

まちを知る 人がつながる

広報 亀山

KAMEYAMA



2026 Oct

10月号

vol.489

祝優勝!

(写真上)

8月20日～23日に山口県で開催された「第53回全日本中学校陸上競技選手権大会」に三重県代表として男子110mハードル競技に出場し、日本中学新記録で優勝した亀山中学校3年生の櫻井楽都さん

(写真下)

8月9日～11日に岩手県で開催された「第17回全国中学生ハンドボールクラブカップ2026」に三重県代表チーム(女子)の一員として出場し、優勝した亀山中学校1年生の廣森千夏さん

特集

東海道57次

江戸～京の53宿と大津～大坂の4宿

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)

東海道57次

三条大橋

髭茶屋追分

大津宿

中略

坂下宿

関宿

亀山宿

伏見宿

淀宿

枚方宿

守口宿

高麗橋

古くから東西文化が交流する地として、また、東海道・伊勢別街道・大和街道が交わる地として、街道文化が育まれ、今なお息づく亀山市。江戸時代に東海道に置かれた亀山宿・関宿・坂下宿の3宿には、今も歴史的建造物などが現存し、全国的にも価値の高い歴史的資産として受け継がれています。

東海道は、江戸から大坂まで続き、57の宿場がありましたが、江戸時代後期、浮世絵師の歌川広重が描いた『東海道五拾三次』が好評を博したことで、江戸から京までの東海道53次が広く知られるようになりました。しかし近年、江戸から大坂までの東海道57次が再認識され、街道沿いの地域に新たな交流が生まれつつあります。

亀山3宿の役割や存在意義に改めて触れながら、東海道57次の魅力を感じてみませんか？

問合せ先 商工観光課観光・地域ブランドグループ ☎ 84-5074
文化課まちなみ文化財グループ ☎ 96-1218

東海道57次とは？

東海道といえば、江戸（日本橋）から京（三条大橋）の「53次」が広く知られています。しかし、東海道には57の宿場がありました。江戸幕府は、西国に配した外様大名が参勤交代の途上で朝廷と接触することを禁じていたため、東海道も京の市中を通らない伏見への迂回路が必要となりました。そこで、淀川の堤防上に新たな道を整備し、その沿道に伏見宿・淀宿・枚方宿・守口宿の4つの宿を設けました。この4宿が加わったことで、東海道は大坂（高麗橋）までの「57次」として延伸されました。

東海道53次と東海道57次の比較

	53次（江戸～京）	57次（江戸～大坂）
街道の目的	将軍と朝廷を結ぶ政治・軍事的に整備された道	商都・大坂まで続く経済の大動脈
宿場の特徴	情報と物流に合わせて参詣などの往来が中心	水上交通と一体化した物流拠点
終着点	京（三条大橋）	大坂（高麗橋）

*「次」とは…街道筋に置かれた「宿場」のこと。江戸時代、公用の旅人や荷物を宿場から宿場へ人馬を交代させながら送り継いでいたことに由来しています。

知れば知るほど 旅したくなる東海道57次



東海道町民生活歴史館
館長 志田 威さん

Profile
静岡県出身。JR東海専務取締役、JR東海不動産社長を経て、蒲原宿に東海道町民生活歴史館を設立。江戸期から昭和前期の町民生活や宿場・街道を紹介しながら、講演・執筆活動続ける。朝日大学客員教授、恵那市観光大使を務める。主な著書に「東海道57次」(ウェッジ社)などがある。

実は東海道は57次だった

徳川家康は、関ヶ原の戦いに勝利すると、翌年の慶長6(1601)年、江戸から京に40程の宿駅^{しゆくえき}を選定し、隣宿への継立^{つぎだて}※を命じました。これが東海道宿駅伝馬制の始まりです。豊臣家滅亡後、江戸幕府2代将軍・秀忠は西国の外様大名を監視するため、大坂城再建など体制強化を進め、大津以西で東海道を分岐させ、大坂までに4宿を設けました。さらに、3代将軍・家光が寛永元(1624)年に庄野宿を新設したことで、京へは53次、大坂へは57次となりました。

歌川広重の浮世絵により53次は広く知られていましたが、幕府役人や商人が往来した延伸4宿は一般にほとんど伝わっていません。しかし、幕府作成の東海道分間延絵図や東海道宿村大概帳には大坂までの道筋が記されており、57次は後世に伝えるべき重要な史実で、学びの深い街道でもあります。

延伸部4宿が見せる新しい東海道の魅力

東海道の延伸部は、古代から明治維新までの歴史と文化を伝える街道で、淀川舟運との深い関係や53次との違いも学べるなど興味深い区間です。伏見稻荷、與杼神社、石清水八幡宮などの歴史的社寺に加え、鳥羽伏見の戦いや幻の大坂遷都跡など維新期の史跡も多く、東海道観光に特別な魅力を添えています。伏見宿から大坂は平坦で、京阪電車がほぼ並行するため、初心者や高齢者でも安心して散策できます。

延伸部4宿との連携は有意義で、相互の情報発信により街道全体の活性化が期待できます。従来の観光に57次という歴史的要素を加えることで、地域の新たな魅力創出につながるはずです。

57次が広げる亀山の観光力

宿場や街道が小・中学校の教科書で詳しく扱われなくなり、若い世代の関心が薄れていることは誠に残念であり、今後は若年層への発信が大きな課題です。幼少期から歴史に触れられるよう、57次を丁寧に紹介することが重要でしょう。また、高齢者には健康づくりとして57次の散策を楽しんでいただくことで、東海道全体の振興にもつながると思われます。

櫓内部を公開する亀山宿、往時の面影が残る関宿、本陣の一部が残る坂下宿など、亀山3宿には豊かな歴史と文化が息づいています。遠方からの誘客やインバウンドも視野に入れた連携を広げることで、亀山市の観光振興だけでなく、57次の活性化にも寄与すると考えています。

※継立…宿場ごとに人足や馬を替えて、旅人や荷物を次の宿場へと送り継ぐこと。

東海道が結ぶ新たな絆

「東海道57次」で広がる亀山の魅力

令和6年に発足した「東海道57次区市町連携協議会」(事務局:静岡市)は、東海道57次の沿線自治体による広域連携組織です。歴史や文化、食などの地域資源を生かしながら、地域一丸となって誘客と活性化に取り組んでいます。

亀山市もこの協議会に参画し、亀山宿・関宿・坂下宿の魅力を広く発信しています。これまでに、「蒲原宿場まつり」(静岡市)へのブース出展や蒲原宿での「東海道57次宿場パネル展」、「淀川を繋ぐ 東海道五十七次フェスタ in 枚方」(枚方市)へのブース出展など、宿場町同士のつながりを深める交流事業を数多く展開しています。今後はさらに連携を強め、新たな視点を取り入れた誘客や広域観光の振興、地域をめぐる周遊促進へとつなげていきます。



商工観光課
観光・地域ブランドグループ
グループリーダー
堀切 雅代

4宿(伏見宿・淀宿・枚方宿・守口宿)と亀山のつながり今昔

いま むかし

① 伏見宿 水運と城下町が育んだ京の玄関口



東海道は、大津宿を過ぎると京と大坂へ道を分け、そのうち大坂方面へ向かう最初の宿が伏見宿です。伏見は、宇治川が巨椋池へ流れ込む水辺に位置し、古くから京・奈良・近江・大坂を結ぶ水陸交通の要衝として発展してきました。

豊臣秀吉はこの地に伏見城を築き、周辺に城下町を整備しました。秀吉の没後も、江戸幕府が京に二条城を整備するまでは上方における幕府の拠点として、慶長6(1601)年に宿駅制度が整えられた際には、関宿や坂下宿の役人が伏見で幕府から伝馬役務を定めた「駒の朱印状(宿場への公式命令書)」を受け取っています。伏見城の廃城後は、町は京の外港をもつ商業都市としての性格を強め、伏見は東海道の宿場に位置付けられました。



【画像提供】伏見百景編集委員会

② 淀宿 京を支えた城下町・宿場町



淀川は、琵琶湖を水源として大阪湾へそそぐ大河で、木津川・桂川と合流する周辺は、古くから水上交通の要地として知られていました。この地に豊臣秀吉が築いた淀城が廃された後、元和9(1623)年に新たに淀城が築かれ、淀川を挟んで整備された城下町が淀宿です。

淀宿は、東海道の宿場であるとともに、淀川水運を担う淀船の拠点としても発展しました。淀城は、京と大坂を結ぶ重要拠点であったことから、歴代藩主には譜代大名が任じられました。このうち、石川憲之と松平乗邑は、亀山から淀へ転封(領地替え)しており、石川家はのちに再び亀山藩主となって明治を迎えました。そのため、歴史博物館が所蔵する石川家関係資料には、淀城の絵図など淀宿ゆかりの史料も含まれています。



③ 枚方宿 街道随一の旅籠のにぎわい



枚方信用金庫
会長
吉野 敬昌さん

歴史街道がつなぐ、新たな地域交流のかたち

古くから淀川舟運の要衝として栄えた枚方宿を拠点とする当金庫は、東海道53次との歴史的つながりが地域交流へと広がるべく、独自の宿場文化が息づく関宿を令和8年3月に訪ねました。往時の面影を色濃く残す美しい街並みを歩き、地域が歴史を大切に守り継ぐ力強さを実感しました。

地域密着型金融機関として、この街道交流を単なる観光に終わらせず、互いの文化や魅力を結び合わせることで、持続可能な地域活性化へとつなげていきたいと考えています。

宿場町が紡ぐ歴史と交流を未来へ

当金庫が事務局を担う「東海道五十七次御宿場印プロジェクト」は、枚方宿や関宿をはじめ、沿線に息づく歴史文化を現代へと紡ぎ、新たな人の流れと広域的な交流を生み出しています。東海道にとって節目となる寛永行幸400年を迎える今年、地域密着型金融機関として各宿場や地域の皆さんと手を携え、歴史的価値の発信と観光振興に力を尽くしてまいります。

街道が育んできた文化を次世代へ継承し、にぎわいあふれる豊かな地域社会を共に創り上げていきましょう。



【画像参照】枚方市ホームページ オープンデータ
枚方宿鍵屋資料館、枚方市、クリエイティブ・コモンズ・ライセンス 表示-改変禁止 2.1



4宿と高麗橋で
「東海道五十七次御宿場印帳」を
販売しています!
御宿場印を集めながら東海道の
新たな魅力を発見してみてください。



④ 守口宿

大坂への入口を担った最後の宿場町



守口市市民生活部
生涯学習・スポーツ振興課
課長代理

岡田 光央さん



宿場町からにぎわいを創出する

守口宿は、文禄5(1596)年に豊臣秀吉が築いた文禄堤を基盤に、大坂への入り口を担う東海道57次最後の宿場町として発展しました。陸路の整備に加え、淀川水運とも結び付いた交通の要衝として、人・物・文化の往来を支え、商業と生活が息づく町として歴史を重ねてきました。

現在は、宿場の面影を伝える旧徳永家住宅を活用し、歴史的景観の継承とともに、市民や来訪者が集い、多世代が交流できる場づくりや地域の回遊性の向上に取り組んでいます。また、テナントによる営業やイベント開催を通じて、地域コミュニティの形成を促し、にぎわいの創出にもつなげています。こうした活動を通じて守口宿の魅力を広く発信し、亀山3宿をはじめ東海道57次の宿場町との連携を深めることで、地域間交流と歴史文化の継承をさらに推進していきたいと考えています。



文化課
まちなみ文化財グループ
亀山 隆

全国初認定「亀山市歴史的風致維持向上計画」

「歴史的風致維持向上計画」は、平成20年施行の「歴史まちづくり法」に基づき、歴史的建造物や祭礼・生活文化が形づくる風致を守り育て、都市の魅力として高めるための地域計画です。国の認定を受けることで、さまざまな支援が受けられるようになります。亀山市は、関宿のまちなみ保存などの取り組みを踏まえ、同法施行に伴い計画を策定し、平成21年1月に金沢市・高山市・彦根市・萩市とともに全国初の認定を受けました。

「亀山市歴史的風致維持向上計画」は、東海道を軸に亀山宿・関宿・坂下宿の3宿を一体的に捉え、東海道や大和街道などの沿道における街道文化を磨き上げながら、まちづくりを進める点が特徴です。この計画に基づき、亀山城多門櫓の復元修理や関の山車会館の整備など、歴史的資産を生かした文化財保護とまちづくりを一体的に事業展開してきました。

東西の文化が交わる「亀山3宿」

亀山市域の3宿は、西日本と東日本の境界域に位置し、江戸と上方の文化が行き交う地として発展しました。さらに、東海道から分岐する伊勢別街道・大和街道・巡見街道により、江戸から伊賀・奈良、上方から伊勢神宮へ向かう要衝でもありました。

東海道の難所とされた鈴鹿峠には、鈴鹿馬子唄や孝子万吉の逸話が伝わり、斎王の群行、立烏帽子、大嶽丸の伝説など、古くから文学や物語の題材として人々に親しまれてきました。こうした重層的な歴史と文化が、亀山3宿の魅力を形づくっています。

★ 高麗橋

東海道57次の終着点



高麗橋は、豊臣秀吉が大坂城の拡張工事に際して開削した外堀(現在の東横堀川)に架けられた橋です。江戸時代には、西詰に制札場、東詰に銀座が置かれ、一帯は大坂商業の中心地としてにぎわいました。また、この橋が東海道や西国、紀伊方面への距離を測る起点とされ、東海道57次の終着点として重要な役割を果たしました。

慶長19(1614)年の大坂冬の陣では、後に亀山藩主となる石川家当主であった石川忠総がこの高麗橋で激戦を繰り広げました。当時、忠総は、実父・大久保忠隣(おおくぼただなり)の失脚に伴い謹慎中でしたが、特別に参陣を許され、大坂の陣での功績によって譜代大名としての地位を確固たるものとししました。現在の高麗橋は、昭和4(1929)年に架け替えられたものですが、東詰にはかつての距離の基準点であった里程元標跡の碑が建てられ、東海道57次の歴史を今に伝えています。



明治3(1870)年に架け替えられた高麗橋。大阪初の鉄橋で「くろがね橋」とも呼ばれた。

「国立文化財機構所蔵品統合検索システム」
(https://colbase.nich.go.jp/collection_items/tnm/R-564)を加工して作成

4宿を巡りながら、
改めて東海道の魅力を
感じてみませんか？

昔の人・モノ・カネの流れを想像し、当時の交流と今につながる歴史の息づかいを楽しんでください。

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 災害時におけるLPガス対応備蓄機器の貸与に関する協定締結式

市は、一般社団法人三重県LPガス協会と「災害時におけるLPガス対応備蓄機器の貸与に関する協定」を締結し、災害に備えて業務用炊飯器・コンロ、調理台、発電機などのLPガス対応備蓄機器が貸与されました。

また、災害時には、貸与されたLPガス対応備蓄機器へのLPガスの供給を受けることができます。



8月22日 第33回 亀山市関宿納涼花火大会



鈴鹿川河川敷グラウンドで、夏の恒例行事「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演奏花火や、音楽に合わせて打ち上げられるスターメインなど約1万発の花火が夜空を鮮やかに彩りました。フィナーレの連続スターメインには、市内外から訪れた観客から大きな歓声が上がりました。



8月26日 亀山市ネイチャーポジティブ経営推進セミナー

市と株式会社百五銀行は、亀山商工会議所で「ネイチャーポジティブ経営推進セミナー」を初開催し、事業者26社36人が参加しました。

国際自然保護連合日本委員会の道家会長の講演や意見交換を通じ、参加者は事業と自然環境保全の関係への理解を深めました。今後も継続的に開催し、ネイチャーポジティブ経営の推進を支援します。



9月9~11日 市内中学生の職場体験学習

職場体験を通じて、働くことの喜びや苦勞、意義を実感することなどを目的に、市内の中学2年生453人が職場体験を行いました。市消防本部で体験をした中学生5人は、さまざまな場面を想定した訓練や活動に取り組み、「難しいと感じることは多かったけど、仲間と協力して仕事をする中で救急救命への憧れを抱きました」と話してくれました。

※この記事は、広報秘書課広報グループで職場体験をした中学生が作成・撮影



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!



やぶうち 数内 朝ちゃん(右) 令和5年4月生まれ
あさ ずず 鈴ちゃん(左) 令和7年4月生まれ



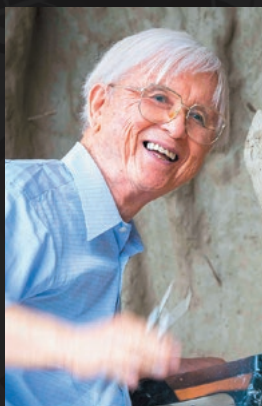
やまぞえ 山添 優陽くん(右) 令和7年5月生まれ
はるや 晴也くん(左) 令和5年9月生まれ



いつも癒しをありがとう!



元気いっぱいに大きくな〜れ☆大好きだよ



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.124

「ミゼレーレXIII」

平成10(1998)年

今年の夏は災害が続きました。気温が40度を超える日に「酷暑日」という気象用語が加わり、温暖化による豪雨災害や地震が世界中で発生して、多くの方が被災しました。

《ミゼレーレXIII》の膝の上に乗っているのは瀕死の山羊です。「なぜ山羊なのですか?」と中村に尋ねると、「戦後、栄養不足で乳が出ない母親は、山羊の乳で子供を育てた。だから山羊は母親だよ」と。

いよいよ力尽きてしまった山羊は、被災された方々の疲弊した姿を彷彿とさせます。亡くなった方々への追悼と復興への願いが込められた作品です。



(高さ) 126cm × (幅) 53cm × (奥行) 68cm
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

中石 和希さん (関町会下)



県立神戸高等学校1年。放送部副部長。第73回NHK杯全国高校放送コンテスト・テレビドキュメント部門では、三重県代表4校の1校として出場し、昨年度から受け継いだ作品「線の向こう側」で、チームの一員としてナレーションを担当。全国大会では準決勝に進出し、仲間と積み重ねた努力が実を結んだ。中学時代は美術部に所属。

声で表現することが、僕を育ててくれる

中学時代、文化祭のステージで一人マイクを握り、観客の視線を浴びながら「ウルトラソウル」を熱唱し、会場を盛り上げた中石さん。「とにかく注目されることが好きだった」と話します。高校では、先輩の温かい雰囲気や全国大会出場の実績にひかれて放送部へ入部。声で表現することへの興味からアナウンスを選びました。その選択は、作品の世界観を声で描くナレーションにも挑むきっかけとなりました。

県大会に向けて最も苦労したのは、声の表現の幅を広げること。制作した作品が「交通事故対策」を扱う内容だったため、「感情を抑え、冷静さを保った声」を作るのに悩んだと振り返ります。それでも、家でドキュメント番組の語りを研究したり、自分の声を録音して聞き返したりするなど、地道な努力を積み重ねました。

三重県予選では、個人アナウンス部門で決勝進出。惜しくも全国大会出場は逃

しましたが、テレビドキュメント部門では、チームとして県2位となり全国の舞台へ。作品「線(ライン)の向こう側」ではナレーションを担当し、全国大会では予選を突破して準決勝まで進み、チームは制作奨励賞を受賞しました。

「全国大会を経験して、自分の話し方が変わったと感じます。人前に立つ緊張も減り、できることが増えている実感があります」と話す中石さん。放送部としての全国での最高成績は準決勝進出。「それを超えて優勝し、放送部をもっと盛り上げたい」と目を輝かせます。その声は、これからもまっすぐに、多くの人の心へ届いていきます。



作品「線の向こう側」は、市公式YouTubeでご覧いただけます。12月31日まで視聴可能。



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20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、親子で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)

持ち物など 飲み物、ヨガマットまたはバスタオル、着替え、動きやすい服装

申込・問合せ先 10月6日(火)～13日(火)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(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

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7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。

パパ・ママ教室

パパになる準備できていますか?



とき 11月9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

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1枚、ガーゼ1枚、ビニール袋(ぬれたタオル等を入れるため)、筆記用具

申込・問合せ先 10月5日(月)～30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)へ二次元コードからお申し込みください。



Check /

10月29日(木)に子育て講座「つまるとあぶない たべもののおはなし」、11月12日(木)に子育て講座「食物アレルギーを正しく知ろう!」を開催します。詳しくは、P24・P25をご覧ください。

【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6日(火) 午前10:30～11:00 ●ひよこくらぶ(シュシュさんの楽しいおはなし)

10月22日(木) 午前10:30～11:00 ●ひよこくらぶ(くだもの狩りを楽しもう!)

「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2日(金) 午前10:30～11:00 ●ぼっぼくらぶ(保健師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23日(金) 午前10:00～11:00 ●けんちゃんの食育人形劇と遊ぼうデー(季節にちなんだ工作や遊び)

10月26日(月) 午前10:30～11:30 ●身体測定

10月27日(火) 午前10:00～10:30 ●脳育で♪ワクワク音遊び

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9日(金) 午前10:00～11:00 ●亀山愛児園で遊ぼう(園開放)

10月22日(木) 午前10:30～11:30 ●コスモス倶楽部運動会 ★申込必要【10月15日(木)締切】

10月29日(木) 午前10:30～11:00 ●お誕生会と身体測定(10月) ★10月生まれのお子さんは申込必要【10月22日(木)締切】

川崎愛児園
子育て支援センター
「なぎの木」
☎85-8018

10月6日(火) 午前10:00～11:00 ●楽しい親子運動あそび

10月20日(火) 午前10:00～11:00 ●できるかな、やってみよう

10月27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7日(水)

午前9:30～10:30

●児童精神科医による
医療相談

10月20日(火)

午後1:50～5:00

要予約

●1歳6カ月児健診

※令和7年3月の出生児対象

10月22日(木)

※受付時間は個人通知します。

あいあい1階
☎98-5003

●児童相談所職員による
療育手帳の相談・判定

10月5日(月)

午前9:10～午後3:50

要予約

あいあい2階
☎83-2425
☎83-3715

●3歳児健診

※令和5年4月の出生児対象

10月15日(木)

※受付時間は個人通知します。

●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8:30～午後5:15

予約優先



今月のテーマ

ラジオ体操とウォーキングで楽しく身体を動かそう！



かめやまごと健康プロジェクトイベント第2弾 ラジオ体操 to ウォーキング



とき 11月28日(土)午前9時～正午(荒天中止) ※午前8時開場(受付開始)

ところ 亀山公園野外ステージ前広場

対象 市内外問わず、どなたでも参加できます(事前申込みが必要)。

費用 200円/人 ※当日、おつりのないよう受付でお支払いください。

特典 けんこうマイレージアプリ100ポイント、参加記念品、豚汁提供 ほか

申込方法 11月18日(水)までに申込フォーム、電話で、または健康推進課健康増進グループ(あいあい7番窓口)へ直接お申し込みください。



申込フォーム

当日の内容

午前9時～9時10分 開会式

午前9時10分～10時10分

第1部 ラジオ体操講習会「本当のラジオ体操を学ぼう」

<講師> NPO法人全国ラジオ体操連盟指導委員 おしみ ありさ さん



午前10時15分～11時15分

第2部 ①ウォーキングイベント「正しいウォーキング方法(歩き方)を学ぼう」

<講師> 中京大学陸上競技部短距離コーチ 元陸上100m日本チャンピオン 佐分 慎弥 さん

②小学生向け運動あそび(走る・歩く)講座「運動が得意になる第一歩！」

<講師> 元 三重県学校体育研究連合会会長

亀山東小学校放課後こども教室コーディネーター 吉田 賢一 さん



<対象> 小学1～6年生(定員40人) ※保護者の付添可

午前11時15分～正午 健康測定・試供品提供などの事業所ブース見学(青少年研修センター内)

駐車場 歴史博物館横駐車場(90台)、亀山西小学校東側市役所職員駐車場(100台)



考えてみよう! 共生

人 権

男女共同参画

多文化共生

問合せ 文化課文化・人権グループ ☎96-1224

■ アンコンシャス・バイアスという言葉を知っていますか？

アンコンシャス(unconscious) = 無意識

バイアス(bias) = 偏見、先入観



無意識の思い込み

「男性はパソコンに詳しい」、「子どもが病気のときは、母親が看病した方がよい」、「リーダーは男性、サポートは女性が向いている」など、これらはアンコンシャス・バイアスの一例です。

アンコンシャス・バイアスは誰にでもあり、それ自体が悪いものではありません。しかし、思い込みや先入観に気づかずにいると、否定的な態度や言動につながり、相手を傷つけてしまうことがあります。まずは、こうした偏見が自分の中にも存在することを知り、日頃の言動を振り返ることから始めてみませんか？ 気づいたときは、次の3つを意識して少しずつ偏見を減らしていきましょう。

- ①「～するべき」、「普通は…」など決めつけの言葉が出そうになったら、いったん立ち止まる。
- ②相手の表情や声のトーンの変化など“サイン”を見逃さず、言い方を振り返る。
- ③自身の言動を常に振り返り「これは思い込みではないか」と問いかけてみる。

「アンコンシャス・バイアス」について詳しくは、政府広報オンラインの特集ページをご覧ください。



政府広報
オンライン



図書館へ行こう

10月

問合せ先

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～音訳の世界へようこそ～

とき 10月3日(土)午前10時～午後3時

基礎から学ぶ朗読講座

とき 10月10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



10月の英語多読ROOM

英語の絵本や児童書の読書と、参加者の皆さんとの交流をお楽しみいただけます。

とき 10月17日(土)午後2時～3時30分

トワイイベント「写真で出会ういきものの世界～動物写真家と高校生野鳥写真家、それぞれのまなざし～」

動物写真家の道瀬忠利さんと野鳥写真家の新玉愛斗さんに写真撮影秘話やいきものへの想いを語っていただきます。

とき 10月24日(土)午後1時～2時30分

定員 40人(先着順)

申込 二次元コードから申し込み



[1階休憩コーナー]

JR東海さわやかウォーキングコラボイベント

JR亀山駅のイベントに合わせて、鉄道ジオラマ展示や駅員さんの制服(子ども用)着用体験コーナーを設営します。

とき 10月10日(土)午前9時～午後3時

読書交流会～本でつながる時間～

亀山茶を片手に「心が温まる一冊」について語り合いませんか？午後5時～5時45分は、日本茶インストラクター市川泰三さんによる「亀山茶のふるまい」(数量限定)を行います。

とき 10月30日(金)午後6時～7時

対象 中学生以上

定員 6人(先着順)

申込 二次元コードから申し込み(読書会参加のみ)



OSUUME BOOKS

図書館の本棚から



[2階おはなしのひろば]

マミーズのおはなし会

10月3日(土)午後2時～3時

子育て支援センターサテライト

10月8日(木)、28日(水)午前9時～正午

おはなしステーション

10月10日(土)午後2時～

おはなしステーション(赤ちゃん向け)

10月16日(金)午前11時～

えほんの森のおはなし会

10月17日(土)午後2時～

つつちゃんくらぶ

10月18日(日)午前10時30分～11時

おひざでだっこおはなし会

10月22日(木)午前10時～正午

まちやdeおはなし

関宿の町屋で地域の民話や昔ばなしなどを楽しめます。

とき 10月21日(水)午後3時～4時

ところ 旧落合家住宅(関町中町424)

定員 40人(先着順、小学生優先)

内容

▷関図書サークルたんぽぽの会による紙芝居「琴の橋」

▷関おはなし会による紙芝居「日本昔ばなし おむずびころりん」

▷絵本読み語りことこの会による読み語り「流れの宮物語」、琴の演奏

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14日(水)午後3時～

たんぽぽの会の紙芝居会

10月はお休みです。

休館日 毎週火曜日、10月23日(金)

一般



世界をめぐる動物園・水族館コンサルタントの想定外な日々 田井 基文/著 産業編集センター

日本が動物園・水族館大国だと知っていますか？地域ごとにこのような施設があるのは、世界的に見ても珍しい事です。“地域の人に長く愛され続けること”をコンセプトに世界中で動物園・水族館の新設やリニューアルに携わる筆者のエッセイ集です。

児童



わすれもの 豊福 まきこ/作 BL出版

「ちょっとわすれものになっただけ。」と強がり、持ち主を待ち続けるひつじのぬいぐるみ。ひつじの目線で描かれる物語は、読んでいると忘れものになっような心細い気持ちになってきますが…。少しずつ違う表情で描かれるひつじは最後にどんな顔を見せてくれるのでしょうか。

かめやま電子図書館

ぴっけやまのおならくらべ(うごくえほんチルビー)

かさい まり/文、声の出演 村上 康成/絵、声の出演 モーニング

おいもがおいしい季節ですね。みなさん、おいもを食べるとなんだかおしりがもぞもぞしてきませんか？おならくらべをする動物たちのかけあいにご注目。動くイラストで迫力あるおならくらべをお楽しみください。

かめやま
電子図書館
二次元コード





歴史博物館 今月のIPPIN

10月

問合先
歴史博物館

☎ 83-3000



5万点を超える収蔵資料の中から、学芸員おすすめのIPPINをご紹介します。今回ご紹介するのは17世紀末に亀山で活躍した鐺工・国友貞栄の「胡蝶図鐺」です。

鐺は、刀の柄と鞘の間に取り付け、手を刃から守る実用的な刀装具でありながら、持ち主の美意識を映す装飾品としても発展しました。亀山藩主・松平乗邑に抱えられた国友派の鐺工が手掛けた鐺は、「亀山鐺」と呼ばれています。その特徴の一つが、鉄地に文様を彫り、砂張という合金を流し込む「流し込み象嵌(砂張象嵌)」です。写真の鐺では、蝶の文様が鈍い銀色に輝き、落ち着いた色合いの中に蝶を浮かび上がらせています。

令和5年度に開催した企画展「きらめく亀山刀剣鐺－国助・正吉・国友・間－」のWEB図録では、多数の亀山鐺を紹介しています。亀山の地で生み出された職人の技と遊び心をお楽しみください。

令和7年10月1日から令和9年3月31日まで休館していますが、**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。



「胡蝶図鐺」(館蔵、江戸時代)

伊賀市

問合先
伊賀市秘書広報課
☎ 0595-22-9636



問合先
甲賀市シティプロモーション推進課
☎ 0748-69-2101

甲賀市

上野天神祭のダンジリ行事

400年以上の歴史を持つ「上野天神祭」。全国的にも珍しい100体以上の鬼が練り歩く「鬼行列」と、美しいお囃子とともに絢爛豪華な9基の「だんじり」が巡行する上野天神祭のダンジリ行事は、平成28年にユネスコ無形文化遺産「山・鉾・屋台行事」に登録されました。また、今年は登録から10周年となる記念すべき年です。世界に認められた伊賀の伝統を、改めて感じてみませんか？

とき 10月23日(金)～25日(日)

ところ 上野天神宮周辺(伊賀市上野東町2929)

アクセス 伊賀鉄道「上野市駅」下車すぐ

問合先

●上野天神祭地域振興実行委員会
(上野商工会議所内)

☎ 0595-21-0527

●(一社)伊賀上野観光協会

☎ 0595-26-7788



上野天神祭
ホームページ



スポット展示 十字形洋剣－水口レイピア

大航海時代のヨーロッパで用いられた洋剣レイピア。国内に唯一現存する「水口レイピア」が期間限定で特別公開されています。実はこのレイピアは、約400年前、ヨーロッパのものをモデルに、当時の日本の技術の粋を集めて作られたものです。異文化交流の歴史を物語る貴重な文化財を、この機会にぜひご覧ください。

とき 10月1日(木)～11月1日(日)

午前10時～午後5時(月・火曜日休館)

ところ 水口歴史民俗資料館
(甲賀市水口町水口5638)

料金 200円

アクセス 近江鉄道「水口城南駅」下車東側すぐ

問合先 水口歴史民俗資料館

☎ 0748-62-7141



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 健康推進課健康増進グループ(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

冬季に流行しやすいインフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症の発症と発病後の重症化を防ぐため、予防接種を実施します。

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。手洗い、うがい、換気、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、十分な睡眠やバランスのよい食事を心掛けるなど、日頃から体調管理に努めましょう。

体調不良時は無理をせず、外出を控えるとともに、必要に応じて医療機関の受診をご検討ください。



■定期接種 新型コロナワクチン接種 接種期間 10月1日(木)~令和9年3月31日(水)

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60~64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。

※医療機関によって、接種期間を限定する場合があります。希望する場合は、事前に接種医へご相談ください。

問合先 健康推進課健康増進グループ(あいあい⑦番窓口)

☎ 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。

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	○	○	×	○(小学生以上)	○(小学生以上)
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(木)～令和9年3月31日(水)

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。

※医療機関によっては、接種期間を限定する場合があります。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 健康推進課健康増進グループ(あいあい⑦番窓口)

☎ 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(木)～令和9年3月31日(水)

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。

申請方法

◆**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。

申請期限 令和9年3月31日(水)

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⑧番窓口) ☎ 98-5003

対象者②、③ 健康推進課健康増進グループ(あいあい⑦番窓口) ☎ 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	○	○	×	○(中学生以上)	○(中学生以上)
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	×	○	×	×	×
なかむら小児科	長明寺町	84-0010	○	○	○	○	○
のぼの脳神経クリニック	能褒野町	85-3636	×	○	×	○(中学生以上)	○(中学生以上)
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	○	○	×	○(中学生以上)	○(中学生以上)
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	○	○	○	○	○

10月25日(日)は亀山市議会議員選挙の投票日です

投票時間 午前7時～午後8時

令和8年10月31日任期満了に伴う亀山市議会議員選挙は、10月18日(日)に告示され、10月25日(日)に投票が行われます。今後の市政を託す議員を選ぶ重要な選挙です。棄権をせずに、よく候補者を選んで、あなたの貴重な一票を投票してください。

問合先 亀山市選挙管理委員会事務局 ☎ 84-5017

1. 投票できる人

平成20年10月26日以前に生まれた人で、令和8年7月17日以前から亀山市に住民登録しており、引き続き選挙の投票日まで市内に在住している人。

なお、選挙の投票日までに市外へ転出した人は、選挙権がありません。

※令和8年9月25日以降に市内で転居した人は、前住所地の投票所で投票してください。

2. 投票所入場券は郵送します

投票所入場券は、はがきで郵送します。(1人1枚)

投票所入場券が届かない、または記載事項に誤りがあったときは、市選挙管理委員会事務局へご連絡ください。

3. 投票に行くときは投票所入場券を忘れずに

投票所は、投票入場券に印字されています。指定された投票所以外では、投票できません。

また、家族の投票所入場券を間違えて持参しないよう、投票に行く前に投票場所と氏名をご確認ください。

投票日には次のことに注意しましょう。

- ▷投票時間は午前7時から午後8時までです。
- ▷投票に行くときは、必ず投票所入場券を持参してください。忘れたときや紛失したときは、投票所の係員に申し出てください。
- ▷投票所内に掲示されている各候補者の氏名をよく確認し、投票用紙には候補者1人の氏名をはっきりと書いてください。
- ▷目の不自由な人、字を書くことができない人、身体に障がいのある人は係員に申し出てください。点字投票、代理投票の制度により投票することができます。係員は秘密を厳守します。

4. 選挙公報の配布

選挙公報は、新聞折り込みによる配布、市ホームページへの掲載のほか、市の各施設にも備えます。候補者を選ぶときの参考にしてください。また、希望があれば郵送しますので、市選挙管理委員会事務局へご連絡ください。

5. 当日都合の悪い人は期日前投票・不在者投票を

投票日当日、やむを得ない事情で投票できない人のために、期日前投票・不在者投票(以下「期日前投票等」)の制度があります。期日前投票等をする人で、投票所入場券がすでに手元に届いている場合は、投票所入場券裏面の宣誓書欄に必要事項を記入の上、持参してください。「期日前投票宣誓書」、「不在者投票宣誓書・請求書」の用紙は、市ホームページからダウンロードして自書したものをお持ちいただくこともできます。

期間 10月19日(月)～24日(土)

※土曜日でも投票できます。

時間 午前8時30分～午後8時

ところ 本庁1階小会議室、関支所1階

6. 病院や老人ホームでも投票できます

不在者投票が行える施設として指定された病院や老人ホームなどに入院(所)されている人は、その施設で不在者投票ができます。

指定病院(施設)であるかどうかなど詳しくは、入院(所)先の施設にお尋ねください。

7. 重度障がい・要介護5の人は郵便投票ができます

身体に重度の障がいがある人(障がいの程度等により資格がない場合があります)や介護保険制度で要介護5の認定を受けている人は、郵便による不在者投票ができます。

この制度を利用する人は、あらかじめ市選挙管理委員会から「郵便等投票証明書」の交付を受け、投票日の4日前(選挙管理委員会事務局必着)までに、この証明書を添えて投票用紙を請求してください。

投票は必ず郵便で行う必要がありますので、手続きを行う人は、事前に選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

8. 開票は亀山西小学校体育館で

開票は、投票日当日の午後9時15分から亀山西小学校体育館で行います。

なお、市内の有権者であればどなたでも参観できますが、混乱が予想されるときは、入場制限をする

場合がありますのでご了承ください。

また、選挙の開票状況は、ケーブルテレビ(デジタル123ch)と市ホームページで、午後10時30分頃から30分間隔で最新速報をお知らせする予定です。

投 票 所 一 覧 表			
投票区	投票所名	所在地	投票区の区域(自治会区域)
1	城北地区コミュニティセンター	亀田町466番地18	住山町 羽若町 亀田町 アイリス町
2	北東地区コミュニティセンター	北町2番37号	椿世町 新椿世 北町 北山町 東台町 渋倉町 米町 東野タウン
3	本町地区コミュニティセンター	本町二丁目7番38号	本町 高塚町 上野町 小下町
4	亀山市役所	本丸町577番地	東町 江ヶ室 中屋敷町 東丸町 本丸町 西丸町 西町 若山町 南崎町 御幸町 東御幸町 市ヶ坂町 万町
5	野村地区コミュニティセンター	野村三丁目10番9号	野村 野村団地 南野町 北野町
6	東部地区コミュニティセンター	阿野田町3497番地	阿野田町 二本松 南鹿島町 北鹿島町 菅内町
7	亀山南小学校	天神三丁目10番25	天神 中村 和賀町
8	南部地区コミュニティセンター	安知本町950番地2	安知本町 田茂町 楠平尾町
9	昼生地区コミュニティセンター	下庄町3049番地2	三寺町 中庄町 下庄町(神向谷)
10	下庄集会所	下庄町1773番地1	下庄町(神向谷を除く)
11	井田川地区南コミュニティセンター	和田町813番地	和田町 和田団地 井尻町 川合町川合
12	井田川小学校	みどり町52番地	井田川町 みどり町 川合町東
13	みずほ台幼稚園	みずほ台14番地295	みずほ台 ひとみが丘 山田 新道 メープル川合
14	みずきが丘集会所	みずきが丘82番地	田村町(名越を除く) 長明寺町 太森町 みずきが丘
15	能褒野町公民館	能褒野町84番地16	能褒野町 田村町(名越)
16	川崎地区コミュニティセンター	川崎町2785番地6	川崎町
17	辺法寺宮農組合集会所	辺法寺町888番地	辺法寺町
18	野登地区コミュニティセンター	両尾町1908番地5	両尾町
19	池山公民館	安坂山町1829番地1	安坂山町
20	小川生活改善センター	小川町909番地1	小川町
21	下白木公民館	白木町2990番地	白木町
22	落針公民館	布気町1516番地4	布気町
23	神辺地区コミュニティセンター	太岡寺町1259番地1	太岡寺町 小野町 木下町 山下町 虹ヶ丘団地
24	関文化交流センター	関町泉ヶ丘1011番地1	新所 中町 木崎 泉ヶ丘 富士ハイツ 小野
25	関町北部ふれあい交流センター	関町会下1265番地20	会下 鷲山 あけぼの台 白木一色
26	鈴鹿馬子唄会館	関町沓掛234番地	市瀬 沓掛 坂下
27	林業総合センター	加太板屋4622番地1	加太神武 加太板屋 加太北在家 加太中在家
28	市場公民館	加太市場57番地	加太市場 加太向井 加太梶ヶ坂
29	関南部地区コミュニティセンター	関町萩原172番地3	萩原 福德 古厩 久我 関ヶ丘 金場 越川

今年度のがん検診はお済みですか？ 受けよう！がん検診

問合先 健康推進課健康増進グループ(あいあい) ☎84-3316

市では各種がん検診を実施しています。健康に過ごすためには、定期的ながん検診の受診が大切です。4月以降まだ受診していない人は、健康管理のためにも受診をおすすめします。亀山市民であれば、職場等で受診する機会のない人も市のがん検診を受診することができます。

がん検診には、市内医療機関で受ける個別検診と、あいあい等の指定の施設で受ける集団検診があります。

※対象者、自己負担金、実施医療機関、申込方法など詳しくは、広報亀山5月号と同時配布の「健康づくりのてびき」をご覧ください。

※受付を終了した検診もあります。申し込みの際にご確認ください。

※けんこうマイレージアプリのポイント対象です。受診後、アプリ画面「メニュー→健診・検診日の記録」から該当項目に日付を入力することでポイントが付与されます。



健康づくりの
てびき

■集団検診(要申込、先着順)

検診名	がん総合検診	女性のための検診
受診できる検診の種類	胃がん(X線(バリウム)検査)、肺がん、大腸がん、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、健康診査※1	乳がん(マンモグラフィまたは超音波エコー)、子宮がん、大腸がん検診
検診場所	あいあい、関文化交流センター、鈴鹿馬子倶会館、林業総合センター	
申込フォーム		

※1 健康診査は、亀山市国民健康保険、三重県後期高齢者医療制度に加入している人に限ります。

■集団的個別検診(要申込)

検診名	子宮がん検診
検診日	10月26日(月)、11月30日(月)、12月21日(月)、令和9年1月25日(月)
検診場所	宮村産婦人科
申込フォーム	

申込方法

申込フォーム、電話(☎84-3316)で、または窓口(あいあい⑦番)へ直接お申し込みください。



環境展2026 あなたも、地球の未来を考えてみませんか？

問合先 環境課環境創造グループ ☎96-8095

環境基本計画推進ポスターの表彰式や、子ども向け体験コーナー、リサイクル工作、マイバッグづくりなど、楽しみながら環境を学べるイベントです。4Rの推進や生態系の大切さを体験を通じて知り、未来の地球を守る取り組みを身近に感じられます。

とき 11月14日(土)午前10時～午後3時

ところ 市青少年研修センター

■イベント内容

▶環境基本計画推進ポスター表彰式

市内小学校4～6年生を対象に募集した応募作品の最優秀賞・優秀賞・入賞の表彰・展示

▶体験展示・ワークショップ

環境未来創造会議(共生・快適・循環・低炭素部会)による体験ブース、こどもパソコン解体教室(パソコンを分解し、資源やリサイクルを学ぶ体験)、リサイクルテーブル・ベンチ展示(プラスチック再資源化の紹介)、マイバッグづくり、オリジナルタンブラー作成、ネコギギ保護活動の紹介、リサイクル体験ブース(工場での分別の仕組み体験)、働く乗り物体験乗車と記念撮影(パワーショベル、フォークリフトなど)

▶無料配布・譲渡

不要品(ベビー用品、日用品など)の譲渡コーナー、刈り草コンポスト化センター製コンポストの無料配布



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・人権グループ ☎ 96-1224

広報亀山6月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850句、一般の部43句の応募がありました。入選作品は次のとおりです。

お題 通う(子どもの部、一般の部共通)

子どもの部

特選

通学路不思議いっぱいみつけよう
西川 結喜

入選

行き通う心がやく生徒たち	田名瀬 瞳真
ランドセル背負う日にちもあと少し	笹嶋 按那
通う道君の姿を探してる	チャッピー
メダカの子川のぞいたら登校中	西川 莉愛
サボるため今日も通うぞ保健室	遠藤 琉翔

一般の部

特選

君想い何度この道通ったか
フラミンゴ

入選

間違っても言葉に血が通う	下村 修
夕焼けに背中押されて通う塾	まゆゆ
今日もまた姿求めて乗る列車	ひろちゃん
イケメンのコーチ目当てに通うジム	三柳軒
少年が放課後通う秘密基地	夢ちゃん

※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 常任幹事 藤田 武人さん

いつまでも
元気で
長生きしてね

9月の敬老の日に合わせて、白寿(9月1日時点で99歳)を迎えられた皆さんへ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)は、掲載にご同意いただいた人のみ記載しています。
(50音順)

問合先 健康推進課地域包括連携グループ(あいあい) ☎ 84-3312

白寿(99歳)

安藤 くに江さん(椿世町)	田名瀬 しづ子さん(下庄町)	宮崎 正成さん(両尾町)
伊藤 和子さん(関町木崎)	堤 八知彦さん(三寺町)	森下 ヤヨイさん(小野町)
伊藤 道子さん(北山町)	朝長 紀子さん(天神四丁目)	渡邊 たつ子さん(井田川町)
岩間 勉さん(関町木崎)	豊田 えげさん(菅内町)	
臼井 民一さん(三寺町)	根本 琴さん(能褒野町)	
加藤 昇さん(川崎町)	林 あや子さん(本町一丁目)	
久保田 道子さん(南野町)	古田 清文さん(田村町)	
末崎 光子さん(太森町)	前川 ミヨ子さん(三寺町)	
田口 てるさん	馬路 絢子さん(安坂山町)	



お知らせ

高齢者世帯への住宅防火訪問

75歳以上のひとり暮らし世帯を対象に、住宅防火訪問を行います。

火気の取り扱い状況や住宅用火災警報器の設置状況などを確認した後、日常の防火対策についてアドバイスします。

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5日(月)～30日(金)

対象世帯 令和7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 みどり町、みずほ台

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。

問合せ先 消防本部予防課予防グループ

☎ 82-9492

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。

違反した場合は、「5年以下の懲役、1,000万円以下の罰金またはその併科」が適用されることがあります。

廃棄物は、ごみ収集日に所定のごみ集積所へ出すか、総合環境センター(☎82-8081)へ直接持ち込むなど適正に処理してください。

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のために必要な焼却

▷農業・林業などを営むために、やむを得ず行われる焼却など

※例外的に認められている場合であっても、悪臭や火災の原因と

なり、周辺に被害を及ぼす恐れがあります。

※煙や悪臭などの通報があった場合は、現場確認の上、消火をお願いすることがあります。

問合せ先 環境課環境創造グループ

☎ 96-8095

「スポーツの日」運動施設無料開放

とき 10月12日(月・祝)

屋内施設:午前9時～午後9時30分

※必要に応じて、運動場所を指定する場合があります。

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、市民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(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です。

※体育館では、全面を使用する種目は利用できません。

※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。

※利用の際は、各施設の窓口で受付を行ってください。

問合せ先 教育委員会事務局生涯学習課社会教育・スポーツグループ

☎ 84-5057

献血にご協力ください

血液の安全性や医療機関のニーズに応じて、街頭献血(400ml)への協力をお願いしています。

とき 11月4日(水)

午前10時～11時30分

午後1時～4時

ところ 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。

問合せ先 健康推進課健康増進グループ(あいあい)

☎ 84-3316

コミュニティ助成事業で地域まちづくり協議会の備品を整備しました



(一財)自治総合センターは、宝くじの収益金を活用して社会貢献広報事業を実施しています。この事業の一環として、令和8年度の宝くじの助成金により、次の備品を整備しました。

事業実施主体	助成事業の内容
安知本町自治会	自治会活動用備品の整備(ラジコン草刈り機等)
本町地区まちづくり協議会	協議会活動用備品の整備(カラー複合機等)



問合せ先 まちづくり協働課地域まちづくりグループ

☎ 84-5007

年金生活者支援 給付金制度について



年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取るには請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が行います。

対象

- ▷老齢基礎年金の受給者
- 次の①～③すべてに該当する人
- ①65歳以上
- ②世帯全員の市民税が非課税
- ③年金収入額とその他所得額の合計が約93万円以下
- ▷障害基礎年金または遺族基礎年金の受給者
- 前年の所得額が約492万円以下の人
- ※扶養親族等の数に応じて上限額は増額されます。

請求手続き

対象者には、日本年金機構から請求可能な旨のお知らせを順次送付しています。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に必要事項を記入の上、日本年金機構へ提出してください。

問合せ 年金生活者支援給付金専用ダイヤル

☎ 0570-05-4092

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8年12月31日時点)の要介護・要支援認定者のうち、寝たきりや認知症の状態により障害者控除対象者と認められる人へ、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 健康推進課地域包括連携グループへ郵送または直接申請してください。

※申請書は窓口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。

※申請書の郵送を希望する場合は、地域包括連携グループへご連絡ください。

持ち物 申請者の印鑑および身分証明書(運転免許証など)、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9年1月末に対象者へ郵送します。
- ▷令和8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。

問合せ

▷認定について…健康推進課地域包括連携グループ(あいあい)

☎ 84-3312

▷所得税について…鈴鹿税務署

☎ 059-382-0351

国民健康保険税納付額証明書の発送時期が変わります

市では、年末調整や確定申告で社会保険料控除を申告する際に必要となる「納付額証明書」を国民健康保険の加入者へ送付しています。令和7年度までは10月下旬頃に発送していましたが、本年度から、年明けの1月下旬に発送します。

年末調整などで納付額を早めに確認したい場合は、市民課国民健康保険グループで発行しますので、次のものを持参の上、窓口へお越しください。

申請に必要なもの

- ▷本人または同一世帯の人:マイナンバーカードや運転免許証など本人確認ができるもの
- ▷委任を受けた代理人:代理人の本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)、委任状

問合せ 市民課国民健康保険グループ

☎ 84-5006

10月は食品ロス削減月間

食品ロスは、日々の少しの工夫で減らすことができます。

食品ロス削減はごみの減量や処

理費用削減、CO₂排出量の削減にもつながります。身近なことから、食品ロスの削減にご協力をお願いします。

▷買い物前に冷蔵庫を確認し、必要な分だけ購入する。

▷すぐ使う食品は期限の近いものから選ぶ(てまえどり)。

▷余った料理は小分けにして冷凍保存やリメイクして使い切る。

問合せ 環境課廃棄物対策グループ

☎ 82-8081

10月は造血幹細胞移植普及推進月間 ～あなたの手から“いのちのバトン”～

白血病などの血液疾患は、骨髓やさい帯血に含まれる「造血幹細胞」の移植で治療が期待できます。しかし、治療にはドナー(提供者)の善意の協力が欠かせません。

現在、骨髓バンクでは若い世代のドナー登録が強く求められています。また、移植の需要が高いさい帯血も、出生数の減少により確保が難しくなっています。ぜひ、温かいご協力をお願いします。

骨髓バンクドナー登録対象:18～54歳の人

さい帯血提供対象:これから出産される人

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

市の助成制度

市では、骨髓等の提供者と、その人を雇用している事業者を対象に助成金を交付しています。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

問合せ 健康推進課健康増進グループ(あいあい)

☎ 84-3316

10月は臓器移植普及月間

臓器移植は、臓器の機能が著しく低下し、移植によってのみ回復が見込まれる人に対して行われる医療です。臓器の提供者はもとより、社会全体の理解と支援によって成り立っています。

臓器移植を広げていくためには、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、自分の意思を示しておくことが大切です。意思表示は臓器提供意思表示カードのほか、マイナンバーカードや運転免許証の意思表示欄でも行うことができます。ぜひ、自分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1日は 浄化槽の日



浄化槽には、「単独処理浄化槽」と「合併処理浄化槽」があります。単独処理浄化槽は、トイレの排水のみを処理し、生活雑排水は未処理のまま放流するため、合併処理浄化槽と比べて、BOD(水の汚れを表す指標)が約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推進しています。下水道事業の計画区域外など特定地域での転換は、設置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

浄化槽は適切に管理しないと、悪臭の発生や汚れた水の放流につながります。そのため、浄化槽法で次の3つの維持管理が義務付けられています。

①保守点検(年3～4回)

浄化槽の機能を良好に保つため、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

②清掃(年1回、全ばっ気方式は6カ月に1回)

浄化槽内に溜まった汚泥等の引き抜きや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

③法定検査(年1回)

保守点検・清掃が適正に行われ、浄化槽が正常に機能しているかを総合的に確認します。

県知事指定の検査機関によ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

10・11月は麻薬・覚せい剤 乱用防止運動月間

国内製品より効き目が強く、安く購入できるなどの理由から、インターネットを通じた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うおそれがあります。

医薬品は、医師や薬剤師など専門家と相談し、本来の目的に沿って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 午後1時～4時(祝日、年末年始を除く)

問合先 健康推進課健康増進グループ(あいあい)

☎ 84-3316

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まり、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2日(金)、9日(金)、16日(金)、11月6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

元気丸カフェ

とき 10月23日(金)
午後1時30分～3時

ところ あいあい2階研修室

問合先 (福)亀山市社会福祉協議会
地域包括ケア推進係(あいあい)

☎ 83-3575

10月の納期 (納期限・口座振替日)

11月2日(月)

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。

「けんこうマイレージ」 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8日(木)午前10時～正午
- ②10月15日(木)午後1時30分～3時30分
- ③10月20日(火)午前10時～正午
- ④10月28日(水)午前10時～正午

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 「けんこうマイレージ」アプリの登録や使い方など

対象 高齢者本人やその家族(60歳以上)などで「けんこうマイレージ」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

申込・問合先 10月1日(木)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。

親子スポーツ チャレンジ2026



「走る・投げる・蹴る」を通じて親子でコミュニケーションを取る方法をアドバイスします。

とき 10月11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

- ▷外遊び推進スペシャリスト 他 木村 達也さん
- ▷みえの育児男子アドバイザー 他 北澤 匠さん
- ▷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 室内用靴、飲み物、タオル、サッカーボール(お持ちの人)、動きやすい服装

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

市民体力テスト ～体力年齢を測ってみよう～

とき 10月12日(月・祝)

午前9時30分～正午

※最終受付は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

▷会場内に健康測定コーナー(足指筋力測定・ロコモ度テスト)を設置しています。

▷この行事は、けんこうマイレージアプリポイント付与対象です。

問合先 教育委員会事務局生涯学習課社会教育・スポーツグループ

☎84-5057

出張年金相談



国民年金・年金生活者支援給付金制度などの年金に関する相談を出張で受け付けます。ぜひご利用ください。

とき 10月15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 関支所3階中会議室

申込・問合先 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からダウンロード可)が必要です。

就職氷河期世代を 中心とした「合同企業説明会」の開催



就職氷河期世代を中心としたおおむね35～59歳の人の就職をサポートする説明会を開催します。

とき 10月17日(土)

午後1時30分～4時30分

ところ おしごと広場みえ(津市羽所町700アスト津3階)

内容 安定した就職を支援するため、中高年世代の採用に積極的な県内企業(10社程度)による説明会

定員 30人(先着順)

申込・問合先 マイチャレ三重(おしごと広場みえ内)☎059-222-3309へ申込フォームまたは電話でお申し込みください。

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」に合わせて、行政相談委員会による「行政巡回なんでも相談会」を開催します。

とき 10月20日(火)

午前10時～11時30分

ところ 南部地区コミュニティセンター

その他 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。

問合先 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

同じ病気を持つ人の話を聞いたり、お互いの悩みを話し合ったりしながら、一人で抱え込まずに気持ちを共有できる場です。

とき 10月23日(金)

午後1時30分～3時

ところ 鈴鹿市保健センター2階

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28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24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)

☎090-2939-3680



みえ高校生就職ガイダンス

県内に安定した就業場所を持つ

地元企業が参加する「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できます。

とき 10月27日(火)

午後1時30分～3時

※受付は午後1時から

ところ 四日市市文化会館展示棟2階(四日市市安島二丁目5-3)

対象 令和9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#)

「ピラティス」「ズンバ」体験イベント



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」と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30日(金)、11月13日(金)

午後7時30分～8時30分

ズンバ

とき 11月6日(金)、11月20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9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の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

JR関西本線沿線ウォーキング「～秋の絶景大黒山と東海道関宿街道まつり～関のYAMA満喫ハイキング」



JR関西本線の利用促進を目的に、ウォーキングイベントを開催します。JR関駅をスタート地点とし、関町内の低山「大黒山」のハイキングと、「東海道関宿街道まつり」で披露される「関の山車(せきのやま)」などをご覧ください。二つの「YAMA」を楽しめます。自然と歴史・文化が息づく関町を歩きながら、その魅力を味わってください。

とき 11月1日(日)

午前9時～11時30分

※受付は午前8時30分～

※雨天決行(当日午前6時に開催地へ気象警報が発表された場合は中止)

※昼食休憩なし

集合場所 JR関駅

行程 JR関駅(集合)⇒鈴鹿関跡(現地説明)⇒大黒山展望台⇒関宿観光駐車場(解散)⇒東海道関宿街道まつり(自由散策)

※距離約6km

定員 100人(先着順)

※小学生以下の人は、保護者同伴

持ち物など 飲み物、動きやすい服装

申込 10月1日(木)午前9時～19日(月)午後5時までに政策推進課交通政策グループへ二次元コードまたは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・奈良市・甲賀市・伊賀市・亀山市)

問合先 関西本線木津亀山間活性化同盟会(政策推進課交通政策グループ内)

☎84-5066

「亀山7座トレイル」 紅葉の仙ヶ岳へ

とき 11月8日(日)

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

対象 18～75歳以下の登山経験者で、健脚かつ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

服装 登山に適した服装、雨具、登山靴、帽子、手袋

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。

主催 「亀山7座トレイル」登山道活用ネットワーク

申込・問合せ先 10月16日(金)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。

こころの健康相談

精神科医師が相談に応じます。

とき 11月10日(火)

午後1時30分～3時30分
(予約制)

ところ 県鈴鹿庁舎1階衛生教育室

対象 本人、家族、関係者等

申込・問合せ先 11月2日(月)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20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考える」

とき 11月10日(火)

午前9時30分～正午

ところ あいあい2階大会議室

対象 市内在住の特別支援学級、通級指導教室、特別支援学校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」をテーマに支援を必要とする子ども、障がいのある子どもたちの進路・就労について考える学習会を行います。

申込・問合せ先 11月2日(月)までに亀山市特別支援教育振興会事務局(井田川小学校内☎82-2021)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11日(水)

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、公証人による相続登記、遺言に関する講演会

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(津市丸之内26-8)

費用 無料

申込・問合せ先 10月13日(火)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。

個別健康相談

市の特定・後期高齢者健康診査や職場で受けた健康診断の結果を日常生活に生かしたい人や禁煙し

たい人を対象に、保健師や管理栄養士が健康・栄養相談に応じます。

とき 11月13日(金)

①午後1時30分～

②午後2時～

③午後2時30分～

④午後3時～

⑤午後3時30分～

※①～⑤のいずれかで、相談時間は1人20分程度

ところ あいあい1階

対象 ①、②のいずれかに該当する人

①市内在住の40歳以上で、市の特定・後期高齢者健康診査または職場での健康診断を受けた人

②禁煙したい人

定員 5人(先着順)

持ち物 (お持ちの人のみ)健康診断の結果、健康手帳、お薬手帳

申込・問合せ先 11月6日(金)までに健康推進課健康増進グループ(あいあい☎84-3316)へ二次元コードまたは電話でお申し込みください。

タイムスリップ体験!むかしの人が 歩いた道で聴く「日本神話」～ヤマト タケルノミコトの伝説に迫る～

昔の人々が行き交った「大和橋」を訪れ、古代の伝説に耳を傾けます。地域の自然と歴史を肌で感じ、いつもの景色が少し誇らしく思える冒険へ出かけてみませんか?

とき 11月14日(土)

午前10時～11時30分

ところ 関B&G海洋センター

対象 小学生以上の人(低学年は親子で参加)

定員 20人

持ち物など 帽子、タオル、飲み物、動きやすい服装、動きやすい靴

申込・問合せ先 10月8日(木)午前8時30分から関B&G海洋センター(☎96-1010)へ電話で、または直接お申し込みください。

ニュースポーツ体験会 (エンジョイバレーボール)



バドミントンコートでやわらかく大きなラグビーボールなど2種類のボールを使い、1チーム6人で行う、初心者でも楽しめるニュースポーツです。

とき 11月14日(土)

午前9時30分～正午
※受付は午前9時15分から

ところ 西野公園体育館

種目 エンジョイバレーボール

対象 市内在住、在勤、在学の小学4年生以上の人(小学生は保護者同伴)

定員 20組(120人)(先着順)

持ち物など 室内用シューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装

その他 この行事は、けんこうマイレージアプリポイント付与対象です。

申込・問合先 10月28日(水)までに参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号を記載の上、教育委員会事務局生涯学習課社会教育・スポーツグループ(☎84-5057)へ二次元コード、ファクス(FAX 82-6161)、メール(✉syougaku@city.kameyama.mie.jp)で、または直接お申し込みください。

※申込書は市教育委員会ホームページからもダウンロードできます。任意の書式でも可。

※1チーム6人以上での申し込みを基本としますが、1人からの申し込みも大歓迎します(6人未満の参加者でチーム編成します)。

各種検診・教室

第16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24日(土)

午後1時～

ところ 市文化会館大ホール

内容 「ある日、突然倒れないために」～働き盛り世代の脳卒中、その後のてんかん・認知症と循環器病の話～自分と家族を守るために今日からできること

講師 脳卒中専門医・循環器専門医

問合先 健康推進課地域包括連携グループ(あいあい)

☎ 84-3312

子育て講座「つまとあぶない たべもののおはなし」

子どもがのどに詰まらせやすい食べ物や事故を防ぐための工夫など、もしもの時の対応を一緒に学びましょう。

とき 10月29日(木)

午前10時～11時

ところ 亀山子育て支援センター「あいあいっこ」

講師 「つぶっこ会」代表 三重耳鼻咽喉科 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)

託児 あり

※託児希望の場合は、申込時にお伝えください(おおむね6カ月から)。

服装 動きやすい服装

申込・問合先 10月13日(火)～20日(火)までに亀山子育て支援センター「あいあいっこ」(☎84-3314)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

かめやま健康セミナー あなたの心臓は大丈夫？～心疾患や心不全予防のために～



近年増加している心不全に関して、発症の要因や日頃の管理方法、高血圧などの疾患とのつながりについて学びましょう。

とき 11月5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 60人(先着順)

※定員に満たない場合は当日参加可能(予約優先)

申込・問合先 10月1日(木)午前8時30分から健康推進課地域包括連携グループ(あいあい ☎84-3312)へ二次元コード、電話で、または直接お申し込みください。

心のサポーター 養成研修



「心が疲れている人に、どう声を掛ければいいのか分からない」、「力になりたいけれど、どう関わればいいのか悩んでしまう」、「身近な人のSOSを見逃がしたくない」そんな思いを抱いたことはありませんか？人の悩みを聴くスキルを学び、こころの不調のサインに気づき、身近な人を支える「心のサポーター」を目指してみませんか？

とき 11月9日(月)

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 共通研修(90分)、選択研修「こころの病気について学ぶ」(30分)

講師 県鈴鹿保健所職員

持ち物 筆記用具、飲み物

その他 子どもから大人まで誰でも受講できます。

申込・問合先 開催日までに健康推進課健康増進グループ(あいあい ☎84-3316)へ二次元コードまたは電話でお申し込みください。

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。

子育て講座「食物アレルギーを正しく知ろう！」

とき 11月12日(木)

午前10時～11時30分

ところ あいあい2階研修室

内容 食物アレルギーを怖がらずに正しく食べることの大切さについて

対象 市内在住の未就学児の保護者、妊婦

講師 すずらん調剤薬局 小児アレルギーエデュケーター 上荷裕広さん

定員 20人(先着順)

託児 あり

※託児希望の場合は、申込時にお伝えください(おおむね6カ月から)。

申込・問合先 10月21日(水)～29日(木)までに亀山子育て支援センター「あいあいっこ」(☎84-3314)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

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17日～12月22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13日～12月22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

費用 無料(テキスト代1,100円・

検定料は自己負担)

申込・問合先 10月6日(火)～11月5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。

甲種乙種防火管理者資格取得講習会

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

とき 11月18日(水)、19日(木)

甲種防火管理者(両日受講)

1日目:午前9時20分～午後4時

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9時20分～午後4時55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 10月13日(火)～26日(月)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・防災協会へ二次元コードからお問い合わせください。



令和8年度県民公開講座「デジタル時代の子どもたちをどう守る?—海外の動きから考える心とウェルビーイング—」



とき 11月29日(日)

午後1時30分～3時30分(午後0時45分開場)

ところ 県総合文化センター 男女共同参画棟3階セミナー室C

(津市一身田上津部田1234)

講師 スマホ依存防止学会代表 磯村 毅さん

定員 100人

申込・問合先 11月27日(金)までに三重県こころの健康センター(三重県自殺対策推進センター ☎059-223-5243)へ二次元コードからお申し込みください。

高齢者等在宅訪問歯科健診

寝たきりなどの理由で歯科医院への通院が困難な人を対象に、歯科医師が自宅を訪問し、無料で健診を行います。口腔ケアは、お口の中の細菌を減らし、お口の機能や健康を維持・増進させることが大切です。

対象 次のすべてに該当する人

▷市内在住で40歳以上の人

▷通院が困難な人

▷在宅で介護を要する人(要介護3以上の人または要介護1・2で、誤嚥性肺炎等を起こしやすい、訪問健診が必要な人等)

定員 12人(先着順)

健診実施機関 (一社)亀山歯科医師会

申込・問合先 令和9年2月26日(金)までに市民課医療年金グループ(☎84-5005)または健康推進課地域包括連携グループ(あいあい ☎84-3312)へ直接お申し込みください。

亀山市公式LINE



「友だち」募集中心!

検索!

@kameyamacity



潜在保育士等就労・ 職場復帰支援研修 (Web研修)のお知らせ



保育士または放課後児童支援員の資格を持ちながら、現在、保育現場で働いていない人、再就職を希望する人を対象に5つのWeb講座を配信します。

配信期限 令和9年2月28日(日)

内容 (各2時間程度)

- ①保育現場で役立つ運動と遊び
- ②保育士におけるコミュニケーション
- ③子どもの成長を捉えた保育記録のポイント
- ④これからの保育に求められること
- ⑤配慮が必要な子どもと保護者を支える

※1講座から申し込み可。

※配信期間内は、何度でも視聴できます。

対象 保育士または放課後児童支援員の資格を持ち、就労・職場復帰を希望する人

受講料 無料

※通信料は受講者負担

申込・問合先 令和9年2月15日(月)午後4時までに(福)三重県社会福祉協議会三重県保育士・保育所支援センター(☎059-227-5160)へ二次元コードまたは電話でお申し込みください。

募 集

三重県誕生150周年記念 「美し国三重市町対抗駅伝」選手選考 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9年2月21日(日)開催の「美し国三重市町対抗駅伝」亀山市チーム(小学生男女各2人)選手選考の参考記録とします。

とき 11月28日(土)

※当日受付は午後1時45分～2時
※雨天時は12月5日(土)に延期

※競技時間など詳しくは、申込者へ後日連絡します。

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

その他 主催者側で傷害保険に加入しますが、保険適用外は自己負担となります。

申込・問合先 11月9日(月)までに住所、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、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。

心理相談員(会計年度任用職員)の募集

募集人数 1人

業務内容 健康診査、発達検査、データ集計、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
▷心理士等の資格取得者

▷普通自動車運転免許(AT限定可)取得者(任用日までに取得予定可)

▷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9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 月20日

※年に数回、土・日曜日の出勤があります。

勤務場所 あいあい

報酬 時給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16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。

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

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取得者

▷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9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

応募期限 10月16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の上、履歴書を持参してください。

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



家庭相談員(会計年度任用職員)の募集

募集人数 1人

業務内容 子育てに関する相談対応、家庭訪問など

応募資格 次のいずれかに該当する人

▷大学で児童福祉、社会福祉、心理学、教育学もしくは社会学を専修する学科またはこれらに相当する課程を修めて卒業した人

▷保健師、社会福祉士または精神保健福祉士

▷社会福祉主事として児童福祉事業に2年以上従事した人

▷前各号に準ずる人で、家庭相談員として必要な学識経験を有する人

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(7時間45分)

勤務日数 月12日(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)

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

任用期間 11月1日～令和9年3月31日(更新あり)

応募期限 10月23日(金)必着

応募方法 子ども総合支援課子ども支援グループへ履歴書、資格・免許の写しを持参または郵送(〒519-0164 羽若町545)してください。

※応募者については、後日面接を実施(日時などは後日連絡)

問合先 子ども総合支援課子ども支援グループ(あいあい)

☎ 83-2425

女性相談支援員(会計年度任用職員)の募集

募集人数 1人

業務内容 保護を必要とする女性の早期発見、相談、助言、指導および女性の抱えるさまざまな問題に対する面接・電話相談など

応募資格 次のいずれかに該当する人

▷大学で児童福祉、社会福祉、心理学、教育学もしくは社会学を専修する学科またはこれらに相当する課程を修めて卒業した人

▷保育士、社会福祉士などの資格をお持ちの人

▷福祉分野における実務経験もしくは相談業務の経験がある人

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(7時間45分)

勤務日数 月20日(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)

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

任用期間 11月1日～令和9年3月31日(更新あり)

応募期限 10月23日(金)必着

応募方法 子ども総合支援課子ども支援グループへ履歴書、資格・免許の写しを持参または郵送(〒519-0164 羽若町545)してください。

※応募者については、後日面接を実施(日時などは後日連絡)

問合先 子ども総合支援課子ども支援グループ(あいあい)

☎ 83-2425

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
高塚南住宅X-3号	2階建ての1階から2階(55.90㎡)	22,900円～45,100円	高塚町2-1
鹿島住宅G-23号	3階建ての3階(64.90㎡)	18,100円～35,600円	北鹿島町11-303

※高塚南住宅は借上型市営住宅です。この住宅は事業者と市との借上期間が満了する時に、退去または転居していただく必要があります。

※高塚南住宅X-3号の住宅は、ひとり親世帯のみ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。

※高塚南住宅は毎月、共益費4,000円、自治会費400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(水)～16日(金)(平日の開庁時間内に限る)

受付場所 本庁2階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7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 11月下旬から12月上旬(予定)



かめやま生物多様性共生区域 第7回 募集のお知らせ

問合せ 環境課生物多様性・獣害対策グループ ☎ 96-8588

農地や事業所、神社やお寺の境内など、自然が残された身近な場所を「かめやま生物多様性共生区域」として認定します。認定制度や申請方法については、気軽にご相談ください。

認定を取得すると

①認定書の発行・認定マークの表示が可能
社会貢献の取り組みとして、対外的に示すことができます。

②市による情報発信
認定された取組内容などを市が広く紹介します。

③製品への認定マーク表示が可能
認定区域で生産された製品に、認定マークを付けて販売できます。



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
 - ▷工場や事業所内の緑地
 - ▷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
- ▷管理内容が明確で、生物多様性保全に貢献し、継続して管理されること
- ▷土地の生物多様性の状況が明らかであること

審査

提出書類に基づき、認定審査会で審査します。

申請期間(令和8年度後期認定分)

10月1日(木)～12月25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
 - ▷管理方法が分かる資料
 - ▷生物多様性の状況が分かる資料
- ※申請様式は市ホームページからダウンロードできます。

※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・獣害対策グループ(総合環境センター)へ持参してください。
※詳しくは、環境課生物多様性・獣害対策グループへお問い合わせください。

行政情報番組「マイタウンかめやま」に登場!!『小学生アナウンサー』を募集!

問合せ 広報秘書課広報グループ ☎ 84-5021

小学生アナウンサーの皆さんに、「マイタウンかめやま」の番組進行などを体験していただきます。ぜひ、一緒に地域の情報をテレビからお届けしましょう!

- とき** ▷スタジオ収録日 11月7日(土)、8日(日)のいずれか
▷放送予定日 11月16日(月)～30日(月)

ところ 関支所3階スタジオ

募集人数 2人 ※応募者多数の場合は、抽選により決定します。

対象 市内在住の小学6年生で保護者の送迎が可能な人

申込方法 10月23日(金)までに、入力フォームからお申し込みください。入力フォーム



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(木)～15日(木)

- まちのトピックス
- 亀山インフォメーション「歴史Myさんぽ(第1話)」
- かめキッズ「関認定こども園アスレ②」
- 学びの講座「ネコギギワークショップ(前半)」
- 「三重県誕生150周年記念動画②」

10月16日(金)～31日(土)

- まちのトピックス
- 亀山インフォメーション「かめやま健康体操パート1」
- かめキッズ「なのはな保育園」
- 学びの講座「ネコギギワークショップ(後半)」
- 「三重県誕生150周年記念動画③」

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。



2026芸文祭

展示の部

とき 10月11日(日)、12日(月・祝)

午前10時～午後5時(12日は午後3時まで)

ところ 市中央コミュニティセンター(市文化会館内)

舞台の部

とき 10月12日(月・祝)

午前10時30分～午後3時

ところ 市文化会館大ホール

費用 無料

問合せ先 亀山市芸術文化協会事務局

☎ 090-1412-4703(岩間)

一日行政手続き無料相談会

官公署への提出書類に関する一日無料相談会を行います。

とき 10月17日(土)

午前10時～午後3時

ところ 亀山商工会館2階(東御幸町39-8)

内容 相続・遺言・後見、農地転用、墓じまい・改葬、離婚、在留資格、建設業許可など

※事前に予約された人を優先します。

問合せ先 三重県行政書士会亀山支部

☎ 090-4460-5117(松田)

棚田あかり
in坂本2026

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3,000個のLEDを坂本棚田に並べます。幻想的な坂本棚田を満喫ください。

とき 10月17日(土)

午後5時～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

※小学生以下の人は保護者同伴
※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

☎ 080-4212-7481(小森)

ぽっかぽかの会主催
座談会

三重大学松浦直己先生座談会

とき 10月24日(土)

午前10時～正午

ところ あいあい2階研修室

※託児は栄養指導室

アドバイザー 三重大学教育学部教授、医学博士、学校教育学博士 松浦 直己さん

※二次元コードから講師への事前質問を受け付けます(10月17日(土)締切)。

費用 1,000円(会員は無料)

志村浩二先生座談会

とき 11月28日(土)

午前10時～午後1時

ところ あいあい2階大会議室

※託児は研修室

アドバイザー 児童発達支援センター「エンジョイ・ウェルヴィレッジ」センター長 志村 浩二さん

費用 600円(会員)、1,600円(非会員)

※弁当代600円含む

共通事項

内容 参加者が日常で困っていることやわからないことを質問し、アドバイスを聞くことができます。

対象 保護者、教育・保育関係者、子育てに関心のある人

定員 20人(先着順)

託児 5人(先着順)、600円/人

申込 二次元コードからお申し込みください。



松浦先生申込



志村先生申込

問合せ先 ぽっかぽかの会

☎ 090-4791-3801(濱野)

亀山市シルバー
人材センター
美容教室参加者の
募集・会員の募集

美容教室参加者募集

とき 10月30日(金)

午後1時30分～3時30分
(受付は午後1時)

ところ 亀山市社会福祉センター3階集會室

内容 軽いストレッチからいきいきメイクアップまで、自分自身で身だしなみを整えられる簡単な美容法を学びます。

対象 市内在住の60歳以上の人

定員 30人(先着順)

費用 無料

申込・問合せ先 10月19日(月)までに(公社)亀山市シルバー人材センター(☎82-8512)へ直接お申し込みください。

会員の募集

市内に在住する60歳以上の健康で働く意欲のある人を募集しています。

就業業種 草刈り、剪定、草取り、企業内清掃作業、企業内軽作業、家事援助サービス

一斉入会説明会

とき 毎月第1・3水曜日

午前10時～

※10分前までにお越しください。

ところ (公社)亀山市シルバー人材センター2階会議室(東町一丁目1-7)

※上記の説明会以外にも亀山市シルバー人材センターホームページから登録無料でWeb入会申込を受付しています。

※夫婦会員会費割引あり

問合せ先 (公社)亀山市シルバー人材センター

☎ 82-8512

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)

休日当番医で対応(電話対応を含む)が困難な場合は、市立医療センター(☎83-0990)にご相談いただくか、三重県救急医療情報センター(☎059-229-1199)へお問い合わせください。

10月

10月4日(日)	のぼの脳神経クリニック	能褒野町79-22	☎85-3636
10月11日(日)	市立医療センター	亀田町466-1	☎83-0990
10月12日(月・祝)	松葉耳鼻咽喉科	東台町1-6	☎83-0087
10月18日(日)	三井耳鼻咽喉科	栄町1499-3	☎82-4133
10月25日(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

11月

11月1日(日)	川口整形外科	野村四丁目4-19	☎82-8721
11月3日(火・祝)	天神眼科医院	天神二丁目10-38	☎83-1195
11月8日(日)	なかむら小児科	長明寺町304	☎84-0010
11月15日(日)	こばやし内科・呼吸器内科クリニック	亀田町380-4	☎83-2121
11月22日(日)	みえ在宅・内科クリニック	野村三丁目19-31	☎82-0405
11月23日(月・祝)	ハッピー胃腸クリニック	本町二丁目9-33	☎82-0017
11月29日(日)	さかえ整形外科	栄町1488-17	☎97-3335

休日当番医



休日当番医は都合により変更となる場合があります。
最新情報は市ホームページ(左の二次元コード)からご確認ください。

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



■マイナ保険証または資格確認書、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っていません。■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。

印を中心にして穴を開けてください

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)

10月7日(水)

午後1:00～3:00

本庁1階 市民対話室

☎96-1224

10月20日(火)

午後1:00～3:00

(電話相談)

☎82-1111

10月27日(火)

午後1:00～3:00

関支所1階 応接室1

☎96-1224

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

10月9日(金)

午後1:00～3:00

本庁1階 市民対話室

☎84-5007

法律相談

弁護士による相談【予約制】(1カ月前から受付)

10月19日(月)

午後1:30～3:50

本庁1階 市民対話室

☎84-5007

10月30日(金)

午前9:00～正午

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

10月9日(金)

午後1:00～3:00

あいあい1階 相談室1

☎82-7985

10月23日(金)

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

10月9日(金)

午後1:00～3:00

あいあい1階 相談室2

☎82-7985

10月23日(金)

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

10月30日(金)

午前10:00～正午

あいあい1階 相談室2

☎82-7985

無料住宅相談(偶数月開催)

増改築相談員による相談

10月15日(木)

午後1:00～4:00

あいあい1階
ふれあいリビング

☎84-5038

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

月～金曜日

※祝日を除く

午前9:00～午後5:15

市民協働センター

☎84-5008

「みらい」

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

月～金曜日

※祝日を除く

午前8:30～午後5:15

あいあい1階 窓口 (市)

☎84-3311

(市社協)

☎82-7985

消費生活問題の相談

消費生活専門相談員による相談

月～金曜日

※祝日を除く

午前10:00～午後5:00

電話相談は午前9:00～

鈴鹿亀山消費生活センター

☎059-375-7611

市の人口 9月1日現在 ●総人口 48,822人(前月比-38) ●男 24,706人(前月比-19) ●女 24,116人(前月比-19) ●世帯数 22,850世帯(前月比-3)