

# おらら

広報 菰野



2017  
1月前半号

12月16日発行 No.739

編集・発行  
菰野町役場  
企画情報課

## 災害ボランティアコーディネーター養成講座

災害ボランティアコーディネーターとは、災害時における災害支援ボランティアと被災者のつなぎ役です。災害発生時に、社会福祉協議会が設置する災害ボランティアセンターで活動ができる災害ボランティアコーディネーターとしての基礎を学びます。

\*とき 1月31日(火) 14:30~17:00  
2月2日(木) 14:30~17:00  
2月7日(火) 14:30~17:00  
2月14日(火) 9:30~12:00  
2月16日(木) 14:30~17:30 (全5回)

\*ところ けやき  
\*対象 町内在住の高校生以上の方 \*参加無料  
\*定員 20名(先着順) \*申込締切 1月25日(水)

## みんなの運動サロン参加者募集

運動が苦手な方でも安心して取り組める介護予防運動を行います。介護予防運動ボランティアのお元氣サポーターが補助します。

\*とき 1月12日(木)、26日(木)、2月9日(木)、23日(木)  
3月9日(木)、23日(木) 10:00~12:00

\*ところ 朝上地区コミュニティセンター  
\*対象 運動の制限をされていない方  
\*定員 50名 \*参加無料  
\*持ち物 ・セラバンド(トレーニング用ゴムバンド)  
・タスポニーボール(スポンジ製ボール)  
※お持ちの方のみ  
・飲み物

・第1回目の1月12日は、健康運動指導士 亀谷 龍生 先生の講演会と介護予防運動を行います。第2回目以降はお元氣サポーターと一緒に介護予防運動を行います。  
・自分で通うことが難しい要支援の方には送迎をします。(朝上地区のみ)  
・詳細につきましては、申し込みの際にご相談ください。

【申し込み・問い合わせは】

菰野町社会福祉協議会 TEL394-1294 FAX394-3422

## 平成28年度 暴力追放三四地区市町民大会

三四地区からあらゆる暴力を排除するため、暴力追放に関する講演等を行います。

\*とき 1月12日(木) 15:00~  
\*ところ 四日市商工会議所1階 ホール  
\*参加無料 \*申込不要

【問い合わせは】四日市市役所 市民協働安全課  
TEL354-8179 FAX354-8316  
総務課安全安心対策室 TEL391-1102 FAX394-3199

## 平成29年 成人式

\*とき 1月8日(日) 13:30~  
\*ところ 菰野町民センターホールおよび菰野町体育センター  
\*対象 平成8年4月2日から平成9年4月1日までに生まれ、菰野町に住民登録のある方  
・式典終了後、写真撮影を行います。  
・対象者には個別通知を行います。通知が届かない方、または菰野町に住民登録のない方で、当町の成人式へ参加を希望される方はご連絡ください。

## 第15回新春たこあげ大会

友だちや家族と一緒に、自分のたこを大空へあげてみませんか。

\*とき 1月9日(月・祝) 10:00~  
\*ところ 朝上小学校 グラウンド  
\*参加費 1人 100円(当日受付時にいただきます)  
\*申込締切 平成29年1月6日(金)  
・たこは持込可能ですが、会場で販売するたこ作成キット(200円~400円程度)での参加もできます。

## 国際交流事業 ~異国文化と触れ合う 第5回~

A L T(外国語指導助手)のケラ タケモトさんとキア ナハリスさんとの楽しい会話を通して、異国文化と触れ合いませんか。ぜひ参加ください。

\*とき 1月11日(水) 14:30~16:00  
\*ところ 役場本庁4階会議室 \*参加無料  
【申し込み・問い合わせは】  
社会教育室 TEL391-1160 FAX391-1195

## 国民年金保険料の納付は 口座振替がおトクです

国民年金保険料の納付には、口座振替をご利用できます。口座振替を利用すると、当月分の保険料は翌月末に自動で引き落とされ、納め忘れもなく便利です。

口座振替には、当月分の保険料を当月末に引き落とし、月々50円割引になる早割制度のほかにも、現金納付よりも割引額が多いお得な2年前納、1年前納、6カ月前納もあります。

口座振替による前納のお申し込みは、2年度分(4月~翌々年3月分)、1年度分(4月~翌年3月分)および上期6か月分(4月~9月)は2月末日まで、また下期6か月分(10月分~翌年3月分)は8月末日までです。年金事務所必着ですので、お早めにお申し込みください。年金事務所への申し込みの方法は以下のとおりです。

・口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、金融機関または四日市年金事務所にて手続きをしてください。  
・すでに、口座振替で保険料を前納している方(引き続き第1号被保険者である方)は、毎年の申し込みは不要です。

【問い合わせは】四日市年金事務所 TEL353-5513  
【掲載担当課】住民課保険年金係 TEL391-1121 FAX394-3423

## 1月の納税

## 国民健康保険税 7期分、町県民税 4期分

- (1) ※当紙は、インターネットの町ホームページ(<http://www.town.komono.mie.jp>)でもこのままの形でご覧いただくことができます。  
※当紙は、再生紙を使用しています。



# 保健ひろば



けやき：保健福祉センターけやき

## カンガルー広場

身体測定、保健師・栄養士による育児相談・栄養相談を行います。また、子育て中のお母さん同士でお話ができる場を設けていますので、お気軽にお越しください。

- \*とき 1月6日(金) 9:30~11:00
- \*ところ けやき2階 健診コーナー
- \*対象 生後10カ月から1歳6カ月までの子どもとその保護者
- \*持ち物 母子健康手帳

## 子育て支援センター「お誕生会」1月生

誕生月以外のお子さんもお気軽にご参加ください。

- \*とき 1月12日(木) 10:30~11:00
- \*ところ けやき2階 子育て支援センター
- \*対象 就学前の子どもとその保護者
- \*内容 誕生児へのお祝い、手遊び、ふれあい遊びなど  
・誕生児は10:15までに受付をしてください。

## 3歳6カ月児健康診査

- \*とき 1月12日(木) 13:00~14:30
- \*ところ けやき2階 健診コーナー
- \*対象 平成25年7月1日から平成25年8月15日までに生まれた子どもとその保護者
- \*内容 身体測定、歯科健診、診察、相談
- \*持ち物 母子健康手帳  
・動きやすい服装でお越しください。

## もぐもぐ教室 ぱくぱく教室 (離乳食教室)

- \*とき 1月13日(金)  
もぐもぐ教室 9:30~  
ぱくぱく教室 10:00~
  - \*ところ けやき2階 健診コーナー
  - \*対象(対象者には個別通知にてお知らせします)  
・もぐもぐ教室：平成28年8月1日から平成28年9月15日までに生まれた子どもとその保護者  
・ぱくぱく教室：平成28年3月16日から平成28年4月30日までに生まれた子どもとその保護者
  - \*内容 離乳食の進め方や与え方について、試食を交えて栄養士から説明します。  
・希望者には教室終了後に身体測定、相談を行います。
  - \*持ち物 母子健康手帳
- 【問い合わせは】 子ども家庭課 TEL391-1124 FAX394-3423

相談無料・要予約・秘密厳守

## 法律相談

すべての法律問題について弁護士が相談に応じます。

- \*とき 1月10日(火) 9:30~15:00
  - \*ところ けやき1階 ふれあい相談センター
  - ・当日は町相談員、社会福祉協議会職員が同席します。
  - ・予約受付は1月5日(木)8:30から行います。なお、定員になり次第締め切ります。
  - ・電話での予約が難しい場合は、事前に菰野町社会福祉協議会 (TEL394-1294 FAX394-3422)までご相談ください。
- 【申し込み・問い合わせは】  
ふれあい相談センター TEL394-5294

## ヘルスマイトによる一般食育クッキング講習

健康的な生活を送るためには、毎日の食生活が基本となります。望ましい実践的な食事づくりについて学びませんか。

地区名	とき	ところ
朝上	1月14日(土)	朝上地区コミュニティセンター
千種		農村センター
菰野	1月19日(木)	菰野地区コミュニティセンター
鶴川原	1月21日(土)	鶴川原地区コミュニティセンター
竹永	1月28日(土)	竹永地区コミュニティセンター

- \*時間 9:30~12:00  
※竹永地区のみ19:00~21:00
- \*対象 町内在住の方(男女は問いません)
- \*定員 各地区6名(先着順)
- \*持ち物 エプロン、三角巾、手拭タオル、実習費500円

## 高齢者インフルエンザ予防接種のご案内

- \*対象 接種日当日65歳以上の方
- \*接種期限 平成29年1月31日(火)
- \*接種料金 自己負担額 1,200円
- ・接種を希望される方は、四日市市および三重郡の指定医療機関へ直接お申し込みください。
- ・四日市市および三重郡以外の県内医療機関で接種を希望される方は必ず事前に健康福祉課へご連絡ください。
- ・県外の医療機関で接種を希望される方への料金の一部助成はありませんが、健康被害救済の手続きを行いますので、事前に健康福祉課へご連絡ください。

## 高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種のご案内

- \*対象 今年度、以下の年齢に到達する方  
65歳(昭和26年度生まれ)、70歳(昭和21年度生まれ)、75歳(昭和16年度生まれ)、80歳(昭和11年度生まれ)、85歳(昭和6年度生まれ)、90歳(大正15年度生まれ)、95歳(大正10年度生まれ)、100歳(大正5年度生まれ)
  - ※対象の方には詳細を記載した個別通知をピンク色の封筒にて送付しています。
  - \*接種期限 平成29年3月31日(金)
  - \*接種料金 自己負担額 2,500円
  - ・今までに肺炎球菌ワクチン予防接種を受けられた方は、対象となりません。
  - ・定期予防接種とは別に、75歳以上の方を対象とした菰野町独自の一部費用助成の制度があります。詳しくは健康福祉課までご連絡ください。
  - 《上記予防接種共通事項》
  - ・接種日当日60歳以上65歳未満であって心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がい有する方で身体障害者手帳1級に該当する方、または同程度と医師が判断した方も接種対象です。
  - ・生活保護世帯の方は自己負担金が免除されます。
- 【申し込み・問い合わせは】 健康福祉課健康づくり係  
TEL391-1126 FAX394-3423

## 地域包括支援センター出張相談

高齢者の生活や介護全般に関する相談を行います。

- \*とき 1月4日(水) 9:30~11:30
  - \*ところ 朝上地区コミュニティセンター \*申込不要
- 【問い合わせは】  
菰野町地域包括支援センター TEL391-2220 FAX391-2219

みんなでつくる安全なまち！  
新春恒例 平成29年消防出初式

- \*と き 1月15日(日) 8:30~
  - \*ところ けやき 北駐車場
  - ※荒天の場合は、9:30から農村センター体育館にて、優良消防職団員の表彰のみ行います。
  - \*内 容 入場パレード、優良消防職団員の表彰、通常点検、機械器具点検、消防訓練、手引き腕用ポンプ(明治40年製)の放水展示、一斉放水(防災ヘリコプターからの放水も実施予定)
  - ・当日は、地震体験車や「ちびたくん」試乗コーナー、「はしご車」搭乗体験コーナー、応急手当普及啓発コーナーもあります。
- 【問い合わせは】 消防本部 TEL394-3211 FAX394-5766

~知っていますか 命をつなぐ心肺蘇生法~  
普通救命講習 | 開催

いざというとき落ち着いて応急手当ができるように、普通救命講習を受講してみませんか。

- \*と き 1月21日(土) 9:00~12:00
- \*ところ 消防本部2階 会議室 \*参加無料
- \*対 象 町内在住または在勤の中学生以上の方
- \*定 員 30名 \*申込期限 1月14日(土)

事業所でお持ちのAED貸し出しのお願い

消防署では「菰野町救命サポート事業所標章交付制度」として、不慮の事故など救命活動に使用する自動体外式除細動器(AED)の緊急時貸し出しに協力いただける事業所の募集を行っており、現在町内56カ所の事業所に登録いただいています。

今後さらなる救命の輪を広げるため、登録いただける事業所は下記までご連絡ください。

- 【申し込み・問い合わせは】  
消防署 TEL394-3239 FAX394-5766

大人のためのラジオ体操健康講座  
~こもの弁ラジオ体操もあります~

1度は経験したことがあるラジオ体操。正しい方法で行うと、身体にうれしい効果がいっぱいです。寒い季節ですが、楽しみながら身体を動かしましょう。

と き	と ころ	対 象
1月13日(金)、19日(木)、26日(木) 30日(月) 10:00~11:00 13:30~14:30	菰野地区 コミュニティ センター	菰野地区 鶺鴒川原地区 (定員 30人)
2月 7日(火)、20日(月)、27日(月) 13日(月) 13:30~14:30 10:00~11:00	朝上地区 コミュニティ センター	朝上地区 竹永地区 (定員 30人)
3月 7日(火)、14日(火) 23日(木)、29日(水) 13:30~14:30 10:00~11:00	けやき 運動指導室	千種地区 (定員 20人)

- \*内 容 ラジオ体操、ストレッチ等
- \*持ち物 運動できる服装、タオル、飲み物
- ・参加される方はできる限り各会場のすべての回への参加をお願いします。
- ・受付は講座開始の15分前から行います。
- ・定員になり次第締め切ります。

【申し込みは】 元気アップこものスポーツクラブ  
TEL/FAX394-5018

【問い合わせは】 健康福祉課健康づくり係 TEL391-1126 FAX394-3423

TaikyoCup2017  
第6回菰野町民綱引き大会

- \*と き 2月5日(日) 開会式8:30
- \*ところ 菰野町体育センター \*申込締切 1月12日(木)
- \*参加対象 町内在住、在勤または在学の方
- \*参加費 1チーム1,000円(体協加盟団体は無料)
- ◎チーム構成

◆男子の部 合計体重560kg未満の中学生以上の男子または男女8名で構成するチーム

◆女子の部 女子のみの8名(体重制限・申告無し)で構成するチーム

- ・登録は14名以内で、抽選会以降のメンバー変更はできません。
- ・要項・申込用紙は、町民センター、教育課社会教育室、町内体育施設に設置しています。

◎合同練習会

- \*と き 1月25日(水) 19:30~  
1月28日(土) 19:00~
- \*ところ 菰野町体育センター

第41回菰野町駅伝大会

- \*と き 3月5日(日) 開会式8:15
- \*ところ 三重用水管理事務所きらら湖
- \*コース きらら湖周回コース(1周約2.3km)
- \*申込締切 1月24日(火)

◎チーム構成(全7区間)

◆一般男子 町内在住、在勤または在学の高校生以上の男子および男女で構成するチーム  
※町外の方を含む場合は、町外の方は4人までとします。

◆一般女子 町内在住、在勤または在学の高校生以上の女子のみで構成するチーム  
※町外の方を含む場合は、町外の方は4人までとします。

◆中学男子 町内在住または在学の中学男子で構成するチーム

◆中学女子 町内在住または在学の中学女子で構成するチーム  
※男女混合チームは、男子の部となります。

- ・上記の大会の詳細は下記までお問い合わせください。
- 【申し込み・問い合わせは】 スポーツ・文化振興会内  
体育協会事務局 TEL394-3930 FAX394-1517

ゆったりヨガ体験

ゆったりとした呼吸で満たされた時間を過ごしませんか。

- \*と き 1月5日(木)、19日(木)、26日(木)  
10:00~11:30
- \*ところ 菰野町民センター3階 和室
- \*対 象 20歳以上の方 \*定 員 各回15名
- \*講 師 吉本 恵 氏 \*参加費 600円(会員の方は500円)
- \*持ち物 飲み物、バスタオルまたはヨガマット

健康づくり体験(初級コース)

持病のある方は、医師に相談のうえお越しください。

- \*と き 1月10日(火) 13:30~15:00
- \*ところ けやき 2階運動指導室
- \*対 象 体力に自信のない方、普段運動をしていない方
- \*内 容 健康運動指導士による軽運動、ストレッチ等
- \*持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル
- \*申込不要 \*参加無料
- ・13:15までに受付をしてください。

【問い合わせは】 元気アップこものスポーツクラブTEL/FAX394-5018



## 高倉 宏恵 新春ワークショップ&コンサート

オペラ歌手 高倉 宏恵 氏との合唱の体験を通して、音楽の楽しさを感じてみませんか。

\*と き 1月14日(土) ワークショップ 10:30~  
コンサート 14:00~

\*ところ けやきホール \*対 象 小学6年生(30名程度)  
・参加を希望される方は、各小学校で配付される申込用紙にご記入のうえ、お申し込みください。

【問い合わせは】 社会教育室 TEL391-1160 FAX391-1195

## 申込不要・参加無料 介護予防運動教室

健康運動指導士が町内の自治会公会所等に月1回程度出向き、椅子に座った筋力アップ体操や転倒予防・認知症予防体操を行っています。ぜひご参加ください。

区名	とき	ところ	備考
音羽	1月6日(金)	音羽公会所	時間は 9:30~10:30 です。
竹成	1月12日(木)	竹成区公会堂	

※開催日が変更になる場合があります。

【問い合わせは】

元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX394-5018  
健康福祉課介護高齢福祉係 TEL391-1125 FAX394-3423

## 「わくわく温泉チケット」を販売します

湯の山温泉の10軒の旅館・ホテルで使えるお得な日帰り入浴チケット「わくわく温泉チケット」を販売します。

\*料 金 1枚500円(税込、タオル付)

\*利用期間 1月5日(木)~3月24日(金)

・湯の山温泉協会ほか6カ所販売をしています。

・チケットの利用はお一人様1回限り有効です。

【問い合わせは】

湯の山温泉協会 TEL392-2115 FAX392-2117

## 1月 町の行事・催し物

庁舎屋上から初日の出を楽しむ企画

1/ (日)

年末年始の役場の休みは  
12月29日(木)~1月3日(火)

2/ (月)

死亡届など戸籍についての受付と埋火葬許可証の交付業務は、休み中も役場本庁の「夜間・休日窓口」で行います。

3/ (火)

【夜間・休日の問い合わせは】  
TEL391-1112 FAX391-1188

4/ (水) 地域包括支援センター出張相談

5/ (木) ゆったりヨガ体験

カンガルー広場  
6/ (金) 介護予防運動教室(音羽区)  
一般何でも相談

7/ (土) 第16回新春書き初め大会

8/ (日) 平成29年成人式

9/ (月) 第15回新春たこあげ大会

10/ (火) 健康づくり体験(初級コース)  
法律相談

11/ (水) 国際交流事業~異国文化と触れ合う 第5回~  
心配ごと相談/人権相談

12/ (木) 子育て支援センター「お誕生会」1月生  
3歳6カ月児健康診査  
介護予防運動教室(竹成区)

13/ (金) 大人のためのラジオ体操健康講座  
(菰野地区コミュニティセンター)  
もぐもぐ教室 ばくばく教室(離乳食教室)

14/ (土) ヘルスメイトによる食育クッキング講習  
(朝上地区、千種地区)  
高倉 宏恵 新春ワークショップ&コンサート

## 相談は無料で秘密を厳守します 気軽にご相談ください

### ふれあい相談センター ところ けやき1階 TEL 394-5294(直通)

一般相談 専門相談

種別・時間	相談日	種別・時間	相談日
心配ごと相談 10:00~15:00	11日(水)	人権相談 10:00~15:00	11日(水)
一般何でも相談 10:00~15:00	6日(金)	法律相談 9:30~15:00	10日(火) 【要予約】
電話福祉相談 毎週月~金	8:30~17:00		

障がい者福祉相談(要予約・役場本庁会議室) 【申し込み・問い合わせは】  
※障がいの種別に関係なく相談を随時承ります。 健康福祉課社会福祉係  
TEL391-1123 FAX394-3423

三重県北勢福祉事務所の相談 女性相談: 夫婦問題、離婚、職場の人間関係など  
電話・面接: 月~金 9:00~16:00(年末年始、祝日除く) TEL352-0557

津地方法務局四日市支局による人権(心配ごと)相談  
月~金 8:30~17:15(年末年始、祝日除く) TEL353-4365 FAX353-4367

庁舎案内 役場本庁 391-1111 休日・夜間 391-1112

各課へは直通電話(ダイレクトイン)をご利用ください

総務課 …… 391-1100	観光産業課 …… 391-1144	B&G海洋センター …… 394-3177	斎場 …… 394-2540
安全安心対策室 …… 391-1102	観光商工推進室 …… 391-1129	町民センター(ホール) …… 394-1502	不燃物 不燃物処理場 …… 394-3007
選挙管理委員会 …… 391-1101	農業委員会 …… 391-1145	町体育センター …… 394-3115	ごみ 清掃センター …… 396-0606
財務課 …… 391-1109	環境課 …… 391-1150	図書館 …… 391-1400	し尿 …… 391-1151
企画情報課 …… 391-1105	教育総務室 …… 391-1155	(郷土資料コーナー含む)	救急医療情報センター …… 393-1199
税務課 …… 391-1115	学校教育室 …… 391-1155	保健福祉センター(けやき) …… 391-2211	火災情報・消防テレホンサービス …… 393-1919
議会事務局 …… 391-1170	そだんでんわ(教育福祉) …… 391-1158	・子育て支援センター …… 391-2214	災害対策本部(災害時に設置) …… 391-1111
住民課 …… 391-1120	社会教育室 …… 391-1160	・地域包括支援センター(けやき) …… 391-2220	元気アップこものスポーツクラブ …… 394-5018
健康福祉課 …… 391-1123	大羽根グラウンド …… 394-0756	地域包括支援センター(いきいき)	菰野町スポーツ・文化振興会 …… 394-3930
子ども家庭課 …… 391-1124	消防本部 …… 394-3211	(菰野厚生病院内) …… 393-1547	地域子育て支援センター(ばんの)小児科 …… 393-3000
そだんでんわ(児童福祉) …… 391-1128	消防署 …… 394-3239	社会福祉協議会(けやき内) …… 394-1294	
会計課 …… 391-1130	菰野支所 …… 394-5333	わかば作業所 …… 394-3421	◇福祉FAX
水道課 …… 391-1132	千種支所 …… 393-2052	やすらぎ荘 …… 396-1098	・社会福祉協議会 …… 394-3422
下水道課 …… 391-1136	鶴川原支所 …… 393-2072	菰野町観光協会 …… 394-0050	・役場庁舎 …… 394-3423
都市整備課 …… 391-1138	竹永支所 …… 396-0002	菰野ふるさと館 …… 394-0116	・消防署 …… 394-3424
まちづくり推進室 …… 391-1141	朝上支所 …… 396-0001	農村センター(ことぶき人材センター) …… 394-3444	

菰野町ホームページアドレス(URL) <http://www.town.komono.mie.jp/> 菰野町電子メールアドレス [keyaki@town.komono.mie.jp](mailto:keyaki@town.komono.mie.jp) (4)

※広報菰野お知らせ版は視覚に障がいのある方(障害者手帳をお持ちの方)へ「声の広報」をお届けすることができます。

役場企画情報課へお問い合わせください。