



2019
6月前半号

5月15日発行 No.797

＝ 編集・発行 ＝
菰野町役場
企画情報課

三重県内男女共同参画連携映画祭 2019
阿部 寛、真木よう子、樹木希林、リリー・フランキー 出演
上映作品「海よりもまだ深く」
共催/菰野町 アイリスこもの

- *と き 7月6日(土) 13:30開演(13:00開場)
※開場時間は混雑状況により変更する場合があります。
- *ところ 町民センター ホール
- *定員 480名
- ・入場は無料ですが、事前配付の整理券が必要です。整理券は役場本庁3階企画情報課、各地区コミュニティセンター、町民センターで6月3日(月)8:30から配付します。
- ・無料託児(要予約)の受付も行います(先着20名)。
- ・詳しくは本号折込チラシをご覧ください。

【問い合わせは】企画情報課 TEL391-1105 FAX391-1188

第2回 よもやま歴史教室

長篠・設楽原の戦いと人々～戦いはいかにして現代に伝えられたのか～

- *と き 6月15日(土) 14:00～16:00
- *ところ 役場本庁4階 会議室 *申込不要
- *受講料 200円(受付時に徴収します)
※高校生以下は無料
- *講師 長篠城址史跡保存館 後藤悠也氏
- ・詳しくはおしらせ版5月後半号の折込チラシをご覧ください。

【問い合わせは】社会教育室 TEL391-1160 FAX391-1195

申込不要・参加無料 元気づくり運動教室

健康運動指導士が月1回程度、軽運動やストレッチ体験などを行います。ぜひご参加ください(各回1時間)。

	と き	ところ	備考
福村	6月5日10:35	福村公会所	第1水曜日
大羽根園	6月5日14:35	大羽根園自治会会所	第1水曜日
菰野第一区	6月6日10:35	菰野第一区第一会所	第1木曜日
千草	6月6日13:30	千草公会所	第1木曜日
音羽	6月7日10:35	音羽公会所	第1金曜日
下村	6月7日13:30	下村公会所	第1金曜日
大強原	6月12日13:30	大強原公会所	第2水曜日
竹成	6月13日10:35	竹成区公会堂	第2木曜日
永井	6月13日14:35	永井公会所	第2木曜日
菰野第三区	6月14日10:35	菰野第三区民栄会館	第2金曜日

【問い合わせは】
元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX394-5018
健康福祉課健康づくり係 TEL391-1126 FAX394-3423

けやきフェスタ 2019
福祉と健康のフェスティバル「このまちがすきだから」
共催/菰野町 菰野町社会福祉協議会

- 世代の違いや障がいの有無に関わらず、みんなが一堂に集い、互いに関心を高め、理解を深めあう「ふれあいの場」となることを目的に行います。楽しい1日を過ごしましょう。
- *と き 6月2日(日) 9:30～14:30
- *ところ けやき、けやき北駐車場、福祉公園
- *内容

ふれあい広場：ステージ発表、ふわふわ遊具、ミニSL
パザーコーナー：おいしい食べ物や手作り作品などが盛りだくさん
福祉ゾーン：作品展示コーナー、各種体験・発表コーナー
保健ゾーン：歯科検診、医師・歯科医師等による各種相談、入れ歯クリーニング、血管年齢測定、体脂肪・骨量筋肉量測定、健康相談、栄養相談、乳幼児身体測定など

健康ゾーン：元気アップこものスポーツクラブ活動紹介、体力測定、SSピンポン体験

※詳しくは5月下旬の新聞折込チラシをご覧ください。

申込不要・参加無料 みんなの運動サロン

介護予防運動ボランティアのお元気サポーターと一緒に運動を行います。

と き	ところ
6月4日(火)	菰野地区コミュニティセンター
6月6日(木)	
6月13日(木)	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
- *持ち物 セラバンド、タスポニーボール、飲み物
※セラバンドとタスポニーボールをお持ちでない方は貸し出します。

【問い合わせは】
社会福祉協議会 TEL394-1294 FAX394-3422

けやきでお茶飲み会

「認知症の家族がいて大変…」「認知症になるのが怖い」など、認知症について気軽に話せる会です。どなたでも自由に参加できます。

- *と き 6月11日(火) 13:30～15:00
 - *ところ けやき2階 ロビー *参加無料
- 【問い合わせは】
地域包括支援センター TEL391-2220 FAX391-2219

6月の納税

町県民税1期

※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。



保健ひろば



けやき：保健福祉センターけやき

どろんこ遊びをしよう

- *と き 6月5日(水)、6月14日(金) 10:00~11:30
- *と ころ 北部子育て支援センター 屋外
- *対 象 就園前の子どもとその保護者
- *持 ち 物 着替え、タオル、飲み物

妊産婦サロン

- *と き 6月7日(金) 9:30~11:30
10:15~10:30 ミニ講座:妊産婦の食事について
10:30~11:00 妊産婦体操
- ※上記以外の時間で赤ちゃんの身体測定、相談を行います。
- *と ころ 北部子育て支援センター 多目的ルーム
- *対 象 妊婦、産後6か月以内の母親とその子ども
- *持 ち 物 母子健康手帳、飲み物
- ・動きやすい服装でお越しください。

子育て講座「トイレトレーニングについて②」

- *と き 6月12日(水) 10:00~11:00
- *と ころ 北部子育て支援センター 多目的ルーム
- *対 象 平成28年4月2日から平成29年4月1日
生まれの子どもとその保護者
- 【問い合わせは】北部子育て支援センター TEL/FAX396-0707

申込不要・参加無料 健康づくり運動事業

持病のある方は、医師に相談の上、ご参加ください。

- ◆男性のための筋力アップコース
 - *と き 6月3日(月) 13:30~15:00
 - *対 象 筋力アップしたい男性
 - *内 容 基礎代謝を上げるための筋力トレーニングとストレッチ体操
- ◆体脂肪燃焼コース
 - *と き 6月10日(月) 13:30~15:30
 - *対 象 体力に自信のある方、体脂肪の燃焼をしたい方
 - *内 容 有酸素運動と基礎代謝向上トレーニング、健康ミニ講座
- ◀各コース共通事項▶
 - *と ころ けやき2階 運動指導室
 - *持 ち 物 体育館シューズ、飲み物、タオル
 - ※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
健康福祉課健康づくり係 TEL391-1126 FAX394-3423

認知症巡回個別相談会 (オレンジスマイル)

- 認知症に関する個別相談会やまちがいさがしなどの脳トレを行います。気軽にお越しください。
- *と き 6月5日(水) 9:30~11:00
- *と ころ 朝上地区コミュニティセンター 和室
- *対 象 認知症について心配のある高齢者とその家族
- *申込不要 *参加無料
- 【問い合わせは】
健康福祉課介護高齢福祉係 TEL391-1125 FAX394-3423
地域包括支援センター TEL391-2220 FAX391-2219

わくわく広場

園で親子が自由に遊ぶことができます。

と き		と ころ
6月 4日(火)	10:00~11:30 (都合のよい時間に お越しください)	菰野保育園
6月 5日(水)		竹永幼保園
6月 11日(火)		鶴川原幼保園
6月 14日(金)		千種幼保園

- *対 象 就園前の子どもとその保護者
- *持 ち 物 飲み物(お茶等)、帽子、タオル ほか

ぐんぐん広場

- *と き 6月13日(木) 9:30~10:30 随時身体測定、相談
10:30~11:00 お楽しみ会
- *と ころ けやき2階 子育て支援センター
- *対 象 就園前の子どもとその保護者
- *内 容 身体測定、手遊び、紙芝居、誕生児の紹介

新聞紙で遊ぼう

- 新聞紙を丸めて破ったり、いろいろな遊びをします。
- *と き 6月6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 就園前の子どもとその保護者
- ・新聞紙のインクで手足が黒くなることがあります。
- 【問い合わせは】
子育て支援センター TEL391-2214 FAX394-3423

介護予防運動教室

健康運動指導士が椅子に座ってできる筋力アップ体操や認知症予防体操などを行います(各回1時間)。

と き		と ころ
福 村	6月 5日(水)	9:30 福村公会所
		13:30 大羽根園自治会公会所
菰野第一区	6月 6日(木)	9:30 菰野第一区第一公会所
音 羽	6月 7日(金)	9:30 音羽公会所
竹 成	6月 13日(木)	9:30 竹成区公会堂
		13:30 永井公会所
菰野第三区	6月 14日(金)	9:30 菰野第三区民栄会館

- *申込不要 *参加無料
- 【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

けやき健康相談、栄養相談、歯科相談

- *と き 6月10日(月) 10:00~12:00
- *と ころ けやき2階 健診コーナー和室 *申込不要
- *持 ち 物 健康手帳、健診結果(受診された方)
- *内 容 血圧測定、検尿、体脂肪チェックや体の心配相談、
栄養士による食事の相談、歯科衛生士による歯科相談
- 【問い合わせは】
健康福祉課健康づくり係 TEL391-1126 FAX394-3423

胃がん(集団)、肺がん、結核、大腸がん検診

とき	受付時間	ところ
6月13日(木)	8:00 ~ 10:30	鵜川原地区 コミュニティセンター
6月14日(金)		
6月17日(月)		竹永地区 コミュニティセンター
6月18日(火)		
6月21日(金)		朝上地区 コミュニティセンター
6月26日(水)		
6月27日(木)		

*対象 町内在住の30歳以上の方(平成元年4月1日以前生まれ)

◆胃がん(集団)検診

*持ち物 胃がん検診受診票、受診券、健康手帳

- *注意点 ①前日22時から検査終了まで食事はしないでください。
②当日はお茶、コーヒー、牛乳等の摂取は避けてください(検査開始2時間前までは200ml以内の水または白湯であれば摂取可)。
③当日は検査終了まで喫煙を控えてください。

◆肺がん、結核検診

*持ち物 胸部X線検診受診票、受診券、健康手帳

◆大腸がん検診

*持ち物 検便容器(2日分)、大腸がん検診受診票、受診券、健康手帳

*注意点 申し込みがまだの方は、健康福祉課へ申し込み、検便容器を取りに来てください。

《各検診共通事項》

- ・各種検診料金は下記の表で確認してください。
- ・健康手帳をお持ちでない方には当日交付します。
- ・検診日は混雑が予想されますので、できる限り個人通知指定日の受診をお願いします。
- ・検診を希望する方で受診票等をお持ちでない方は、健康福祉課までご連絡ください。
- ・生活保護世帯の方は無料です。

検診内容	課税世帯			非課税世帯
	69歳まで		70歳以上	
	一般	国保		
胃がん(集団)	1,400円	500円	200円	
肺がん、結核X線検査	無料			
肺がん(喀痰)検査	700円	500円	200円	
大腸がん	900円	500円	200円	

健康ウォークデー

第1水曜日にウォーキングを実施しています。

- *とき 6月5日(水) 9:00集合
*集合場所 町民センター1階 ロビー
*コース 3~4km程度(約1時間)
*持ち物 飲み物、タオル、帽子、雨具、こもの歩きパスポート①②(お持ちでない方には当日お渡しします)
*申込不要 *参加無料
・雨天の場合は集合場所で判断します。防災ラジオでのお知らせはありません。
【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

菰野町芸術文化協会写真展

- *とき 6月8日(土)~16日(日) 9:30~18:00
*最終日は17:00まで
*ところ 図書館1階 ギャラリー *入場無料
【問い合わせは】スポーツ・文化振興会内
芸術文化協会事務局 TEL394-3930 FAX394-1517

重度疾病児童等医療費負担軽減制度

1か月の医療費支払い額が高額となる場合、申請により医療費の一部を助成します。

- *対象者 下記①②をともに満たす方で、対象医療費の1か月の自己負担額合計が1万円を超える方
①福祉医療費受給資格がない
②年齢が18歳に達する日以降の最初の3月31日(4月1日生まれの方は前月末日)まで

※中学生の入院については、保護者の所得が児童手当基準未満の場合は1か月の自己負担額が1万円未満であっても助成対象となります。

*対象医療費 平成30年4月1日以降に保険診療により受診した分

※入院時の食事療養費、平成31年3月受診分までの虫歯治療は対象外

*助成金額 対象医療費の自己負担額1万円/月の超過分(自己負担額が1万円を超える月が年間6か月を超える場合は助成額に5千円/月を加算)

*持ち物 対象者の健康保険証、保険診療点数の記載された領収証、振込先口座のわかるもの、印鑑、限度額適用認定証(交付を受けた方)

- ・月ごとに申請が必要です。
- ・日本スポーツ振興センター災害共済給付制度による医療費の給付がある場合や交通事故などによるけがは助成対象外となります。
- ・他の医療給付制度の対象医療費や健康保険からの高額療養費および付加給付分は対象外となります。
- ・医療費支払い後2年を経過すると申請することができなくなります。
- ・外来の虫歯治療は、平成31年4月1日受診分から対象となります。

【申し込み・お問い合わせは】

住民課保険年金係 TEL391-1121 FAX394-3423

フラメンコ体験

リズムと音楽に合わせて体を動かすフラメンコを体験してみませんか。

- *とき ①6月4日(火)、18日(火) 13:30~14:30
②6月6日(木)、20日(木) 19:30~20:30
*ところ B&G 海洋センター2階 トレーニングルーム
*対象 ①20歳以上の方 ②小学生以上の方
*講師 フラメンコスタジオ エル・アモール 尾崎由香氏
*参加費 1回600円
*持ち物 室内用シューズ、タオル、飲み物
・動きやすい服装でお越しください。

ヨガ棒エクササイズ体験

慢性的な肩こり、首こりなどを棒を使って解消させましょう。

- *とき 6月1日(土)、8日(土)
15:15~16:15
*ところ 南部公民館 研修センター
*講師 ヨガインストラクター 木下 栄美子氏
*対象 20歳以上の方
*受講料 1回600円
*持ち物 タオル、飲み物
・動きやすい服装でお越しください。
【申し込み・問い合わせは】
元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX394-5018

相談無料・要予約・秘密厳守

法律相談

- *とき 6月11日(火) 9:30~15:00
- *ところ けやき1階 ふれあい相談センター
- ・町相談員、社会福祉協議会職員が同席します。
- ・予約受付は6月4日(火) 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、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

普通救命講習 I

いざというときに備えて普通救命講習を受講してみませんか。

- *とき 6月16日(日) 9:00~12:00
- *ところ 朝上地区コミュニティセンター
- *対象 町内在住、在勤または在学の中学生以上の方
- *定員 30名 *受講無料
- *申込期限 6月2日(日)

事業所でお持ちのAED貸し出しのお願い

消防署では「菟野町救命サポート事業所」として、不慮の事故などの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ご協力いただける事業所の募集を行っており、現在町内67か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、ご協力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

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
TEL394-5294 (直通)

一般相談		専門相談	
種別・時間	相談日	種別・時間	相談日
一般何でも相談	7日(金) 10:00~15:00	人権相談	5日(水) 10:00~15:00
心配ごと相談	5日(水) 10:00~15:00	法律相談	11日(火) 9:30~15:00
電話福祉相談	毎週月~金		8:30~17:00

障がい者福祉相談 健康福祉課社会福祉係
(要予約・役場本庁会議室) TEL391-1123 FAX394-3423
障がいの種別に関係なく相談、就労相談を随時承ります。

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

6月 町の行事・催し物

- 1 / (土) ヨガ棒エクササイズ体験
春季ソフトテニス大会(中学生の部)
- 2 / (日) けやきフェスタ2019/春季フットサル大会
春季ソフトテニス大会(一般の部)
- 3 / (月) 健康づくり運動事業(男性のための筋力アップコース)
バランスボール産後ケア講座
女性のための健康づくり体験
- 4 / (火) フラメンコ体験①/わくわく広場(菟野保育園)
みんなの運動サロン(菟野地区コミュニティセンター)
- 5 / (水) 心配ごと相談/人権相談/どろんこ遊びをしよう
認知症巡回個別相談会(オレンジスマイル)
わくわく広場(竹永幼保園)/健康ウォークデー
元気づくり運動教室(福村、大羽根園)
介護予防運動教室(福村、大羽根園)
- 6 / (木) 元気づくり運動教室(菟野第一区、千草)
介護予防運動教室(菟野第一区)
フラメンコ体験②/新聞紙で遊ぼう
みんなの運動サロン(鶴川原地区コミュニティセンター)
- 7 / (金) 一般何でも相談/妊産婦サロン
元気づくり運動教室(音羽、下村)
きらり☆体力アップ教室/にこにこアップ教室
介護予防運動教室(音羽)
- 8 / (土) 菟野町芸術文化協会写真展(~16日まで)
ヨガ棒エクササイズ体験
- 9 / (日) 春季トリムバレーボール大会
- 10 / (月) 健康づくり運動事業(体脂肪燃焼コース)
けやき健康相談、栄養相談、歯科相談
- 11 / (火) 法律相談/わくわく広場(鶴川原幼保園)
にこにこアップ教室/けやきでお茶飲み会
- 12 / (水) 心配ごと相談/人権相談
元気づくり運動教室(大強原)
子育て講座「トイレトレーニングについて②」
- 13 / (木) ぐんぐん広場/元気づくり運動教室(竹成、永井)
各種がん検診(鶴川原地区コミュニティセンター)
みんなの運動サロン(朝上地区コミュニティセンター)
介護予防運動教室(竹成、永井)
- 14 / (金) わくわく広場(千種幼保園)/どろんこ遊びをしよう
各種がん検診(鶴川原地区コミュニティセンター)
元気づくり運動教室(菟野第三区)
介護予防運動教室(菟野第三区)
きらり☆体力アップ教室
- 15 / (土) 第2回よもやま歴史教室

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	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	教育課……………391-1155	郷土資料コーナー……………391-1401	農村センター(こぶき人材センター)……………394-3444
税務課……………391-1115	そだんでんわ(教育福祉)……………391-1158	保健福祉センターけやき……………391-2211	救急医療情報センター……………059-229-1199
議会事務局……………391-1170	社会教育室……………391-1160	子育て支援センターけやき……………391-2214	火災情報・消防テレホンサービス……………393-1919
住民課……………391-1120	大羽根グラウンド……………394-0756	北部子育て支援センター……………396-0707	災害対策本部(災害時に設置)……………391-1111
健康福祉課……………391-1123	消防本部……………394-3211	地域包括支援センターけやき……………391-2220	元気アップのためのスポーツクラブ……………394-5018
子ども家庭課……………391-1124	消防署……………394-3239	地域包括支援センターいきいき	菟野町スポーツ・文化振興会……………394-3930
そだんでんわ(児童福祉)……………391-1128	《各地区コミュニティセンター》	(菟野厚生病院内)……………393-1547	地域子育て支援センターはんの小児科……………393-3000
会計課……………391-1130	菟野……………394-5333	社会福祉協議会(けやき内)……………394-1294	
水道課……………391-1132	鶴川原……………393-2072	わかば作業所……………394-3421	◇福祉FAX
下水道課……………391-1136	竹永……………396-0002	やすらぎ荘……………396-1098	・社会福祉協議会……………394-3422
都市整備課……………391-1138	朝上……………396-0001	菟野町観光協会……………394-0050	・役場庁舎……………394-3423
まちづくり推進室……………391-1141	千種……………393-2052	菟野ふるさと館……………394-0116	・消防署……………394-3424

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

(4) 広報菟野おしらせ版は視覚に障害のある方(障害手帳をお持ちの方)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。