

**健康** 申込不要・参加無料  
元気づくり運動教室

健康運動指導士による軽運動やストレッチ体操などを  
行います(各回1時間半程度)。

| 地区 | とき              | ところ      |
|----|-----------------|----------|
| 杉谷 | 4月16日(火) 13:30～ | 杉谷公会所    |
| 田光 | 4月17日(水) 13:30～ | 田光公会堂    |
| 吉沢 | 4月23日(火) 13:30～ | 吉沢集落センター |
| 潤田 | 4月26日(金) 13:30～ | 潤田集落センター |

☎元気づくり運動のスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018  
☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**健康** 申込不要・参加無料  
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  
間半程度)。



| 地区    | とき              | ところ      |
|-------|-----------------|----------|
| 田口新田  | 4月17日(水) 9:30～  | 田口新田公会所  |
| 宿野    | 4月18日(木) 13:30～ | 宿野公会所    |
| 谷     | 4月24日(水) 9:30～  | 谷公会所     |
| 池底    | 4月25日(木) 9:30～  | 池底集落センター |
| 菰野第二区 | 4月25日(木) 13:30～ | 菰野第二区公民館 |

奥郷 4月26日(金) 9:30～ 奥郷構造改善センター  
☎元気づくり運動のスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018  
☎健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

**健康** みんなで一緒に! SSピンポン

音の出るボールを卓球台のネットを  
くぐらせるように打ち合います。



▶とき 4月27日(土) 13:00～16:30  
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 運動指導室  
▶参加費 100円 ▶持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル

☎元気づくり運動のスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018  
☎健康福祉課社会福祉係 TEL 391-1123 FAX 394-3423

**健康** 令和6年度  
各種がん検診等申し込みのご案内

今年度も皆さんの健康管理に役立つよう各種がん検診  
等を実施します。早期発見、早期治療のために検診を  
受けましょう。

▶対象 平成7年3月31日以前生まれの男性  
平成16年4月1日以前生まれの女性  
▶申込方法 下記①～③のいずれかの方法で申し込み  
※申し込みが重複しないようご注意ください。  
①4月上旬に各世帯へ郵送される「検診予約  
申込書」に必要事項を記入の上、郵送もし  
くは健康福祉課(役場本庁1階)または各  
地区コミュニティセンターへ直接提出  
②検診予約申込書のQRコードから申し込み  
③町ホームページから申し込み  
※年齢などにより受診できな  
い検診もあるため、ホーム  
ページ等から申し込む場合  
は、検診予約申込書を確認  
しながら入力してください。



▶申込期限 4月19日(金) 厳守 町HP  
※申込期限を過ぎると受診券の発送が遅れ、受診日が  
制限される可能性があります。秋以降に実施する検  
(健)診も4月19日までにお申し込みください。  
☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**相談** 相談無料  
歯のこと何でも電話相談

4月18日の「よい歯の日」にちな  
み、「歯のこと何でも電話相談」を  
開設します。歯の悩みに歯科医師が  
直接回答します。お気軽にお電話く  
ださい。



▶とき 4月21日(日) 10:00～15:00  
TEL 059-225-1071 もしくは 059-225-8747  
※相談が集中し、つながりにくい場合があります。  
☎三重県保険医協会 TEL 059-225-1071  
HP 三重県保険医協会ホームページ▶  
☎健康福祉課健康づくり係  
TEL 391-1126 FAX 394-3423



**相談** 相談無料・要予約  
精神科医師による精神保健福祉相談

▶とき 4月24日(水) 13:30～15:30  
▶ところ 三重県桑名庁舎(桑名保健所)  
▶申込期限 4月17日(水) 15:00  
※必ず予約をしてください。  
※保健師によるこころの健康相談は随時承ります。  
☎桑名保健所地域保健課  
TEL 0594-24-3620 FAX 0594-24-3692  
☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**イベント** 第63回日曜野球大会

▶とき 5月12日(日) 開幕  
▶ところ 大羽根東野球場、朝明野球場  
▶申込期限 4月16日(火)  
※出場チームは、スポーツ協会野球部  
会への登録が必要となります。



**イベント** 春季テニス大会

▶とき 5月12日(日) 8:30～  
予備日: 5月19日(日)  
▶ところ 大羽根テニスコート  
▶参加対象 中学生以上  
▶参加費 一般…1,000円/人  
中高生…500円/人  
スポーツ協会加盟者…500円/人  
▶種目 一般男子の部、一般女子の部  
▶申込期限 4月25日(木)



◀各大会共通事項▶  
・各大会に関する詳細は、事務局までお問い合わせくだ  
さい。  
☎スポーツ・文化振興会内 スポーツ協会事務局  
TEL 394-3930 FAX 394-1517  
☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

**イベント** 菰野地区公民館オープン講座  
御在所物語④

「菰野ふるさと映画塾」の紹介とともに、菰野町を舞台  
に撮影された映画の世界へあなたを誘います。  
▶とき 4月25日(木) 9:30～12:00  
▶ところ 菰野地区コミュニティセンターホール  
▶講師 菰野ふるさと映画塾塾長 森 豊氏  
▶内容 ①「Good Luck 恋結びの里」上映  
出演: 山本正成・足立梨花(菰野町出身)  
監督: 瀬木直貴  
2012年菰野ムービー製作上映委員会  
②「菰野ふるさと塾」の取り組みと短編作品  
の上映  
▶受講料 無料(申込不要)

☎菰野地区公民館 TEL 394-5333(月・水・金)  
☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

**情報** 歴史こばなしの  
販売について

町では、菰野町にまつわるこばなしを収録した「歴史  
こばなし」(全8集)を販売しています。  
▶販売場所 役場本庁3階 企画情報課、道の駅 菰野、  
各地区コミュニティセンター  
▶販売価格 1,500円/冊  
☎企画情報課 TEL 391-1105 FAX 391-1188

▶ 広報こもの ◀



2024年4月(後半号) 4月1日発行  
No. 914  
「募集」「イベント」「おしらせ」など  
町からの暮らしに役立つ情報を紹介  
します。 編集・発行 企画情報課

**イベント** 仲間 To Let's ディスクゴルフ 2024  
小学生大会

主催/元気づくり運動のスポーツクラブ  
協力/三重県ディスクゴルフ協会、菰野町スポーツ推進委員会  
ディスクゴルフは、ボール  
の代わりにディスクを使って  
ゴールを狙い、競いあう競技  
です。チームに分かれて得点  
を競います。



▶とき 5月12日(日) 8:30～12:00  
8:15～受付 ※雨天中止  
▶ところ 三滝川ディスクゴルフコース 現地集合  
※駐車場は、三滝川河川敷サッカー競技場東  
をご利用ください。  
▶対象 町内在住の小学生  
▶参加費 220円/人  
▶定員 10チーム(1チーム4名まで)  
※1チームにつき大人1名が必ず付き添って  
ください。  
▶持ち物 運動のできる服装、帽子、飲み物  
※ディスクは貸し出します。  
▶申込期限 5月8日(水)まで  
※参加希望の方は参加費を持参の上、お申し  
込みください。

☎元気づくり運動のスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018  
☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

**情報** 無戸籍でお困りの方へ

令和6年4月1日から民法等の一部を改正する法律が  
成立し、嫡出推定制度が新しくなります。無戸籍のため、  
戸籍に記載するにはどのようにしたらよいかお困りの方  
は、相談・手続き等について、法務省のホームペ  
ージでご確認ください。

また、今回の改正に伴い、改正前に生まれた方やその  
母も令和6年4月1日から1年間に限り、嫡出否認の  
訴えを提起して、血縁上の父ではない者  
が子の父と推定されている状態を解消す  
ることが可能です。対象となる一部の方  
は、訴えを提起できる期間が限定されて  
いるのでご注意ください。



法務省 HP  
☎住民課 TEL 391-1120 FAX 394-3423

| 4月   | 菰野町おしらせカレンダー<br>Information Calendar in Komono Town               |
|------|---|
| 16 火 | 元気づくり運動教室 (杉谷)<br>ぐんぐん広場 / みんなの運動サロン (千種地区)                       |
| 17 水 | 元気づくり運動教室 (田光) / 心配ごと相談<br>介護予防運動教室 (田口新田) / 人権相談                 |
| 18 木 | 介護予防運動教室 (宿野)<br>みんなの運動サロン (鵜川原地区)                                |
| 19 金 | みんなの運動サロン (竹永地区)<br>一般何でも相談 / 上級救命講習会                             |
| 20 土 | ファミサポ相談・登録会   |
| 21 日 | 春季ソフトボール大会 / 普通救命講習会  |
| 22 月 | 親子工作「こいのぼり」   |
| 23 火 | 元気づくり運動教室 (吉沢)<br>みんなの運動サロン (菰野地区)<br>赤ちゃんと産後ママのほっとサロン            |
| 24 水 | ボランティアのための絵本読み聞かせ講座<br>介護予防運動教室 (谷)<br>心配ごと相談 / 人権相談              |
| 25 木 | 菰野地区公民館オープン講座<br>介護予防運動教室 (池底・菰野第二区)<br>こもしか広場 / みんなの運動サロン (朝上地区) |
| 26 金 | 元気づくり運動教室 (潤田)<br>介護予防運動教室 (奥郷) / すくすく広場                          |
| 27 土 | みんなで一緒に！SSピンポン  |
| 28 日 | 三重県民の森で絵本ライブ！   |

| 各種相談コーナー Your worries...   |  |
|--|--|
| 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  |  |
| 一般相談   | 専門相談   |
| 種別・時間 相談日時   | 種別・時間 相談日時   |
| 一般何でも相談 19日<br>10:00～15:00   | 人権相談 17、24日<br>10:00～15:00                         |
| 心配ごと相談 17、24日<br>10:00～15:00   | ※ご相談いただけるのは町<br>内在住の方となります。                        |
| 電話福祉相談 毎週月～金<br>8:30～17:00   | ※土日、祝日はお休みです。<br>TEL 394-5294 (直通)<br>FAX 394-3422 |
| 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<br>月～金 8:30～16:00 (年末年始、祝日除く)<br>TEL 352-0557 |  |
| 津地方法務局四日市支局による人権相談   |  |
| 月～金 8:30～17:15 (年末年始、祝日除く)<br>TEL 353-4365 FAX 353-4367              |  |

4月の納付 固定資産税1期

## 健康 申込不要・参加無料 みんなの運動サロン

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主目的としたサロンです。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介護予防運動を行います。



| とき              | ところ             |
|-----------------|-----------------|
| 4月16日(火)        | 千種地区コミュニティセンター  |
| 4月18日(木)        | 鵜川原地区コミュニティセンター |
| 4月19日(金) 10:00～ | 竹永地区コミュニティセンター  |
| 4月19日(金) 11:00  | (開場9:45)        |
| 4月23日(火)        | 菰野地区コミュニティセンター  |
| 4月25日(木)        | 朝上地区コミュニティセンター  |

▶対象 運動制限がない方  
▶持ち物 セラバンド (ない方は貸し出し可)、飲み物  
・お住まいの地区の運動サロンへ参加してください。  
☎ 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

## イ ベント 申込不要・参加無料 三重県民の森で絵本ライブ!

三重県民の森の芝生広場で、野外絵本ライブを開催します。年齢を問わず楽しめます。保護者の方も一緒にご参加ください。

▶とき 4月28日(日) 11:15～11:45  
▶ところ 三重県民の森 芝生広場  
※雨天時は、自然学習展示館内「みえ森林教育ステーション」で開催  
▶講師 NPO法人ほがらか絵本畑 理事長 三浦伸也氏 (しんちゃん)  
▶定員 約100名  
☎ 三重県民の森 TEL 394-2350 E-mail info@mie-mori.jp  
☎ コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

## 相談 北勢地域若者サポートステーション出張相談所

若者の就労から職場定着までを全面的に支援する「地域若者サポートステーション」出張相談所を開設します。もし、皆さんの近くに悩んでいる方がいたら、「北勢地域若者サポートステーション (ほくサポ)」への相談を勧めてみてはいかがでしょうか。

▶とき 4月17日(水) 10:00～12:00  
▶ところ 農村センター  
▶対象 15歳から49歳までの就労を目指す方、ご家族・関係者も可  
☎ 北勢地域若者サポートステーション  
TEL 059-359-7280 FAX 059-359-7281  
☎ 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

## イ ベント すくすく広場

▶とき 4月26日(金)  
9:30～11:00 随時身体計測  
11:00～11:20 お楽しみ会  
▶ところ 北部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、紙芝居など  
☎ 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707

## 相談 ファミサポ相談・登録会

ファミリーサポートセンターのスタッフ、サポート会員に利用方法等の相談ができ、その場で依頼会員の登録もできます。  
▶とき 4月20日(土) 10:00～11:30  
▶ところ 保健福祉センターけやき 子育て支援センター  
☎ 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

## 情報 一人親家庭等の学生の通学費助成について

経済的負担の軽減と向学心の高揚を図るため、一人親家庭等の子どもに対し、通学費助成を行っています。対象となる方には通知を送付します。助成を希望する方は、子ども家庭課窓口にて申請してください。現在助成を受けている方も毎年4月に申請が必要となります。  
▶対象 高等学校等の通学に公共交通機関等を利用している方  
▶助成額 1か月の運賃(定期券の金額)の1/2 (1か月上限3,500円)  
▶持ち物 ①学生証または在学証明書の写し  
②通学定期券(期限切れのものは不可)の写し  
③受取口座を確認できるもの(通帳など)  
・助成は申請月からです。  
☎ 甲子ども家庭課 TEL 391-1227 FAX 394-3423

## 相談 クペリの子育て無料相談

▶とき 4月20日(土) 9:00～12:30  
▶ところ 北部子育て支援センター  
▶相談員 あおい・桜あおい幼稚園園長 松永高弘氏  
▶相談内容 子育てへの自信、親子関係、不登校等への悩み  
▶申込期間 4月11日(木)～4月17日(水)  
☎ 甲(一社)子ども子育て・教育研究所(クペリ)  
TEL 090-9184-7088 E-mail info@cperi.net  
☎ 甲子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

## イ ベント ぐんぐん広場

▶とき 4月16日(火)  
9:30～11:00 随時身体計測、各種相談  
10:30～10:45 お楽しみ会(手遊び、紙芝居、誕生児の紹介)  
▶ところ 保健福祉センターけやき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  
☎ 子育て支援センター TEL 391-2214 FAX 394-3423

## イ ベント 親子工作「こいのぼり」

簡単な作業でオリジナルこいのぼりを作ります。  
▶とき 4月22日(月) 10:00～11:00  
▶ところ 北部子育て支援センター  
▶対象 就園前の子どもとその保護者  
☎ 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707

## イ ベント 赤ちゃんや産後ママのほっとサロン

▶とき 4月23日(火)  
9:30～11:30 身体計測、各種相談  
10:00～10:30 (1回目)赤ちゃん体操  
ママのリラックス体操  
10:30～11:00 (2回目)赤ちゃん体操  
ママのリラックス体操  
※体操は同じ内容で2回実施します。都合の良い時間帯にお越しください。  
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー  
▶対象 生後6か月までの子どもとその保護者  
▶持ち物 母子健康手帳、飲み物、バスタオル  
またはおくるみ  
※動きやすい服装でお越しください。

## イ ベント こもしか広場

▶とき 4月25日(木)  
10:00～11:00  
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー  
▶対象 就園前の子どもとその保護者  
▶内容 はみがきのやり方、フロスの使い方の相談等、お口の相談  
☎ 甲子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423