

まちを知る 人がつながる

広報 亀山

KAMEYAMA

2025 Oct

10月号

vol.477



特集

みんなで子育てできるまち、亀山

まちのできごと／まちかどキラリ／子育てだより／暮らしの情報／一次救急当番医(10月・11月)

撮影場所：城西地区コミュニティセンター

＼ 特集 ＼

みんなで子育て できるまち、亀山



「初めて寝返りをした」、「初めてひとりで立った」など子育ては喜びの連続ですが、その反面、身体的にも精神的にも負担は大きく、夜間の授乳で寝不足になったり、ワンオペでの家事・育児で社会と切り離されたように感じたり、一人で悩みを抱え込んでしまう人も少なくありません。誰かに悩みを聞いてもらうことで解決につながることもあります。

あなたはひとりじゃない。

ひとりで抱え込まず、まずは誰かに話してみてください。きっと何かが変わるはずです。

問合先 子ども総合支援課母子保健グループ(あいあい) ☎ 98-5003
子ども政策課保育サポートグループ(あいあい) ☎ 96-8822
子ども政策課子ども総務グループ(あいあい) ☎ 84-3315

子育てに関する悩みは誰もが抱えるものです

■育児中、迷ったり悩んだりすることはありますか？

ある **91.2%** ない **8.8%**

中でも、第二子が生まれた際に上の子への接し方で悩む、育児に自信が持てないといった意見が多くみられました。

■育児中、イライラしたり落ち込んだり気持ちが不安定になることはありますか？

ある **58.8%** ない **41.2%**

【出典】令和6年度4カ月・10カ月児健診アンケート結果(亀山市)

子育てに対して悩みや負担を抱え込んでいませんか？

- ☐ 子育てに対して不安に感じることもある
- ☐ 気分が落ち込むときがある
- ☐ 眠れる状況なのに眠れないことがある
- ☐ すぐにイライラしてしまう
- ☐ 夜中の授乳や寝かしつけなどで疲れがたまっていると感じることがある
- ☐ 育児が楽しくないと思うときがある
- ☐ 話し相手や周囲のサポートがないと感じる

いくつ当てはまりましたか？数が多いほど、子育てに対して悩みや負担を抱え込んでいる可能性が高いです。



まずはこども家庭センターへ — あなたの話を聞かせてください —

亀山市では切れ目のない子育て支援に取り組んでいます

市では、すべての子どもが安心して健やかに育ち、自分らしく生きることができる「こどもまんなか社会」の実現を目指し、さまざまな事業を展開しています。亀山市こども家庭センターでは、母子保健・児童福祉の両機能の連携・協働を深め、すべての妊産婦さんや子育て家庭、また、子どもたちが安心して暮らせるよう、切れ目のない一体的な支援を行っています。

「初めての妊娠で不安」、「子どもの発達が気になる」、「育児がつらく感じる」など、育児の不安や戸惑い、心配に寄り添いながら、保健師、助産師、心理士、保育士、教員など多様な専門スタッフが連携し、皆さんの子育てを支援しています。相談は窓口でも電話でも受け付けています。ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。

- 育児に関する相談支援 …………… 母子保健グループ(あいあい) ☎98-5003
- 子ども・家庭に関する相談支援 …………… 子ども家庭グループ(あいあい) ☎83-3715
- 子どもの発達などに関する相談支援 …… 子ども支援グループ(あいあい) ☎83-2425



こども家庭センター
センター長 高宮 綾子

まずはご連絡を!

保健師や助産師、子育てコンシェルジュが在籍しています

母子保健グループでは、月1回の育児相談や授乳相談のほか、随時相談を受け付けています。

毎日の子育てや自身の体調のこと、日ごろモヤモヤしていることなど、誰かに話すことで気持ちが整理できることもあります。困りごとや悩みがあれば、まずは母子保健グループ(あいあい☎98-5003)へご連絡ください。



定期的に相談できる場所があります!

※関連記事P8(子育てだより)

★育児相談

お子さんの身体測定や育児に関する相談に応じます。
※月1回実施



★授乳相談

要申込

授乳のことや卒乳などの相談に助産師が応じます。
※月1回実施



★離乳食教室

要申込

主に生後5~8カ月の離乳食のお話と実演を行います。
※年6回実施



かめやま子育てガイドブック

お役立て
ください!



妊娠・出産期から子どもの年齢に応じた制度や諸手当をはじめ、各種相談先など子育てに役立つ情報が満載のガイドブックです。

子どもの遊び場、子育て世帯の交流の場 「子育て支援センター」

子育て支援センターは、就学前のお子さんと保護者の皆さんが安心して楽しく遊べる場所です。また、子育て情報の提供や子育て相談などいろいろな活動を通じて、お子さんの健やかな育ちを支援します。

子育て支援センターで聞いてみました！

のんの



両尾町2193(野登ルンビニ園内)
☎ 85-8030



利用者の声

山崎さん

広報紙で見たのがきっかけで、子どもが生後6カ月頃から利用しています。子どもは支援センターに行くと、のびのびと楽しそうに遊んでいます。また、同じ月齢の子どもを持つママとお話できるので、自分自身の息抜きの場にもなっています。

のんのは、月齢に合わせた玩具があることや先生が優しく相談に乗ってくれるところがおすすめです。「リトミック」や「ベビーマッサージ」など、子どもが友だちと触れ合うきっかけになるイベントが多いのも良いですね。

コスモス倶楽部



東町一丁目10-16-1(幼保連携型認定こども園 亀山愛児園内)
☎ 090-1566-1523



利用者の声

水谷さん

最近、亀山市に越して来たので友だちづくりのきっかけになればと思い、支援センターを利用し始めました。

コスモス倶楽部では制作イベントが充実していて、先生たちに見守られながら子どもと一緒に楽しく作業できます。また、先生が親身になって相談に乗ってくれるのもコスモス倶楽部の良いところです。最初の一步を踏み出すのは少し勇気が必要ですが、慣れればリフレッシュにもなり、母子ともに安心できる場所になるはずです！

なぎの木



川崎町4928(川崎愛児園内)
☎ 85-8018



利用者の声

服部さん

広報紙などで知り、なぎの木を利用するようになりました。広い空間で遊ぶことができ、みんな楽しめています。アットホームな雰囲気なので、親同士の情報交換もしやすいです。

子どもたちの発育・発達に合わせて玩具を準備してくれることや、「親子運動遊び」や「リトミック」など、外部講師による専門的な教育を親子で体験できるのもイチ押しポイントです。明るく優しい先生といつでもお話できるので、育児相談してみたいと考えている家庭にもおすすめです。

亀山子育て支援センター あいあいっこ

羽若町545
(あいあい2階)
☎ 84-3314



関子育て支援センター あすれっこ

関町木崎786
(関認定こども園アスレ内)
☎ 96-0203



子育て支援センターサテライト ※関連記事P10(図書館へ行こう)

「あいあいっこ・あすれっこ」の職員が、月2回程度、市立図書館で読み聞かせや手遊び、リズム遊びを行っています。子育て世代の交流や子育て情報を発信するだけでなく、子育て相談にも応じますので、お気軽にお声掛けください！



「あいあいっこ・あすれっこ」の様子や
手作りおもちゃの作り方などなど
LINE VOOMで配信しています！



「亀山市公式LINE」を友だち追加し、リッチメニュー(健康・子育て)左下のLINE VOOMをタップしてご覧ください。

詳しくは、「あいあいっこ・あすれっこだより」(毎月発行)、「亀山市公式LINE」をご覧ください。





“子育て”をみんなで支えます

市では、乳児のいる家庭を対象にした家庭訪問や、育児不安がある産婦を対象にしたアフターケアなど、子育てに関するサポートを行っています。電話での相談にも応じていますので、「対面での相談には抵抗がある」、「子育て支援センターまで行くのはちょっと…」という人は、ぜひご利用ください。

新生児訪問・赤ちゃん訪問

お子さんの体重測定や育児相談を行います。

★新生児訪問

要申込

対象 生後28日未満のお子さんと産婦

助産師および保健師が訪問します。母子保健グループ(あいあい ☎98-5003)へ電話でお申し込みください。

★赤ちゃん訪問

対象 おおむね生後4カ月までのお子さんとその保護者

助産師または保健師または看護師が訪問します。対象者には事前に電話連絡します。

詳しくはこちら



電話による育児相談 ☎98-5003

母子保健グループでは、電話による育児相談を実施しています。「転んで体をぶつけたけど病院に行った方がよい?」、「離乳食の作り方が分からない」など、今すぐ聞きたいことや疑問に思ったこと、どんなささいなことでも大丈夫です。お気軽にご相談ください!

母子保健グループ 保健師 森岡 友佳子



産後ケア事業

助産師が家庭訪問し、主に母親(産後12カ月未満)の育児サポートなどを行います。

利用者の声

亀山市で産後ケアがあることは知っていましたが、「自分でできることは自分で…」と思い、頼ることは考えていませんでした。しかし、おっぱいが張って硬くなってしまったときに乳房ケアもしてもらえると聞き、助産師さんに搾乳やおっぱいのトラブルの対処方法について教えてもらい、不安や心配が解消されました。助産師さんに自宅まで来てもらえて、ゆっくりお話をすることができました。「ちょっと相談したいな…」、「心の余裕がないな…」と感じている人に利用してほしいです。産後ケアを利用することが普通のことになれば良いと思います。



産後ケア利用者 吉田さん

詳しくはこちら



亀山市ファミリーサポートセンター

東御幸町69-5(亀山児童センター2階)
☎82-9755

「近くに頼れる人がいない」、「病院に行きたいが子どもを一人にできない」、「急な仕事で子どもの送迎に間に合わない」など、子育てを助けてほしい人(依頼会員)の要望に応じて、そのお手伝いができる人(援助会員)を紹介し、一時的にお子さんを預かる相互援助活動を行っています。利用者の方からは、「通院や兄弟の授業参観のときに下の子の託児の依頼をしています。お迎え時はいつも笑顔でいてくれるので、安心して預けることができ感謝しています」、「送迎ができないときに代わりにしていただき助かります」などうれしい言葉をいただいています。急な用事だけでなくリフレッシュにも、ぜひご利用ください。

対象 市内在住、在勤、在学で、おおむね6カ月から小学校6年生までのお子さんの保護者
※利用するには会員登録が必要です。

詳しくはこちら



育休を取得したパパに聞きました!

夫婦で一緒に育児を楽しみ、子育てに専念する目的で取得しました。一日を通して育児をすることで、育児の大変さを身をもって感じる事ができ、肉体的・精神的にどのようなサポートが必要か、お互いに理解することができました。その結果、パートナーとより良好な関係を築くことができ、信頼関係も深まりました。また、自分の育児スキルが上がることで、育児に対して自信を持つことができ、積極的に育児参加することができました。集中して子どもと向き合うことができるのも育児休暇の利点だと思います。

広報秘書課広報グループ 小崎 陽日



今回の特集記事について
感想をお聞かせください!





8月21日 白川建設株式会社と「災害発生時等の緊急時における生活用水の支援協力に関する協定」を締結

市は、白川建設株式会社と「災害発生時等の緊急時における生活用水の支援協力に関する協定」を締結しました。災害発生時等に災害井戸から生活用水(洗濯、風呂、掃除、トイレ等に使用する水)の供給を受け、いち早く被災者の生活環境の向上に努めます。



8月26日 令和7年度 亀山市中学生議会

子どもたちが、行政や議会の仕組みを学ぶことで市政への関心と理解を深めることなどを目的に、中学生議会が開催されました。市内の中学3年生14人が参加し、「もっと好きになれる! 亀山市の未来について考える」をテーマに、バスの利便性の向上や中高生の遊び場、東町商店街の活性化などについて一般質問を行いました。



8月23日 第32回 亀山市関宿納涼花火大会

鈴鹿川河川敷で「亀山市関宿納涼花火大会」が開催されました。亀山高校吹奏楽部とのコラボレーション花火やスターマインなど、色とりどりのきれいな花火が夏の夜空に打ち上げられると、会場からは歓声が上がり、観客を魅了していました。



9月1日 津田学園高等学校野球部選手が市長を表敬訪問

「第107回全国高等学校野球選手権大会」に出場した津田学園高等学校野球部に所属する丹羽眺基さんと若林竜雅さんが大会の報告のため、市長と教育長を表敬訪問されました。

二人は、「3学年全員で、同じ目標に向かって大会に挑みました。良い経験になりました」と出場の感想を述べていました。



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、申込フォームをご利用ください。または、広報グループ(☎84-5021)へご連絡ください。

申込フォームはこちら!



これからも仲良く、元気に大きくなってね♡

山田

律くん(右)

豊くん(左)

令和5年9月生まれ

令和元年6月生まれ

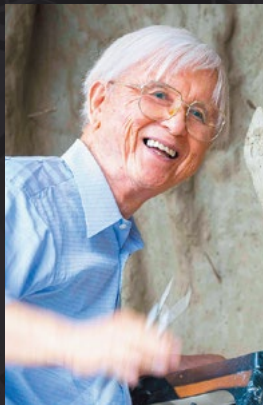


井上 貴詠さん(左) 平成30年6月生まれ

詞貴ちゃん(中) 令和2年8月生まれ

貴莉乃ちゃん(右) 令和5年9月生まれ

ケンカもするけど仲良し! 元気に育ってね!



亀山市名誉市民

彫刻家
中村 晋也
Shinya Nakamura

作品紹介

ふるさとあい
vol. 112

「愛うるはし ヤマトケルノミコトとオトタチバナヒメ」

令和4(2022)年

本格的なモニュメントを制作する前には、ある程度のイメージを見える形に表したエスキース(試作)を作る場合があります。最終的な大きさが等身大よりも大きくなる予定の場合などは特にそうです。大きな芯棒や大量の粘土で何度もやり直すのはとても大変なことだからです。この小品は、亀山駅前に建立した『日本武尊 弟橘媛 愛うるはし』を制作する前に、ああでもないこうでもないで試行錯誤した作品です。後のモニュメントよりもちょっと可愛くなってしまいました。二人を愛でる気持ちがこぼれてしまったのかな？

この秋、銀座の展覧会で亀山市をPRしてくれるでしょう。そして、多くの人が亀山駅前のモニュメントを見にきてくれたら、この上なく嬉しいです。



(高さ)49.1cm × (幅)33cm × (奥行)32.8cm
中村晋也美術館

特別協力

公益財団法人 中村晋也美術館

<https://www.ne.jp/asahi/musee/nakamura/>



まちかど

キラリ

みずち
蔵城 劉さん
(関町木崎)



令和7年3月、四日市農芸高校農業科学科食料生産コースを卒業。高校3年生の時、「第52回毎日農業記録賞(毎日新聞社主催)」に応募し、農業を志したきっかけなどをつづった作文で入賞(高校生部門)。現在、三重県農業大学校養成科(2年課程)の水田作コースで、日々実習を重ねる。休日に参加するドッジボールでは、ブロック大会まで審判できるB級審判員(日本ドッジボール協会)へのステップアップを目指す。

農業を通して、亀山の田園風景を守りたい

祖母の家庭菜園や近所の田の管理を手伝う中で、「農業は楽しい」という気持ちが芽生え、小学5年生の時に就農を、6年生で農業を学べる四日市農芸高校への進学を決意。「外で動くことやコンバインなどの機械が好きで、自然に農業にひかれました」と話されます。

高校では、農作物栽培の知識や技術を身に付けたほか、クラスメイトと廃ウール(羊毛)を肥料に使った「環境にやさしいかぶせ茶」を企業と共同研究。高校卒業時、実践がメインの三重県農業大学校への進学を選択し、現在は、米・麦・大豆作りの知識も習得中。「稲作は、田おこし、肥料まき、田植え、稲刈りなど一年を通して忙しく、暑い時期は大変ですが、すごく楽しい。今後は、農業の労働時間の削減と水の使用を抑えた米づくりなど環境負荷の軽減の研究も行い、持続可能で環境にやさしい農業を目指したい」と話します。

週末は、スポーツ少年団のドッジボールに審判員として参加するほか、関の山車保存会の活動に参加。また、今年4月からは、同世代の若者と交流を深めたいと、「かめやま若者未来会議」のメンバーとして、地域活動やまちづくりにも積極的に参画しています。

「耕作放棄地に次々とソーラーパネルが設置される現状を見ていると、非常に残念。一年中、作物を作ることで、耕作放棄地を減らし、観光客に楽しんでもらえる風景を守り、農業で地域を活性化させていきたい」と蔵城さん。志高い若者のチャレンジが始まっています。



子育てだより

childcare support and information

もよおし

赤ちゃんといっしょに ベビーヨガ

とき 10月14日(火)午前10時～11時
※当日の施設一般利用は、午後1時
30分～4時

ところ 関認定こども園アスレ多目
的ホール

内容 ヨガの呼吸とポーズで赤ちゃん
と一緒に体を動かし、体の使い方を
学びながらスキンシップを楽しみ
ましょう。

講師 ヨガインストラクター YUKIさん

対象 市内在住の1歳までの赤ちゃん
(首が座っている)とその保護者

定員 15組(先着順)

持ち物 飲み物、ヨガマットまたはバ
スタオル、着替え(任意)

服装 動きやすい服装

申込・問合せ先 10月6日(月)～10日
(金)までに子育て支援センター
「あすれっこ」(☎96-0203)へ電話
で、または直接お申し込みください。
※受付時間は午前9時～午後4時

各種健診・教室

助産師による授乳相談



とき 10月21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

内容 「母乳だけで育てられるか心
配」、「卒乳の方法を聞きたい」な
ど、授乳に関する相談に助産師が
お応えします。

対象 市内に住所を有する妊婦また
は産婦

定員 4組(先着順)

持ち物 母子健康手帳

申込・問合せ先 10月8日(水)から子
ども総合支援課母子保健グループ
(あいあい☎98-5003)へ電話
で、または直接お申し込みください。

子育て講座「つまとあぶない たべもののおはなし」

とき 11月13日(木)午前10時～11時
※当日の施設一般利用は、午後1時
30分～4時

ところ 亀山子育て支援センター「あ
いあいっこ」

内容 小さい子どもには、のどに詰ま
ると危ない食べ物がいろいろあり
ます。誤嚥の予防法や対処法を学
びましょう。託児希望の場合は、申
込時にお伝えください(おおむね6
カ月～)。

講師 「つぶっこの会」代表、三重耳鼻
咽喉科 院長 坂井田 麻祐子さん

対象 市内在住の0歳～就学前のお
子さんとその保護者

定員 15組(先着順)

服装 動きやすい服装

申込・問合せ先 10月28日(火)～11
月5日(水)までに亀山子育て支援
センター「あいあいっこ」(☎84-3
314)へ電話で、または直接お申し
込みください。

※受付時間は午前9時～午後4時

【子育て支援センターの主なイベント】

亀山子育て支援センター
「あいあいっこ」
☎84-3314

10月24日(金) 午前10:30～11:00 ●ひよこくらぶ(くだもの狩りごっこをしよう!)

10月25日(土) 午前9:00～正午 ●そらめくらぶ(未就学の多胎児対象)
★市外のお友だちも来館可能です。

「あいあいっこ」では、ボランティアによる読み聞かせやおりがみ教室などを開催しています。

関子育て支援センター
「あすれっこ」
☎96-0203

10月28日(火) 午前10:30～11:00 ●ぼっぼくらぶ
(保健師さんによる言葉の発達のお話)

「あすれっこ」では、ボランティアによる読み聞かせやリズム遊びなどを開催しています。

野登ルンビニ園
子育て支援センター
「のんの」
☎85-8030

10月14日(火) 午前10:00～11:30 ●茶道講座(先着5組) ★申込必要

10月21日(火) 午前9:30～ ●いのこ作りに参加しよう(先着5組) ★申込必要 ※11月7日(金)の「いのこ祭り」にもご参加ください。

10月22日(水) 午前10:00～11:00 ●けんちゃんの人形劇(テーマ:ハロウィン)と遊ぼうデー(季節にちなんだ工作や遊び)

亀山愛児園
子育て支援センター
「コスモス倶楽部」
☎090-1566-1523

10月2日(木) 午前11:30～11:45 ●絵本を読もう

10月21日(火) 午前10:30～11:30 ●コスモス倶楽部運動会[室内開催] ★申込必要

10月28日(火) 午前10:30～ ●お誕生会と身体測定(10月) ★10月生まれのおさんは事前にご連絡ください。

川崎愛児園
子育て支援センター
「なぎの木」
☎85-8018

10月7日(火) 午前10:30～11:00 ●リトミックを楽しもう

10月21日(火) 午前10:00～11:00 ●できるかな、やってみよう

10月28日(火) 午前10:00～11:00 ●どれだけ大きくなったかな(身体測定)

【保健だより・相談窓口】

●育児相談
※母子健康手帳・バスタオル持参

10月8日(水)
午前9:30～10:30

●1歳6カ月児健診
※令和6年3月の出生児対象

10月23日(木)
※受付時間は個人通知します。

あいあい1階
☎98-5003

●3歳児健診
※令和4年4月の出生児対象

10月16日(木)
※受付時間は個人通知します。

●子ども医療相談
児童精神科医による相談

10月30日(木)
午後1:50～5:00

要予約

あいあい2階
☎83-2425

●療育手帳の相談・判定
児童相談所職員による相談・判定

10月6日(月)
午前9:10～午後3:50

要予約

●家庭児童相談
※子ども虐待やDVなどを含む

月～金曜日 ※祝日を除く
午前9:00～午後5:00

あいあい2階
☎83-3715





今月のテーマ 市のウォーキングマップを活用して、気軽に始める秋の運動

10月は気候も穏やかで、運動を始めるには絶好のタイミングです。運動は、体力の維持・向上だけでなく、ストレス解消や睡眠の質の改善、生活習慣病の予防にもつながります。特にこの季節は、外でのウォーキングや軽いジョギングが気持ちよく、継続しやすいのが魅力です。そんな今こそ、市が作成したウォーキングマップを活用して、気軽に健康習慣を始めてみませんか？

市内の魅力を再発見！ウォーキングマップ

令和6年度に各地域まちづくり協議会との協同により、市内全33カ所のウォーキングマップを作成しました。歴史や自然を感じながら歩けるコースが満載で、初心者でも安心して楽しめます。このウォーキングマップは、冊子として各地域まちづくり協議会へ配布しています。また、「健康マイレージ」アプリの利用や市ホームページからのダウンロードによりご活用いただけます。

ウォーキングで 得られる健康効果

1日の歩数目安	期待できる効果
3,000歩	運動不足解消
5,000歩	認知症予防・心肺強化
7,000歩	血流改善・骨粗しょう症対策
※! 8,000歩	高血圧・糖尿病予防

途中で早歩き
を入れると
より効果的！



◀アプリでの挑戦方法



◀ウォーキングマップの
ダウンロード

まずは1日「プラス10分」

「プラス10分」とは、今より1日10分多く体を動かすというシンプルな健康習慣のこと。たった10分の積み重ねが、生活習慣病の予防やストレス軽減、筋力維持など、さまざまな健康効果をもたらします。「歩くこと」は、特別な道具も準備も不要。お気に入りのコースを見つけて、秋の空気を楽しみながら、まずは近所を10分(約1,000歩)歩いてみましょう。



市制施行20周年記念『緑の健都 かめやま』deウォーキング

11月29日(土)午前9時から西野公園で開催します(詳しくは、広報亀山8月1日号P9をご覧ください)。

【参加特典】参加記念品、健康マイレージアプリ **100ポイント**

【申込期限】11月14日(金)(定員500名先着順)

【協賛団体】認定NPO法人健康都市活動支援機構



◀参加申し込みはこちらから



考えてみよう! 共生

人 権

国 際

多文化共生

問合先 文化課人権・ダイバーシティグループ ☎96-1224

「偏見や差別をなくするためには？」

偏見や差別は、なぜあるのでしょうか？偏見や差別は、人がつくり上げたものです。私たちの手でできっとなくすことができるはずですよ。

考えてみてください…あなたの言葉や態度が誰かを傷つけているかもしれないと。

想像してみてください…あなたの言葉や態度が誰かを幸せにしている。そんな世の中を。

誰かを幸せにすると、あなた自身も幸せになります。それはそんなに難しいことはありません。まずは、どのような人権問題があるのか「知ること」から始めましょう。

三重県の「差別を解消し、人権が尊重される三重をつくる条例」では、「不当な差別をはじめとする人権問題」を次のとおりとしています。偏見や差別をなくすためには、このような課題や問題に対する一人ひとりの言葉や行動について考えることが大切です。

一人ひとりの人権が尊重される社会に向けて、共に歩いていきましょう。

「不当な差別をはじめとする人権問題」って？

- いじめや児童虐待などの子どもの人権
- 賃金や管理職登用における男女間の格差、配偶者からの暴力などの女性の人権
- 障がいや外国人を理由とする差別、ヘイトスピーチ
- 高齢者への虐待
- 同和問題(部落差別)
- インターネット上の誹謗中傷等の人権侵害
- 災害時の避難所でのプライバシーや風評被害
- 性的マイノリティに対する無関心や誤った認識による偏見や差別
- ひきこもりに対する偏見や差別
- 職業や年齢をもとにした偏見や差別 など

困ったときの相談窓口

皆さんの周りに、または自身が、不当な差別を受けていたり、一人で悩みを抱え込んでいたりする人はいませんか？

市では、さまざまな相談窓口を設置しています。詳しくは、市ホームページおよび広報亀山をご覧ください。

また、法務省も人権相談等の相談窓口を開設しています。お気軽にご相談ください。



市ホームページ
人権相談



法務省
人権相談



図書館へ行こう

10月

問合先

市立図書館

☎ 82-0542



[1階多目的室]

亀山朗読奉仕会公開勉強会

「みんなで考えよう 読書のバリアフリー」

視力が衰え、目が不自由になっても読書を楽しむことはできます。一緒にその方法を学びましょう。

とき 10月10日(金)午前10時～午後3時

※正午～午後1時休憩

講師 フリーアナウンサー音訳指導者 安田 知博さん

基礎から学ぶ朗読講座

とき 10月11日(土)午後1時30分～3時

定員 20人(先着順)

申込 二次元コードから申し込み



講演会「読むことは創ること」

とき 10月12日(日)午後1時30分～3時30分

講師 子どもの本専門店「メリーゴーランド」店主

増田 喜昭さん

対象 中学生以上の人

定員 40人(先着順)

申込 二次元コードから申し込み



こくりプログラミングワークショップ

とき 10月25日(土)午後2時～3時

対象 小学1～4年生とその保護者

定員 5組(先着順) ※観覧は自由

申込 二次元コードから申し込み



JICA アフリカ布で小物をつくろうワークショップ

とき 10月26日(日)午前10時～正午(時間内自由参加)

講師 JICA三重国際協力推進員 堤 真人さん

ビブリオバトルワークショップ

3～5人のグループでおすすめの本について語り合うワークショップを行います。

とき 10月26日(日)午後3時～4時30分

対象(発表者) 小学生以上の人

定員 15人(先着順) ※観覧は自由

申込 二次元コードから申し込み



[2階おはなしのひろば]

マミーズのおはなし会

10月4日(土)午後2時～3時

※10月から時間が変わります。大人による大人の読み聞かせは、午後2時30分から行います。

子育て支援センターサテライト

10月9日(木)、29日(水)午前9時～正午

おはなしステーション

10月11日(土)午後2時～

おはなしステーション(赤ちゃん向け)

10月17日(金)午前11時～

えほんの森のおはなし会

10月18日(土)午後2時～

おひざでだっこおはなし会

10月23日(木)午前10時～正午

休館日 毎週火曜日、10月24日(金)

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8日(水)午後3時～

たんぽぽの会の紙芝居会

10月15日(水)午後3時～

OSUSUME BOOKS

図書館の本棚から



一般



御城印入門 小和田 泰経/監修 宝島社

御城印を手に入れることができる全国150城の歴史・構造・見どころを写真とともに解説。料金・頒布場所・購入可能時間の案内もあり、お城巡りの計画を立てるには必見の一冊です。現存12天守を中心に各都道府県から1カ所以上をピックアップしており、亀山城も掲載されています。

児童



オフロケット ザ・キャビンカンパニー/文・絵 ニジノ絵本屋

お風呂に入る前にお子さんと一緒に読みたい一冊です。

10からはじまるカウントダウンが生きものの名前とリンクして言葉あそび感覚で読むことができます。“お風呂イイイヤ”な子もお風呂に行くのが楽しくなりそうです。

かめやま電子図書館

これで、歌がうまくなるコツがぜんぶわかる

大概 水澄/著 東京:ディスカヴァー・トゥエンティワン



久しぶりにカラオケへ誘われたあなた。「歌い方がわからない」、「音程が不安」と思ったことはありませんか。ヴォイストレーナーが持ち歌にしたいカラオケ101曲の歌い方や上達のコツを紹介。

定番曲から流行りの曲まで幅広く収録されているので、老若男女問わず「歌が上手になりたい」という人におすすめ。音声付きだから自宅で簡単に歌の練習ができる一冊です。

かめやま
電子図書館
二次元コード





歴史博物館 今月のイッピン

10月

問合先
歴史博物館

☎ 83-3000



歴史博物館では、収蔵資料や資料台帳の整理のため、令和9年3月31日まで休館します。この間5万点を超える収蔵資料の整理作業の中で、学芸員おすめのイッピンをご紹介します。

今回紹介する文鎮は、現在の井田川小学校の前身である亀山市鈴鹿市学校組合立井田川小学校が解散する時に配られたものです。かつて井田川村には、鈴鹿郡井田川村立井田川小学校がありましたが、昭和29(1954)年9月30日に新しく亀山市ができる時、校区の一部が鈴鹿市となっていました。そこで、今までどおり亀山市と鈴鹿市の子どもたちが一緒に通えるよう、同年12月1日に亀山市鈴鹿市学校組合立井田川小学校ができました。

しかし、市域をまたいだ組合立の学校は好ましくないということから、昭和54(1979)年3月31日に解散し、亀山市と鈴鹿市のそれぞれに井田川小学校ができました。この文鎮は、現在の亀山市立井田

川小学校の歴史を伝える貴重な資料の一つといえるでしょう。

市内各小学校の歴史については、歴史博物館ホームページ「子ども歴史館」にて紹介しています。ぜひご覧ください。



写真：亀山市鈴鹿市学校組合立井田川小学校文鎮(表・裏)

令和7年10月1日から令和9年3月31日まで休館しますが、**寄贈、寄託のご相談は受け付けています。**

詳しくは、歴史博物館へご連絡ください。

伊賀市

問合先

伊賀市広聴広報課

☎ 0595-22-9636



問合先

甲賀市秘書広報課

☎ 0748-69-2101

甲賀市

獅子舞演舞! しまがはら歴史 漂う紅葉の街道散策

秋の行楽シーズンに、JR関西本線沿線にある名所を巡るウォーキングイベントを開催します。JR関西本線の活性化のため鉄道を利用し、ぜひご参加ください。

とき 11月23日(日・祝)

午前10時15分～午後3時頃

(受付:午前9時20分～)

集合場所 JR島ヶ原駅前

コース 約10km

申込 11月13日(木)午後5時までに申込フォームまたは電話でお申し込みください。

※弁当(1,000円)希望者は参加予約時にお申し込みください。

※小学生以下は保護者同伴

問合先 JR関西本線利用促進と電化を進める会
(事務局:伊賀市公共交通課)

☎ 0595-22-9663



詳しくはこちら



申込フォーム



写真はイメージです。

第30回セラミック・アート・ マーケットin陶芸の森2025

「作品と作家に出会う」をテーマに、滋賀県内で活躍する陶芸をはじめとする作家が集まり、作品の展示・販売を行います。

秋のゆったりとしたひとときに、作家との交流や作品との出会いを通して、芸術に触れ、秋を感じる時間をお楽しみください。

とき 10月3日(金)～5日(日)午前9時～午後5時
(最終日午後4時30分まで)

ところ 滋賀県立陶芸の森 太陽の広場

アクセス 信楽高原鉄道「信楽駅」下車 徒歩20分

※園内の駐車場が混み合うため、公共交通機関をご利用ください。

問合先 滋賀県立陶芸の森

☎ 0748-83-0909

FAX 0748-83-1193



詳しくはこちら



新型コロナワクチン・インフルエンザワクチン接種を受けましょう

問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい) ☎ 84-3316
子ども総合支援課母子保健グループ(あいあい) ☎ 98-5003

これから冬に向けて、新型コロナウイルス感染症の再拡大や季節性インフルエンザとの同時流行が懸念されます。また、年末年始は、旅行や帰省、イベントへの参加など、人流の増加が見込まれ、重症化リスクの高い高齢者や基礎疾患のある人の感染が心配されます。

そこで、感染の拡大を抑制しつつ、場面に応じた換気や手洗い、マスクの着用など基本的な感染防止対策をお願いします。また、基本的な感染防止対策に加えて、新型コロナワクチンやインフルエンザワクチンの接種を行うことで、発病後の重症化を防ぐことが期待できます。

■定期接種 新型コロナワクチン接種 接種期間 10月1日(水)～令和8年3月31日(火)

対象 市内に住所を有する人で、次のいずれかに該当する人

- ① 満65歳以上の人
- ② 満60歳～64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級を持っている人

自己負担金 5,000円

※上記の対象者で生活保護世帯は無料

接種回数 1回/人

※2回目(任意)を接種する場合は全額自己負担

接種場所 県内の新型コロナワクチン接種実施医療機関(個別接種)

持ち物 身分証明書、自己負担金

申込 各医療機関へ直接お申し込みください。

※予診票は接種実施医療機関にあります。

※今年度から、市外の医療機関で接種する場合は、事前の申請は不要です。

※医療機関によって、接種期間を限定している場合があります。接種を希望する場合は、接種医に相談してください。

問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい)

☎ 84-3316

※上記対象者以外の方は任意接種となります(全額自己負担)。金額などは医療機関へお問い合わせください。

新型コロナワクチンと他のワクチンとの同時接種は、特に医師が必要と認めた場合に可能です。
また、他のワクチンとの接種間隔に制限はありません。

市内の新型コロナワクチン・インフルエンザワクチン接種実施医療機関(50音順)

医療機関名	所在地	電話番号	定期接種		インフルエンザ予防接種費用の助成		
			新型コロナ ワクチン	インフル エンザ	①1歳～ 就学前児童	②手帳所持者	③医師意見書
あのだクリニック	阿野田町	83-1181	○	○	×	○(中学生以上)	○(中学生以上)
落合小児科医院	東台町	82-0121	×	×	○	○	○
かつき内科	東町一丁目	84-5858	○	○	×	○(高校生以上)	○(高校生以上)
亀山回生病院	東御幸町	84-0300	○	○	×	×	×
亀山市立医療センター	亀田町	83-0990	○	○	×	○(高校生以上)	○(高校生以上)
亀山腎・泌尿器科クリニック	栄町	83-0077	×	○	×	○(高校生以上)	○(高校生以上)
亀山透析クリニック	羽若町	83-0555	×	○	×	×	×
川口整形外科	野村四丁目	82-8721	×	○	○	○	○
こばやし内科・呼吸器内科 クリニック	亀田町	83-2121	○	○	×	○	○
さかえ整形外科	栄町	97-3335	×	○	×	○	×
高橋内科クリニック	栄町	84-3377	○	○	×	○(中学生以上)	○(中学生以上)

■定期接種 インフルエンザワクチン接種 接種期間 10月1日(水)～令和8年3月31日(火)

対象 市内に住所を有する人で、次のいずれかに該当する人

- ① 満65歳以上の人
- ② 満60歳～64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級を持っている人

自己負担金 1,500円

※上記の対象者で生活保護世帯は無料

接種回数 1回/人

※2回目(任意)を接種する場合は全額自己負担

接種場所 県内のインフルエンザワクチン接種実施医療機関

持ち物 身分証明書、自己負担金

申込 各医療機関へ直接お申し込みください。

※予診票は接種実施医療機関にあります。

※今年度から、市外の医療機関で接種する場合は、事前の申請は不要です。

※医療機関によって、接種期間を限定している場合があります。接種を希望する場合は、接種医に相談してください。

問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい)

☎ 84-3316

■インフルエンザワクチン接種の費用助成 助成対象接種期間 10月1日(水)～令和8年3月31日(火)

対象 市内に住所を有する65歳未満の人で、次の①～③のいずれかに該当する人

- ① 就学前の児童(1歳未満の乳児は除く)
- ② 身体障害者手帳1～3級、三重県療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを持っている人
※接種時に医療機関で提示してください。
- ③ 心臓・呼吸器・腎臓疾患等で医師の診察を受けており、インフルエンザにかかると重症化すると医師に認められた人(医師の意見書が必要)

<対象となる例> 気管支ぜんそく・慢性気管支炎で薬物療法を受けている、心疾患で酸素療法を受けている、糖尿病でインスリン療法を受けているなど(該当すると思われる場合は主治医に相談してください。)

助成額 1回目1,200円 2回目800円

※接種回数は、接種医に相談してください。

◆市内で接種する場合(下表のインフルエンザワクチン接種実施医療機関)

助成金の申請は不要です。接種料金から助成額を差し引いてお支払いください。

◆市外で接種する場合

償還払い(医療機関での支払いが必要です。後日、助成額分を口座に振り込みます。)

※接種前に申請が必要です。申請書など必要書類をお渡ししますので、接種前に問合先へご連絡ください。

接種対象 10月1日(水)～令和8年3月31日(火)に接種した分

申請期限 令和8年3月31日(火)

問合先 対象者① 子ども総合支援課母子保健グループ(あいあい) ☎ 98-5003

対象者②、③ 健康政策課健康づくりグループ(あいあい) ☎ 84-3316

医療機関名	所在地	電話番号	定期接種		インフルエンザ予防接種費用の助成		
			新型コロナワクチン	インフルエンザ	①1歳～就学前児童	②手帳所持者	③医師意見書
田中内科医院	天神二丁目	82-0755	○	○	×	○	○
田中病院	西丸町	82-1335	×	○	×	○	○
豊田クリニック	南野町	82-1431	○	○	○	○	○
とら整形クリニック	江ヶ室二丁目	84-1700	×	○	×	○(中学生以上)	○(中学生以上)
なかむら小児科	長明寺町	84-0010	○	○	○	○	○
のぼのクリニック	能褒野町	85-3636	×	○	×	○	○
ハッピー胃腸クリニック	本町二丁目	82-0017	○	○	×	○	○
みえ呼吸嚥下リハビリクリニック	アイリス町	84-3536	○	○	○	○	○
みえ在宅・内科クリニック	野村三丁目	82-0405	○	○	×	○	○
みずほ台クリニック	川合町	96-9488	○	○	×	○(高校生以上)	○(高校生以上)
宮村産婦人科	本町三丁目	82-5151	○	○	○	○	○

亀山市国民健康保険加入者(40～74歳)へのお知らせ

問合先 市民課国民健康保険グループ ☎ 84-5006

健診結果の提供にご協力ください

市では、亀山市国民健康保険に加入している40～74歳の人で、勤務先等で健康診断を受診した人や個人で人間ドックを受診した人に、健診結果の提供をお願いしています。提供いただいた健診結果は、医療費の適正化や健康増進に必要な施策等の検討に活用しますので、ご協力をお願いします。

なお、提供いただいた人には、お礼としてQUOカード(500円分)を贈呈します。

対象 次のすべてに該当する人

- ▷ 令和7年4月～令和8年3月に勤務先等で健診を受診した人(自費で人間ドックを受診した人も含む)
- ▷ 健診受診日時点で年齢が40～74歳の亀山市国民健康保険に加入していた人
- ▷ 令和7年度の亀山市国民健康保険の特定健康診査または一日人間ドックを受診していない人
- ▷ 国民健康保険税の滞納がない世帯に属する人

健診結果に記載が必要な項目 提出いただく健診結果には、**次のすべての項目**の記載が必要です。

基本情報	1)受診者名 2)受診日 3)健診機関名 4)健診を実施した医師名
身体計測	5)身長 6)体重 7)腹囲
血圧測定	8)最高血圧 9)最低血圧
血液検査	脂 質 10)空腹時中性脂肪(やむを得ない場合は随時中性脂肪)
	11)HDLコレステロール 12)LDLコレステロール
	肝機能 13)AST(GOT) 14)ALT(GPT) 15)γ-GT(γ-GTP)
	血 糖 16)空腹時血糖(やむを得ない場合は随時血糖) 17)HbA1c
尿 検 査	18)尿糖 19)尿蛋白
診察結果	20)医師による所見(判定)



提供期間 令和8年5月29日(金)(消印有効)

必要書類 ①健診結果提供に関する同意書 ②健診結果の写し ③質問票

④令和7年度亀山市特定健康診査受診券(手元にある人のみ)

※「①同意書」および「③質問票」は、市民課国民健康保険グループで配布しています。

(市ホームページからもダウンロード可)



提供方法 必要書類を国民健康保険グループ(〒519-0195 本丸町577)へ持参または郵送してください。

※QUOカードは、内容を確認した後、郵送します。

令和8年度から 带状疱疹ワクチン接種費用助成の対象者が変わります

問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい) ☎ 84-3316

市では、過去に带状疱疹ワクチンの接種を受けたことがない人で、接種時に満50歳以上の人(定期接種対象者を除く)を対象に、带状疱疹ワクチン任意予防接種の費用助成を実施していますが、令和7年4月から、65歳の高齢者等への带状疱疹ワクチンの接種が予防接種法に基づく定期接種の対象になったことに伴い、**接種時に満65歳以上(定期接種対象者を除く)の人に対する带状疱疹ワクチン任意予防接種の費用助成を令和8年3月31日で終了します。**



带状疱疹ワクチン接種希望時に満65歳以上(定期接種対象者を除く)の人は、早めの接種をご検討ください。

※接種時に満50～64歳の人への带状疱疹ワクチン接種費用の助成は継続します。

■ 带状疱疹の不活化ワクチン接種はお早めに

接種時に満65歳以上の人(定期接種対象者を除く)が带状疱疹ワクチン接種費用の助成を受ける場合、令和8年3月31日までに接種を完了する必要があります。带状疱疹ワクチンの内「不活化ワクチン」の接種を受ける場合、接種間隔を2カ月空け、2回接種する必要があるため、**1回目の接種を令和8年1月中に終わってください。**

がん検診はもう受診されましたか 健康に過ごしていくためには、がん検診の受診が大切です



問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい) ☎ 84-3316

10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」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 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 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。

■集団検診 要申込

がん総合検診		
とき(午前のみ)	検診の種類	ところ
12月23日(火)	胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診(国民健康保険、後期高齢者医療制度加入の人は一緒に健康診査を受診できます)	あいあい
令和8年1月14日(水)		

乳がん検診			
とき		検査の種類	ところ
11月7日(金)	午前	マンモグラフィ	あいあい
11月25日(火)	午後	マンモグラフィ	
令和8年1月30日(金)	午前	マンモグラフィ	
2月3日(火)	午前・午後	エコー	
2月24日(火)	午前・午後	マンモグラフィ	
3月3日(火)	午前・午後	マンモグラフィ	

■集団的個別検診 要申込

子宮がん検診(子宮頸部の細胞診)	
とき(午後0時半頃受付)	ところ
10月27日(月)	宮村産婦人科
11月17日(月)	
12月22日(月)	
令和8年1月26日(月)	

申込方法

- ①インターネットで申し込む
- ②電話で申し込む
(☎84-3316)
- ③窓口で申し込む(あいあい9番窓口)



国勢調査の回答はお済みですか？

問合先 総務課法務統計グループ ☎ 84-5034



国勢調査2025



国勢調査は、令和7年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人および世帯を対象に実施します。

9月中に、調査員が皆さんのお宅を訪問し、調査書類を手渡しまたは郵便受けに入れるなどしてお配りしています。回答は、10月8日までに、できる限りインターネットでお願いします(郵送も可能です)。

10月8日までに回答が確認できない場合は、調査員が回答のお願いに伺います。

「調査書類が届いていない」、「追加の調査票が必要(5人以上の世帯など)」、「やむを得ず、調査員による回収を希望する」などの場合は、総務課法務統計グループへご連絡ください。

インターネット回答期間

9/20土 ▶ 10/8水

調査票(紙)での回答期間

10/1水 ▶ 10/8水

詳しくは、「国勢調査2025キャンペーンサイト」をご覧ください。

<https://www.kokusei2025.go.jp/>

総務省・三重県・亀山市



「亀山ブランド」新規認定品を募集します

問合先 商工観光課観光・地域ブランドグループ ☎ 84-5074

本市の魅力ある特産品を戦略的に発信し、市のイメージ向上と地域経済の活性化を図るため、令和3年度から亀山ブランドの認定を行っています。

今年も亀山ブランドに認定する商品とその事業者を募集します。自慢の商品の応募をお待ちしています。



募集期間 10月1日(水)～20日(月)

認定対象 令和8年1月1日時点(認定日)で1年以上の販売実績がある物品(ただし役務を除く)で、次の①から⑤のいずれかに該当するもの。また、亀山市地域ブランド事業の発展に協力できる事業者を対象とします。

- ①市内で生産された農林水産物
- ②市内で製造または加工された製品
- ③市内で生産された農林水産物を使用した加工品等
- ④市に縁のある歴史上の著名人または市内の名所、名跡等をPRする亀山市産品
- ⑤市のイメージアップにつながるもので市長が認めるもの

※認定は1事業者等につき5品目までとします。

※同じ品目で味、形、色等に相違があっても同一品目と認められる場合は、1品目とします。

審査および認定 応募いただいた商品を次の5つの認定基準に基づいて審査し、その結果を申請者に通知します。

- ①地域性(亀山らしい魅力や価値を有する)
- ②独自性(類似の商品と比べて独自性や優位性を有する)
- ③信頼性(高品質、安全安心の確保がなされている)
- ④市場性(市場に向けて商品に魅力がある)
- ⑤将来性(亀山市への波及効果が期待できる)

認定の特典

- (1) 認定された商品は、亀山ブランド認定シールを貼

り付けて販売することができます。

- (2) 行政情報として発信します(広報紙、行政番組、市公式SNSなど)。
- (3) 各種特産品イベント等でPR販売の場を提供します(全国各地で開催される物産フェアなど)。
- (4) マスメディアを活用したPRを行います。
- (5) 認定商品の魅力向上のため、専門家によるアドバイスなどの支援を受けることができます。
- (6) ふるさと納税返礼品として優先的に取り扱いいます。

認定登録料および有効期間

- (1) 認定を受けた事業者等には、認定登録料を納めていただきます。1品目は1万円、2品目以降は1認定品につき5千円です。

※更新の登録料は、1品目は5千円、2品目以降は1認定品につき3千円です。

- (2) 有効期間: 令和8年1月1日～令和9年12月31日

※更新の有効期間は、認定の終了する日の翌日から2年間

申込 申請書類に必要事項を記入の上、商工観光課観光・地域ブランドグループ(〒519-0195 本丸町577)へ持参、または郵送してください。

※その他、提出書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



亀山ブランド

検索



現在の亀山ブランド認定品の一部です(現在の亀山ブランド認定数 38品目 19事業者)

広報亀山句会「亀山市 みんなの川柳」入選作品紹介

問合先 文化課文化創造グループ ☎ 96-1223

広報亀山6月1日号で作品を募集した広報亀山句会「亀山市 みんなの川柳」に子どもの部157句、一般の部461句の応募がありました。入選作品は次のとおりです。

お題 会う(子どもの部、一般の部共通)

子どもの部

特選

新学期どんな先生くるのかな
水野 瑛仁

入選

再会しあの頃のこと思い出す	中山 紬希
きつといつかはなれていても会えるよね	佐藤 菜々花
ようち園好きな子できて嬉しいな	中島 來星
夏の夜森で出会ったカブトムシ	岡安 雛
月曜日みんなに会うの楽しみだ	すい

一般の部

特選

桜道少年の日の風に会う
蛇のとぐろ

入選

遠い日のボクに出会える祭り笛	渡辺 勇三
「会いたい」をかばんに詰めてふるさとへ	とし
故郷へ忘れた夢に会いに行く	小見 伸雄
わけもなくただ泣きに來た友と会う	桐山 勤
イケメンに会えるパン屋は駅の前	ぴちれい

※川柳作品および作者名(氏名またはペンネーム)はすべて応募者の表記に従い掲載しています。

選者 一般社団法人 全日本川柳協会 理事 平井 美智子さん

いつまでも
元気で
長生きしてね

9月の敬老の日になみ、白寿(9月1日時点で99歳)を迎えた方々に祝い状と祝い品をお贈りし、長寿のお祝いをしました。
※氏名(住所)についてはご了解いただいた人のみ掲載しています。(50音順)

白寿(99歳)

石原 好子さん(関町市瀬)	野田 克己さん(南崎町)	山口 美代子さん(東町)
井上 さと江さん(関町久我)	橋爪 仁美さん(和賀町)	山中 あい子さん(天神二丁目)
尾崎 幸子さん(辺法寺町)	廣森 ふさへさん(白木町)	渡邊 一成さん(西丸町)
北澤 テル子さん(関町坂下)	福島 市郎兵衛さん(関町沓掛)	渡邊 田鶴さん(和田町)
駒田 盛仁さん(栄町)	藤井 春子さん(太岡寺町)	
佐久間 繁代さん(北山町)	藤尾 つなさん(田村町)	
中川 浅子さん(布気町)	堀井 美市さん(川合町)	
永田 すへのさん(能褒野町)	前田 あき子さん(安知本町)	
中根 ふみ子さん(天神二丁目)	増村 貞子さん(関町新所)	



お知らせ

コンビニ交付サービスを停止します

システム更新作業のため、9月29日(月)から10月13日(月・祝)まで、マイナンバーカードを使って住民票などの証明書が取得できるコンビニ交付サービスを停止します。

ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

なお、サービス再開は、14日(火)午前6時30分を予定しています。

停止するサービス

▷すべての証明書の発行

▷本籍地交付利用登録申請

※本庁舎内にある「証明書窓口交付システム」も停止します。

問合先 市民課戸籍住民グループ
☎ 84-5004

高齢者世帯への住宅防火訪問

住宅火災から高齢者を守るため、75歳以上のひとり暮らし世帯を対象に、住宅防火訪問を実施します。火気の取り扱い状況や住宅用火災警報器の設置などを確認した後、防火に関するアドバイスをを行います。

なお、訪問する職員は、身分を証明する消防手帳を携帯しています。ご協力をお願いします。

実施期間 10月6日(月)~31日(金)

対象世帯 令和6年10月1日時点で75歳以上のひとり暮らし世帯

実施地区 江ヶ室一丁目、江ヶ室二丁目、東町一丁目、東町二丁目、東丸町、本丸町、西丸町、市ヶ坂町、若山町、西町、御幸町、東御幸町、羽若町

その他 不在の場合は、住宅防火に関するパンフレットなどを投函します。

問合先 消防本部予防課予防グループ

☎ 82-9492

障害者控除対象者認定書(年末調整用)の交付



市内に住所を有する65歳以上(令和7年12月31日時点)の要介護・要支援認定者で、寝たきりや認知症の状態によって障害者控除対象者と認められる人に、所得税の年末調整に利用できる認定書を交付しています。

申請方法 地域福祉課高齢者支援グループへ郵送または直接申請してください。

※申請書は高齢者支援グループに備え付けてあります(市ホームページからもダウンロード可)。申請書の郵送を希望する人は、高齢者支援グループへご連絡ください。

持ち物 申請者の印鑑、運転免許証などの身分証明書、対象者の身分証明書

その他

▷交付には1週間程度かかります。

▷確定申告用の認定書は、令和8年1月末に対象者へ郵送します。

▷令和7年1月1日~12月31日に亡くなった人については、申請が必要です。

問合先

▷認定について:地域福祉課高齢者支援グループ(あいあい)

☎ 84-3312

▷所得税について:鈴鹿税務署

☎ 059-382-0351

廃棄物(ごみ)の野外焼却は法律で禁止されています

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、悪臭や火災の原因となり周辺の皆さんに多大な被害を及ぼす恐れがあるため、野外焼却を推奨しているものではありません。また、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することがあります。

問合先 環境課環境創造グループ
☎ 96-8095

10月は骨髄バンク推進月間です

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。

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。

問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい)

☎ 84-3316



三重県ホームページ



市ホームページ

10月は 臓器移植普及月間です

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。

問合先 (公財)三重県角膜・腎臓バンク協会
☎ 059-224-2333



10月は 食品ロス削減月間です

「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」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)、食べ残しが該当します。

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。

問合先 環境課廃棄物対策グループ
☎ 82-8081

10・11月は麻薬・覚せい剤 乱用防止運動月間です

国内製品より効き目が強い、安く購入できるなどの理由から、インターネットを通じて海外製医薬品やサプリメントの個人輸入が増えています。

しかし、日本では危険ドラッグに指定されているものが名前や形

状を変えて販売されていることがあり、知らないうちに危険ドラッグを購入してしまっているかもしれません。

医薬品は、医師や薬剤師などと相談して、本来の目的で正しく使用しましょう。

薬の海外通販・危険ドラッグに関する情報提供

▷(一社)偽造医薬品等情報センターあやしいヤクブツ連絡ネット

☎ 03-5542-1865

薬物乱用防止相談窓口

▷鈴鹿保健所

☎ 059-382-8674

相談時間 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

依存症専門電話相談窓口

▷三重県こころの健康センター

☎ 059-253-7826

相談時間 毎週水曜日の午後1時～4時(祝日・年末年始を除く)

問合先 健康政策課健康づくりグループ(あいあい)

☎ 84-3316

10月1日は 浄化槽の日



浄化槽には、「合併処理浄化槽」と「単独処理浄化槽」がありますが、単独処理浄化槽は、トイレの排水だけを処理し、生活雑排水は未処理のまま放流するため、BOD(水の汚れ度合を表す指標のひとつ)が合併処理浄化槽と比べて8倍になります。

市では、水環境を守るため、単独処理浄化槽や汲み取り便槽から合併処理浄化槽への転換を勧めています。下水道事業の計画区域外などの特定の地域における合併処理浄化槽への転換にあたっては、設置などにかかる費用の一部を補助しています。

問合先 下水道課下水道管理グループ
☎ 97-0628

浄化槽を適正に管理しましょう

浄化槽には3つの維持管理が必要で、定期的な保守点検、清掃、法

定検査が義務付けられています。管理を怠ると、悪臭が発生したり、汚れの多い水を放流することになります。

保守点検(年3～4回)

汚泥(微生物)や機器の点検を行います。

問合先 鈴鹿地域防災総合事務所 環境室環境課

☎ 059-382-8675

清掃(年1回、全ばつ気方式は6ヵ月に1回)

浄化槽内に溜まった汚泥等の引き抜きと機器類の洗浄などを行います。

問合先 環境課廃棄物対策グループ
☎ 82-8081

法定検査(年1回)

保守点検・清掃が適正に実施され、浄化槽の機能が正常に維持されているかを総合的に判断します。

県知事が指定した検査機関が実施する法定検査を受けてください。

問合先 (一財)三重県水質検査センター

☎ 059-213-0707

自動車起終点調査の ご協力をお願い

国土交通省では、9月から11月にかけて全国一斉に「令和7年度全国道路・街路交通情勢調査 自動車起終点調査」を実施しています。この調査は、道路の実態を把握し、道路の計画、建設、管理などについての基礎資料を得るために行うものです。

調査対象 無作為に抽出した県内の世帯

調査方法 対象の車両を保有する世帯に、調査票を郵送します。回答方法は、インターネットによる回答と調査票による回答の2つから選択できます。

調査実施主体 国土交通省中部地方整備局三重河川国道事務所

問合先 サポートセンター(受付時間は月～土曜日の午前9時～午後6時) ※祝日を除く

☎ 0120-186-312

三重県暴力団排除条例 の改正(令和7年10月 1日施行)



改正点

▷暴力団排除特別強化地域での禁止行為の規制【新設】

▷暴力団事務所の開設・運営に対する規制【拡大】

▷名義利用等の禁止【新設】

※詳しくは、三重県警察ホームページをご覧ください。

問合せ 三重県警察本部刑事部組織犯罪対策課(☎059-222-0110)、亀山警察署刑事課(☎82-0110)、(公財)暴力追放三重県民センター(☎0120-31-8930)

建退共制度の ご案内



建退共制度は、建設現場で働く労働者のために国が作った退職金制度です。この制度は、事業主が建設現場で働く労働者の働いた日数に応じて掛金を充当し、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払う、業界全体での退職金制度です。退職金は国が定めた基準により計算して確実に支払われるため、安心・安全です。

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

問合せ (独)勤労者退職金共済機構建設業退職金共済事業本部
☎03-6731-2866

もよおし

カナリア(認知症)カフェ

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

対象 認知症の人やその家族、地域住民など

はなカフェ

とき 10月3日(金)、10日(金)、17日(金)、11月7日(金)
午後1時30分～3時30分

ところ 老人福祉関センター

問合せ はなの家

☎96-0217

元気丸カフェ

とき 10月24日(金)
午後1時30分～3時

ところ あいあい2階大会議室

問合せ 市社会福祉協議会地域包括ケア推進係

☎83-3575

市民体力テスト～体力年齢を測ってみよう～

とき 10月13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

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

その他 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。

問合せ 健康政策課スポーツ推進グループ(あいあい)

☎98-5002

「スポーツの日」 運動施設無料開放

とき 10月13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、午後1時から使用できます。

▷東野公園(体育館、トレーニング

室、運動広場、ゲートボール場)
▷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
※体育館では、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行ってください。

問合せ 健康政策課スポーツ推進グループ(あいあい)

☎98-5002

出張年金相談



とき 10月16日(木)(予約制)
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・問合せ 日本年金機構津年金事務所(☎059-228-9112)

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)。

※年金請求者以外の人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からダウンロード可)が必要です。

ご利用ください！ 「行政相談」

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。

とき 10月21日(火)
午後1時30分～3時

ところ 川崎地区コミュニティセンター

その他 毎月の定例相談も行っています。詳しくは、広報亀山「各種相談」をご覧ください。

問合せ まちづくり協働課地域まちづくりグループ

☎84-5007

がん患者と家族の方の おしゃべりサロンin鈴鹿

同じ病気の人のお話を聞いたり、
お互いの悩みを話したり、一人で
悩まずにお話ししましょう。

とき 10月24日(金)

午後1時30分～3時

ところ 鈴鹿市保健センター

対象 がん患者やその家族など

申込・問合先 開催日までに三重県
がん相談支援センター(☎059
-223-1616)へ電話でお申し
込みください。

第37回三重矯正展

刑務所の矯正関係の資料展示、
刑務所作業製品の販売を通じ、矯
正全般にわたる紹介を行います。

とき 10月25日(土)

午前9時～午後3時

ところ 三重刑務所(津市修成町16-1)

費用 無料

※食事や製品購入は有料

問合先 三重刑務所矯正処遇部門
(作業)

☎ 059-226-9144

第15回亀山市脳卒中・ 循環器病市民公開講座

鈴鹿回生病院による脳卒中・循
環器病市民公開講座を行います。

とき 10月26日(日)

午後1時～

ところ 市文化会館大ホール

内容 「しびれ・動悸・物忘れ…そ
れ、放っておいていいですか？」

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

問合先 健康政策課健康づくりグ
ループ(あいあい)

☎ 84-3316

令和7年度 亀山市総合防災訓練

災害の発生に備え、市民、関係機

関、協定締結団体等が連携した亀
山市総合防災訓練を開催します。

とき 10月26日(日)

午前9時30分～11時30分

※警報発令時等は中止します。ま
た、中止連絡は市ホームページ
に掲載します。

ところ 川崎小学校

内容

▷自衛隊・消防・消防団による救助
訓練展示

▷川崎地区自治会代表者による避
難訓練・避難所開設訓練

▷自衛隊によるカレーの炊き出し
支援と喫食体験

▷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。

問合先 防災安全課防災安全グループ
☎ 84-5035

みえ高校生就職ガイダンス

県内に安定的な就業場所がある
地元企業を対象とした「みえ高校生
就職ガイダンス」を開催します。事業
所担当者と直接面談ができます。

とき 10月28日(火)

午後1時30分～3時

※受付は午後1時～

ところ 四日市市地場産業振興セ
ンター6階ホール(四日市市安
島1丁目3-18)

対象 令和8年3月新規高等学校
卒業予定者、3年以内既卒者

参加企業 四日市公共職業安定所
管轄事業所を中心に30社

問合先 四日市公共職業安定所求
人企画部門

☎ 059-353-5566(内線31#)

里親さんのお話、聞いて みませんか?～里親説 明会in亀山市～



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、里
親さんを応援できるといいなと思っ
ている人など、どなたでもご参加い

ただけます。

とき 10月30日(木)

午後1時30分～3時30分

ところ あいあい2階大会議室

内容

▷里親体験談

里親さんの生の声を聞いていた
だけます。

▷知ってほしい。里親制度

県内の子どもの状況や里親
の種類等、「里親制度」について
知っていただけます。

▷質問コーナー

ささいなことでもかまいません。
何でも気軽にお尋ねください。

定員 30人(先着順)

申込・問合先 10月29日(水)までに
県ホームページ掲載の参加申込
書(チラシ)でお申し込みいた
るか、県子ども・福祉部 児童相談
支援課 社会的養育推進班(☎
059-224-2760)へお問い合わせ
ください。なお、二次
元コードからもお申し込
みいただけます。



献血にご協力ください

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 11月4日(火)

午前10時～11時30分

午後1時～4時

ところ 市役所本庁

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、服薬中の人には献血できな
い場合があります。

※65～69歳の方は、60歳に達し
た日から65歳に達した日の前
日までの間に採血が行われた人
に限りません。

問合先 健康政策課健康づくりグ
ループ(あいあい)

☎ 84-3316

かめやま健康セミナー ～知っているようで 知らない血圧のはなし～

医師による血圧についてのミニ講座を開催します。血圧のしくみや血圧の管理など、基本的なことについて理解しましょう

とき 11月6日(木)

午後1時30分～3時

ところ あいあい2階大会議室

講師 田中内科医院 院長 田中英樹さん

対象 市内在住、在勤、在学の人

定員 50人(先着順)

※定員に満たない場合は当日参加可能(予約優先)

受付開始日 10月1日(水)

申込・問合先 市民課医療年金グループ(☎84-5005)へ電話で、または直接お申し込みください。

「亀山7座トレイル」 紅葉の仙ヶ岳へ

とき 11月8日(土)

午前8時～午後4時

登山場所 仙ヶ岳

集合場所 石水溪キャンプ場駐車場
※都合により変更する場合があります。

対象 18～75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 7人(申込者多数の場合は抽選)

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。

▷コース途中に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・問合先 10月15日(水)午後5

時までに商工観光課観光・地域ブランドグループ(☎84-5074)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、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

親子スポーツ チャレンジ2025



サッカーや野球を通じて親子でコミュニケーションを取る方法を、みえの育児男子アドバイザーがアドバイスします。スポーツを通じて親子の絆を深めましょう。

とき 11月9日(日)

第1部:午前9時～10時15分

第2部:午前10時30分～正午

ところ 東野公園体育館

講師

▷みえの育児男子アドバイザー、日本幼少年体育協会プロフェッサー他 橋川 恵介さん

▷みえの育児男子アドバイザー他 北澤 匠さん

▷外遊び推進スペシャリスト他

國島 誠さん

▷NPO法人三重県生涯スポーツ協会 インストラクター

対象

第1部:幼児(年中と年長)とその保護者

第2部:小学1～3年生とその保護者

定員 各30組(先着順)

持ち物など 飲み物、タオル、上靴、動きやすい服装、サッカーボール(お持ちの人)

申込先 NPO法人三重県生涯スポーツ協会ホームページのエントリーフォームからお申し込みください。

問合先 東野公園体育館

☎ 83-1888

こころの健康相談

とき 11月11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 こころに悩みを持つ本人またはその家族など

申込・問合先 11月4日(火)までに県鈴鹿保健所地域保健課(☎059-382-8673)へ電話でお申し込みください。

第27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25日(土)

午前10時～午後2時30分

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



会場地図



市ホームページ

※駐車場については、市ホームページをご覧ください。

第19回亀山市小中学校特別支援学級保護者・教職員学習会「子どもたちの将来を見据えての学習会」

とき 11月11日(火)

午前9時30分～正午

ところ 青少年研修センター 1階集会場

対象 市内在住の特別支援学級の保護者や内容に関心のある人

内容 「子どもたちの将来を考える」をテーマに障がいのある子どもたちの将来について考える学習会

申込・問合せ先 11月4日(火)までに亀山市特別支援教育振興会事務局(亀山中学校 ☎82-0354)へ電話でお申し込みください。

遺言・相続についての講演会・相談会

とき 11月15日(土)

①午後1時30分～4時30分

②午後1時30分～4時

内容

①法務局職員、司法書士および税理士による相続登記、遺言、税に関する講演会

②司法書士による相談会

定員 ①40人

②20組(1組25分以内)

※①、②ともに予約制

共通事項

ところ 津地方法務局(津市丸の内26-8)

費用 無料

申込・問合せ先 10月15日(水)から津地方法務局総務課(☎059-228-4191)へ電話でお申し込みください。

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～

とき

①10月9日(木)午前10時～正午

②10月16日(木)午後1時30分～3時30分

③10月21日(火)午前10時～正午

④10月22日(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関文化交流センター 3階会議室 1

③野村地区コミュニティセンター

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、見守り機能やスマホのいろはなどのご紹介

対象 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)

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・問合せ先 10月1日(水)から(公社)亀山市シルバー人材センター(☎96-8641)へ電話でお申し込みください。

ひとり親家庭のための日商簿記初級講習

とき

▷平日昼コース

11月18日～12月23日の毎週火曜日(全6回)

午前10時～午後3時

※1時間の昼休憩あり

▷平日夜コース

11月14日～12月23日の毎週火・金曜日(全12回)

午後6時30分～8時30分

ところ 三重県母子・父子福祉センター会議室(津市桜橋二丁目131 三重県社会福祉会館4階)

内容 簿記の基本原則、期中取引の処理、月次集計、日商簿記初級受験(任意)

対象 県内居住のひとり親家庭の親やその子ども(独身30歳まで)、寡婦、離婚前の人

定員 各コース10人

※初めて参加する人を優先します。

費用 テキスト代1,100円と検定料は自己負担

申込・問合せ先 10月20日(月)～11月6日(木)までに申込書を記入の上、三重県母子・父子寡婦福祉センター(☎059-228-6298)へ郵送(〒514-0003 津市桜橋二丁目131)、ファクス(FAX 059-228-6301)で、またはホームページからお申し込みください。

※申込書は二次元コードからダウンロードできます。



パパ・ママ教室 パパになる準備できていますか?

とき 11月17日(月)

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 沐浴実習、妊婦体験(妊婦シミュレーターの着用など)

対象 市内に住所を有する妊婦とパートナー

定員 9組18人(先着順)

持ち物 母子健康手帳、バスタオル2枚、沐浴布または手ぬぐい1枚、ビニール袋(ぬれた沐浴布や手ぬぐいを入れるため)、筆記用具

申込・問合せ先 10月20日(月)～31日(金)までに子ども総合支援課母子保健グループ(あいあい ☎98-5003)へ電話で、または直接お申し込みください。

※申込時の簡単な質問にご協力ください。

体育施設の一般公開

詳しくはこちら

西野公園体育館、東野公園体育館、関B&G海洋センターの個人使用デーについては、亀山市運動施設の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(金)

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。

募集

「ピラティス」「ズンバ」体験イベント参加者募集



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24日(金)、11月7日(金)
午後7時30分～8時30分

ズンバ

とき 10月31日(金)、11月14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 高校生以上

費用 500円/回(保険料含む)

※費用は当日受付でお支払いください。

定員 各日20人(先着順)

申込 10月3日(金)午前10時から
NPO法人Let'sスポーツわくわくらぶホームページ各申込フォームからお申し込みください。

※詳しくは、ホームページまたは市内の運動施設等に設置してある募集チラシをご覧ください。

問合先 NPO法人Let'sスポーツわくわくらぶ

☎ 080-1608-6119

保健師または看護師(会計年度任用職員)の募集

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 令和7年11月1日～令和8年3月31日

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(業務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1,350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

募集期限 10月17日(金)

応募方法 子ども総合支援課母子保健グループ(あいあい ☎98-5003)へ電話連絡の上、履歴書を持参してください。

第19回^{うま}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

このレースでの記録は、令和8年2月15日(日)に開催される「第19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29日(土)

※当日受付は午後1時45分～2時
※雨天時は12月6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 市内在住の小学5～6年生

種目 男子 1,500m

女子 1,000m

※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・問合先 11月10日(月)までに住所、氏名、年齢、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、NPO法人亀山市スポーツ協会(☎97-3686)へ郵送(〒519-0165 野村二丁目5-1)またはファクス(FAX 97-3695)でお申し込みください。

令和8年度「ふれあい農園」使用者の募集



使用場所 川合町731-1
(ひとみヶ丘南部)

申込資格 市内に住所を有し、誠実に栽培管理ができる人(団体の申込可)

使用できる期間 令和8年4月1日～令和10年3月31日(予定)

※新規に使用する人は、使用できるまで1ヵ月程度お待ちいただく場合があります。

使用料 年間6,000円(年度ごとに前納)

※使用料は変更となる場合があります。

使用できる区画 1区画30㎡(約9坪)。原則として、1世帯または1団体につき1区画

募集区画数 22区画(予定)

注意事項

▷申込者多数の場合は、抽選で使用する予定者を決定します。

▷1世帯または1団体につき、申し込みは1回までとします。

▷使用を希望する本人が必ず申し込んでください。

申込期限 10月29日(水)必着

申込方法 申込書およびチェックリストに必要事項を記入の上、市内に住所を有していることが分かる本人確認書類の写しを添付し、農林振興課農林政策グループ(〒519-0195 本丸町577)へ持参または郵送してください。

※申込書は、農林政策グループに備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

その他 申込期限以降、区画に空きが出た場合は、随時市ホームページでお知らせしますので、農林政策グループへお問い合わせください。

問合先 農林振興課農林政策グループ

☎ 84-5068

甲種乙種防火管理者資格取得講習会の受講者募集



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(水)、20日(木)

甲種防火管理者(両日受講)

1日目:午前10時～午後4時

50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)

費用 甲種:8,000円

乙種:7,000円

申込 10月8日(水)～15日(水)までに(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。

問合先 (一財)日本防火・防災協会
☎ 03-6263-9903



お知らせ

広報亀山は10月号から月1回の発行になります。

かめやま生物多様性共生区域 第5回 募集のお知らせ

問合先 生物多様性・獣害対策室 ☎ 96-8588

農地や事業所、神社やお寺の境内など、皆さんの暮らしに身近な自然が残された場所を「かめやま生物多様性共生区域」として認定します。

認定を取得すると？

認定書が発行され、認定マークを表示することが可能となり、社会貢献を行っていることを対外的に示すことができます。

認定を受けた取組内容などについて、市がさまざまな情報発信を行います。

認定を受けた場所で生産された製品に、認定マークを表示して販売することができます。



かめやま生物多様性共生区域
認定マーク

申請方法

申請できる人

土地の所有者または管理者

認定対象地

- ▷ 田んぼや畑などの農地
 - ▷ 工場や事業所の中の緑地
 - ▷ 神社やお寺の境内
 - ▷ 市民活動団体の活動地 など
- ※面積要件はありません。

認定条件

- ▷ 土地の場所や境界が明らかであること
- ▷ 土地の所有者や管理者が明らかであること
- ▷ 土地の管理内容が明らかで、生物多様性保全に貢献し、管理が継続されること
- ▷ 土地の生物多様性の状況が明らかであること

審査

認定条件の各項目の内容が分かる提出資料に基づき、認定審査会にて審査を行います。

申請期間

10月1日(水)～12月26日(金)

提出書類

- ▷ かめやま生物多様性共生区域認定申請書
- ▷ 申請場所の境界、状況が分かる資料
- ▷ 申請場所の管理方法が分かる資料
- ▷ 申請場所における生物多様性の状況が分かる資料

資料

- ※申請様式は、市ホームページからダウンロードしてください。
- ※申請場所の状況に応じて追加資料が必要な場合があります。

提出方法

- 提出書類を生物多様性・獣害対策室(総合環境センター)へ持参してください。
- ※詳しくは、生物多様性・獣害対策室へお問い合わせください。

市営住宅入居者募集

問合先 建築住宅課住まい推進グループ ☎ 84-5038

住宅名	階数(床面積)	家賃(月額)	住所
(和賀住宅 L-3号)	3階建ての1階(61.20㎡)	16,300円~32,000円	和賀町59-103
(新所住宅 S-103号)	2階建ての1階(55.80㎡)	23,000円~45,100円	関町新所962-4
(北町住宅 V-103号)	2階建ての1階(49.60㎡)	18,000円~35,300円	北町4-40-103
鹿島住宅 G-9号	3階建ての3階(64.90㎡)	18,400円~36,100円	北鹿島町9-301
栄町住宅 I-301号	3階建ての3階(63.30㎡)	18,500円~36,400円	栄町1506-64
新所住宅 R-201号	2階建ての2階(55.80㎡)	22,800円~44,800円	関町新所962-3

※()の住宅は、高齢者世帯、障がい者世帯、ひとり親世帯などの優先入居住宅です。

※家賃は、入居者の収入月額などにより変動します。

※借上型市営住宅の新所住宅および北町住宅は毎月、共益費3,000円、自治会費1,000円、駐車料金3,000円/台などが別途必要となります。

受付期間 10月7日(火)~17日(金)(平日の開庁時間内に限る)

受付場所 建築住宅課住まい推進グループ

提出書類

▷申込書(受付の際に記入)

▷住民票(世帯全員のもの)

▷給与の最新の源泉徴収票もしくは課税証明書(令和6年中の所得が分かるもの)

【該当する場合に必要な書類】

▷現在賃貸住宅に入居中の場合は、借家やアパート等の契約書の写し、または家賃の支払状況を確認できる書類

▷単身世帯またはひとり親世帯で申し込む場合は、戸籍全部事項証明書

▷世帯員に障がいのある人がいる場合は、障害者手帳の写し

※入居資格や必要な書類について詳しくは、受付期間に限らず住まい推進グループへお問い合わせください。

※応募者多数の住宅は、抽選(11月中旬予定)を行います。

入居時期 12月中旬(予定)

亀山エコータウンで マイナンバーカード出張申請受付を行います！

とき

10月12日(日)
午後2時~4時

ところ

亀山エコータウン2階
催事場 夢ひろば

問合先 市民課戸籍住民グループ ☎ 84-5004

- 申請書記入の支援や申請に必要な顔写真の撮影を無料で行います。
- 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。



申請時の持ち物

●カードの更新の場合(有効期限の3カ月前から)

▷マイナンバーカード

▷有効期限通知書

マイナンバーカードの有効期限2~3カ月前に郵送される**水色**の封筒➡



※マイナンバーカードの更新手続きは、カードの更新と電子証明書の更新の2種類あります。詳しくは、デジタル庁のマイナンバーカード

の有効期限に関する動画をご確認ください。

デジタルYouTubeチャンネル「マイナンバーカード有効期限更新」篇



※カードの更新のみ手続き可能ですので、カード表面印字(生年月日の右横)の有効期限をご確認ください。



●初めて申請する場合

▷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能です。

▷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)
●運転免許証 ●運転経歴証明書 ●在留カード ●障害者手帳 ●旅券(パスポート) - など	●健康保険証または資格確認書 ●医療費受給資格証 ●介護保険証 ●年金手帳または証書 ●学生証や社員証 - など

※本人確認書類は有効期限内のものに限ります。

ハンドボール体験教室

みんなで楽しく体を動かそう。
初心者も大歓迎です。

とき 10月5日(日)

午前9時30分～11時

ところ 西野公園体育館

対象 小学生

費用 無料

持ち物など 体育館シューズ、飲み物、タオル

※事前の申し込みは不要

問合せ先 亀山市ハンドボール協会

☎ 090-3950-7234(伊藤)

三重交通G
スポーツの杜 鈴鹿
スポーツフェスタ2025



とき 10月13日(月・祝)

午前10時～午後3時

ところ 三重交通G スポーツの杜 鈴鹿(水泳場、庭球場、サッカー・ラグビー場、体育館)

内容

▷水泳場:飛込み、アーティスティックスイミング、フィン、親子ダンスの体験など

▷庭球場:サービスアタッカー、ジュニアテニスの体験など

▷サッカー・ラグビー場:キッズサッカー、タグラグビー、アーチェリーの体験など

▷体育館:ニュースポーツ、ホッケー、フリースロー、SSピンポンの体験など

※ほかにも、キッチンカー、フリーマーケット、防災キッズイベントなどを開催

※全施設無料開放

申込 一部のイベントや体験会は事前申し込みが必要((先着順)
※詳しくは、三重交通G スポーツの杜 鈴鹿のホームページをご確認ください。

問合せ先 三重交通G スポーツの杜 鈴鹿管理事務所

☎ 059-372-2250

棚田あかり
in坂本2025



日本の棚田百選に認定されている「坂本棚田」のイベントです。約3,500個のLEDを坂本棚田に並べます。幻想的な坂本棚田を満喫してください。

とき 11月8日(土)

午後4時30分～8時

※雨天中止

ところ 坂本農村公園(坂本棚田展望台)周辺と坂本棚田

※坂本棚田駐車場または坂本地区内臨時駐車場に駐車の上、徒歩でご参加ください。

費用 無料

持ち物など 懐中電灯、防寒着

※小学生以下の方は保護者同伴

※坂本農村公園内にて坂本棚田米、飲食物(カレーライス、うどん、焼き芋、フライドポテトなど)を販売します。

問合せ先 坂本営農組合

☎ 090-4114-5288(川合)

第2回 愛宕山スタンプウォーキング
～亀山古城をめぐる～

とき 11月24日(月・振休)

午前9時30分～

※雨天決行

ところ 歴史博物館講義室

内容 羽柴秀吉軍(山内一豊、加藤清正、堀秀征)が、亀山古城を攻めてきた道筋と、山内一豊の武将 五藤吉兵衛が討ち死にしたであろう場所を巡って歩きます。途中、残存する寄角(石垣ができる前の土塁)も見学します。お子さんの参加も大歓迎です。

費用 200円

持ち物 飲み物、帽子、長靴

申込・問合せ先 11月17日(月)までに愛宕山を歩こう会(岡本 ☎ 090-6468-8765)へ電話またはメール(✉mhjbtat2h@i.softbank.jp)でお申し込みください(参加者氏名、年齢、住所、電話番号が必要)。

TRIPLE BILL
～S&Kと華麗なる仲間たち～



バレエ文化を身近に感じてもらうため公演を開催し、年少～中学生を無料招待します。

とき 12月27日(土)

午後3時～

ところ 市文化会館大ホール

対象 年少～中学生

定員 100人(先着順)

※3歳未満のお子様は保護者の膝上鑑賞に限り無料です。

※保護者は有料です。内容、費用など詳しくは、二次元コードからご覧ください。

申込・問合せ先 SK feel Ballet(☎ 090-7303-7856)へ電話でお申し込みください。

CATV



更新日: 毎月1日、16日
番組枠: 60分番組(文字情報含む)
放送時間: 午前6時～深夜0時(60分番組を繰り返し放送)
※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。

10月1日(水)～15日(水)

- まちのトピックス
- 亀山インフォメーション「スクエアステップの活動がスタートしました!」
- かめキッズコーナー「関認定こども園アスレ①」
- 学びの講座「かめやま健康体操!パート2」

10月16日(木)～31日(金)

- まちのトピックス
- 亀山インフォメーション「歴史かめさんぽ～でっかいの造った人の巻【誰?編】」
- かめキッズコーナー「関認定こども園アスレ②」
- 学びの講座「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～」

広報紙の
バックナンバーは
こちらから!



広報紙に関する
ご意見・ご感想を
お寄せください!
※返信はいたしません。



一次救急当番医

応急診療を受診するときは、必ず各医療機関に電話でご確認ください。

夜間時間外応急診療

【診療時間】日曜日・祝日を除く 午後7時30分～10時(受付:午後7時～9時30分)

月・水・木・金・土曜日

市立医療センター

亀田町466-1

☎83-0990

火曜日

みえ呼吸嚙下リハビリクリニック

アイリス町14-7

☎84-3536

【診療時間】午後1時～7時30分(受付:午後1時～7時)

10月

10月5日(日)	みずほ台クリニック	川合町1155-9	☎96-9488
10月12日(日)	市立医療センター	亀田町466-1	☎83-0990
10月13日(月・祝)	川口整形外科	野村四丁目4-19	☎82-8721
10月19日(日)	みえ在宅・内科クリニック	野村三丁目19-31	☎82-0405
10月26日(日)	田中病院	西丸町539	☎82-1335

11月

11月2日(日)	市立医療センター	亀田町466-1	☎83-0990
11月3日(月・祝)	亀山透析クリニック	羽若町833-5	☎83-0555
11月9日(日)	みずほ台クリニック	川合町1155-9	☎96-9488
11月16日(日)	亀山腎・泌尿器科クリニック	栄町1488-215	☎83-0077
11月23日(日・祝)	松葉耳鼻咽喉科	東台町1-6	☎83-0087
11月24日(月・振替)	三井耳鼻咽喉科	栄町1499-3	☎82-4133
11月30日(日)	宮村産婦人科	本町三丁目8-7	☎82-5151

急な子どもの病気の電話相談

みえ子ども医療ダイヤル

#8000 または

☎059-232-9955

平日、土曜日は午後7時～翌朝8時
日曜日、祝日、年末年始は24時間対応

医療機関に迷ったときは

三重県救急医療
情報センター

☎059-229-1199

24時間365日対応

県内の医療機関を検索

医療ネットみえ

医療ネットみえ

検索



■健康保険証、医療費受給資格証(子ども医療費など)、診療費、お薬手帳(または服用している薬)を必ずお持ちください。 ■夜間・休日当番医の診療は、あくまで応急的な診療や処置を目的としているため、専門的な治療、経過観察が必要な検査などは行いません。 ■夜間・休日当番医受診後に、引き続き治療が必要な場合や、症状が改善しない場合は、かかりつけ医等の医療機関を診療時間内に受診してください。

休日当番医

各種相談

人権相談

人権擁護委員による相談(当日電話相談可)

行政相談

行政に関わる意見、要望、困っていることなどの相談

法律相談

弁護士による相談【予約制】(1カ月前から受付)

心配ごと相談

生活上のあらゆる心配ごと、困りごと相談【予約制】※当日申込可

心配ごと相談(元公証人による相談)

相続、遺言、離婚、賃貸借等の相談【予約制】※当日申込可

成年後見等の法律相談

成年後見、権利擁護に関する弁護士による相談【予約制】※当日申込可

無料住宅相談(偶数月開催)

増改築相談員による相談

市民活動・ボランティア相談

市民活動やボランティアに関するあらゆる相談

ひきこもりの相談

来所や訪問による日常生活や就労などの相談

消費生活問題の相談

消費生活専門相談員による相談

10月7日(火)

午後1:00～3:00

本庁1階 市民対話室 ☎96-1224

10月20日(月)

午後1:00～3:00

(電話相談) ☎82-1111

10月27日(月)

午後1:00～3:00

関支所1階 応接室1 ☎96-1224

10月9日(木)

午後1:00～3:00

本庁1階 市民対話室 ☎84-5007

10月17日(金)

午後1:30～3:50

本庁1階 市民対話室 ☎84-5007

10月27日(月)

午前9:00～正午

本庁1階 市民対話室 ☎84-5007

10月10日(金)

午後1:00～3:00

あいあい1階 相談室1 ☎82-7985

10月24日(金)

午後1:00～3:00

あいあい1階 相談室2 ☎82-7985

10月10日(金)

午後1:00～3:00

あいあい1階 相談室2 ☎82-7985

10月24日(金)

午後1:00～3:00

あいあい1階 相談室2 ☎82-7985

10月30日(木)

午前10:00～正午

あいあい1階 相談室2 ☎82-7985

10月16日(木)

午後1:00～4:00

あいあい1階 ふれあいリビング ☎84-5038

月～金曜日

午前9:00～午後5:15

市民協働センター 「みらい」 ☎84-5008

※祝日を除く

月～金曜日

午前8:30～午後5:15

あいあい1階 窓口 (市) ☎84-3311

※祝日を除く

(市社協) ☎82-7985

月～金曜日

午前10:00～午後5:00

鈴鹿亀山消費生活センター

※祝日を除く

電話相談は午前9:00～

☎059-375-7611

市の人口 9月1日現在 ●総人口 49,128人(前月比+34) ●男 24,872人(前月比+17) ●女 24,256人(前月比+17) ●世帯数 22,711世帯(前月比+36)