野

# 図書館だより (10月)

市立図書館 ☎82-0542



## [1階多目的室]

**おはなしの会『シュシュ』大人のための物語と音楽**

と き 10月19日(土)午後3時～

**第30回みえ文化芸術祭 文芸大会  
 児童文学部門講演会「おはなしのドアをあけて」**

と き 10月20日(日)午後1時30分～4時

講 師 児童文学作家 竹内 もと代さん

定 員 20人(先着順)

申込期限 10月11日(金)

申込先 三重児童文学の会代表(桜井☎090-3559-4193)

**プログラミングワークショップ～こくりを動かしてみよう～**

と き 10月26日(土)午後2時～3時

対象者 小学1年生～4年生とその保護者

定 員 5組(先着順)

申込期間 10月2日(水)～23日(水)

申込方法 二次元コードから申し込み



**ビブリオバトル～おすすめの本について語りませんか～**

と き 10月27日(日)午後3時～4時30分

対象者(発表者) 中学生以上の人

定 員 5人(先着順)※観覧は自由

申込期限 10月20日(日)

申込方法 二次元コードから申し込み



**読書週間映画上映会**

と き 10月30日(水)午後2時～(115分)

定 員 40人(先着順)



## 図書館の本棚から

### 一 般

**和本図譜 日本近世文学会／編 文学通信**

和本とは、日本の伝統的な製本法によってつくられた書籍のことです。前半は鮮やかな写真に魅せられ、後半は和本の研究の楽しさに触れられるよう、研究者や論文が取り上げられています。パラパラ眺めるだけでも楽しい、和本が身近に感じられる一冊です。



### 児 童

**なみのいちにち 阿部 結／作 ほるぷ出版**

気仙沼出身の作者が描く、ページいっぱいに広がる美しい海の絵本。

主人公は波。朝は働きものを送りだし、昼は子どもたちと追いかけて、そして夕陽がしずみ夜がきたら・・・波の語りがとっても愛らしい！



## かめやま電子図書館

**5分で感動 書店にまつわる泣ける話 矢尻／著ほか マイナビ出版**

本屋さんって、つい立寄ってしまいませんか？この本は、そんな本屋さんにまつわるお話です。14人の作者が描くアンソロジーになっているので、1編ずつ味わってお読みください。心にじんわり染み込むエピソードが満載です。お気に入りのエピソードが見つかるかもしれませんよ。



かめやま  
 電子図書館  
 二次元コード



**関文化交流  
 センター3階  
 地域読書活動拠点**

**関おはなし会**

10月9日(水)午後3時～

**たんぽぽの会の紙芝居会**

10月16日(水)午後3時～

休館日 毎週火曜日、10月25日(金)

皆さんの健康ライフをナビゲート

# かめやま健康なび

KAMEYAMA HEALTHY NAVIGATION

Vol.19



●ポータルサイト



●LINE @371uvqnt

かめやま健康なび 検索

今月のテーマ

10月は「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間」です

## 健康に過ごすためには、がん検診の受診が大切です

市では、がん検診を実施しています。4月以降、まだ検診を受けていない人は、自身の健康管理のために、ぜひ受診してください。

**検診の種類** 胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、乳がん、子宮がん検診

**受診方法** 個別検診、集団検診または集団的個別検診

※対象者、自己負担金、実施医療機関、申込方法など詳しくは、「健康づくりのてびき」をご覧ください。健康政策課健康づくりグループへお問い合わせください。

※受付を終了した検診もありますので、お申し込みの際にご確認ください。

<個別検診> 令和7年1月31日(金)まで(実施医療機関の診療日・診察時間内)

<集団検診> 検診日は、下表のとおり(要申込)



がん総合検診		
とき(午前のみ)	検診の種類	ところ
10月11日(金)	胃がん	林業総合センター
10月25日(金)	肺がん	鈴鹿馬子倶会館
11月22日(金)	大腸がん	あいあい
12月1日(日)	前立腺がん	

乳がん検診			
とき		検診の種類	ところ
令和7年1月28日(火)	午前	マンモグラフィ	あいあい
2月14日(金)		超音波(エコー)	
2月21日(金)	午前・午後	マンモグラフィ	
3月4日(火)		マンモグラフィ	

<集団的個別検診> 検診日は、下表のとおり(要申込)

子宮がん検診		
とき(午後のみ)	検診の種類	ところ
10月28日(月)	子宮頸部の細胞診	宮村産婦人科
11月25日(月)		
12月23日(月)		
令和7年1月27日(月)		

<申込方法>

- ①インターネット(右の二次元コードから申込)
- ②電話(☎84-3316)
- ③窓口(あいあい9番窓口)



がん検診は、アプリdeウェルネス推進事業のポイントの対象です。

※ポイントは検診当日ではなく、後日アンケートに回答していただくと付与されます。



**問合せ先** 健康政策課健康づくりグループ  
(あいあい ☎84-3316)

## 行政からのお知らせや地域のイベント情報などを放送!

CATV



9月27日(金)~10月3日(木)

- ウイークリーかめやまダイジェスト(7月~9月放送分)

10月4日(金)~10日(木)

- ウイークリーかめやま
- かめやま情報BOX 「市民活動応援制度の紹介」

- となりまち い・こ・か 「JR関西本線沿線ウォーキングのお知らせ」
- エンドコーナー 「井田川幼稚園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。

## 歴史博物館だより(10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>

#### 開館30周年記念 第42回企画展「近世の武士たる所以(ゆえん)」

##### 第1部 「戦を知らない武士の備え」

と き 10月5日(土)～11月24日(日)

##### 第2部 「亀山城主大名石川家家老加藤家」

と き 11月30日(土)～令和7年2月2日(日)

### 共通事項

内 容 江戸時代、戦がなくなった後も武士たちは絶えず武具や馬具を備えながら暮らしていました。戦の経験のない世代の江戸時代の武士たちは、武士としてのあるべき姿をどのように考えていたのでしょうか。近世の武士たる所以を2部構成で探ります。

企画展示観覧料 無料

### <開館30周年記念 連続講演会>

#### シリーズ 日本史からみた亀山 「関西鉄道の展開と亀山駅」

と き 10月20日(日)午後1時30分～3時

ところ 歴史博物館 講義室

内 容 関西鉄道会社は、明治21年に設立されました。同社は明治40年に国有化され、戦後、日本国有鉄道の路線となりました。その後、昭和62年に分割民営化され、JR関西本線として営業されています。この間の亀山駅の様子、機能の変遷について解説します。

定 員 30人(先着順)

講 師 近畿大学短期大学部 教授 井田 泰人さん

申込期間 10月2日(水)午前9時～18日(金)午後5時

申込方法 歴史博物館へ電話または直接お申し込みください。

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30日(月)～10月4日(金)(展示設営のため)

URL <https://kameyamarekihaku.jp>



## 令和6年交通事故発生状況



(8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
45件(-9件)	3人(+2人)	58人(-6人)	863件(+16件)

※ ( ) 内は前年同期比の増減数

### ～夕暮れ時、ちょっと早めのライト・オン運動～

夕暮れ時は、交通事故が多発する傾向にあります。特に、日没時間が早くなる10月以降は、帰宅時間帯のラッシュと相まって、さらなる交通事故の多発が懸念されます。夕暮れ時の交通事故を防止するため、10月1日(火)～12月31日(火)の3カ月間、「夕暮れ時、ちょっと早めのライト・オン運動」を実施します。

### 《推進事項》

#### ○車両(自動車、オートバイ、自転車)運転者

夕暮れ時または天候に応じて早めにライトを点灯し、歩行者、周囲の車両および道路上の危険を早期に発見できるように努めましょう。

#### ○歩行者・自転車運転者

反射材用品を着用し、自分の存在を車両の運転者にいち早く知らせましょう。

亀山警察署(☎82-0110)

