

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。

地区	とき	ところ
杉谷	6月18日(火)	杉谷公会所
田光	6月19日(水)	田光公会堂
吉沢	6月25日(火)	吉沢集落センター
潤田	6月28日(金)	潤田集落センター

☎元気アップこものスポーツクラブ 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。

地区	とき	ところ
田口新田	6月19日(水) 9:30～11:00	田口新田公会所
宿野	6月20日(木) 13:30～15:00	宿野公会所
池底	6月27日(木) 9:30～11:00	池底集落センター
菰野第二区	6月27日(木) 13:30～15:00	菰野第二区公民館
奥郷	6月28日(金) 9:30～11:00	奥郷構造改善センター

☎元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018
☎健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

講座 菰野町食生活改善推進員養成講座
参加者募集

食生活を通じた健康づくりのボランティア、通称「ヘルスマイト」を養成するための講座です。健康づくりのための調理実習や講義を年間7回開催します。講座終了後は、菰野町ヘルスマイトとしてボランティア活動に参加することができます。

- ▶**とき** 8月5日(月)、9月2日(月)、10月7日(月)、11月11日(月)、12月3日(火)、2月3日(月)、3月4日(火) 全7回 10:00～14:30(変更となる場合があります)
- ▶**ところ** 保健福祉センターけやき2階 栄養実習室・健康教育室
- ▶**内容** 調理実習と食生活に関する講義
- ▶**対象** ボランティア活動に興味のある18歳以上の方
- ▶**定員** 10名(応募多数の場合は主催者側で抽選)
- ▶**申込期限** 7月31日(水) ▶**参加費** 2,500円

☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

健康 胃がん(集団)、肺がん・結核、
大腸がん検診

とき	ところ
6月19日(水)、20日(木)	竹永地区コミュニティセンター
6月21日(金)	朝上地区コミュニティセンター

- ▶**受付時間** 8:30～11:00
- ▶**対象** 町内在住の30歳以上の方(平成6年4月1日以前生まれ)

健康 子宮頸がん集団検診、
骨粗しょう症検診

- ▶**とき** 6月18日(火)、19日(水)、21日(金)、25日(火)、26日(水)、28日(金)
- ▶**受付時間** 前半13:20～13:50 後半13:50～14:20
- ▶**ところ** 三重北医療センター菰野厚生病院

- 【子宮頸がん集団検診】
- ▶**対象** 町内在住の20歳以上の女性(平成16年4月1日以前生まれ)
- 【骨粗しょう症検診】
- ▶**対象** 町内在住の30歳以上の女性(平成6年4月1日以前生まれ)
※令和4、5年度に受診された方は受診不可

- ◀各種検診共通事項▶
- ・各種検診料金は下記の料金表で確認してください(生活保護世帯の方は無料です)。
 - ・持ち物や注意点等の詳細については、個人通知の案内文書をご覧ください。
 - ・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。
 - ・発熱や咳、倦怠感^{けんたいかん}などの症状がある方は、受診を見合わせてください。
 - ・検診を希望する方で、申し込みをしていない方は健康福祉課までご連絡ください。

検診料金表	課税世帯		非課税世帯
	69歳まで一般	70歳以上国保	
胃がん(集団)	1,400円		
大腸がん	900円		
子宮頸がん(集団)	1,500円	500円	200円
肺がん(喀痰)検査	700円		
肺がん・結核X線検査		無料	
骨粗しょう症		1,000円	

☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

イベント 菰野町芸術文化協会 虹の祭典 2024
梅雨だ! 夏だ! 芸文祭だ!

菰野町芸術文化協会の舞台部門と展示部門による合同発表会です。書道、写真、津軽三味線、日本舞踊など全22団体が舞台発表を行います。

- ▶**とき** 6月15日(土)、16日(日) 10:00～16:00
 - ▶**ところ** 町民センター
 - ▶**入場料** 無料
- ☎スポーツ文化振興会 TEL 394-3930 FAX 394-1517
☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 TEL 328-5995

講座 申込不要・参加無料
盆踊り講習会

- 各地区の盆踊りや町民盆踊り大会のための講習会を開催します。また、希望する団体には練習用DVDを渡します。
- ▶**とき** 6月29日(土) 13:30～15:00頃
- ▶**ところ** 菰野地区コミュニティセンター 多目的ホール

イベント KOMONO DANCE VISION
～ここからはじまるストーリー～

- 全国から集まったダンサーたちのパフォーマンスをお楽しみください。
 - ▶**とき** 6月30日(日) 16:00～17:30
 - ▶**ところ** 町民センターホール(全席指定)
 - ▶**入場料** 300円(前売りあり)
- 詳しくは、おしらせ版6月前半号折込チラシをご覧ください。
- ☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント 夏季テニス大会 団体戦

- ▶**とき** 7月7日(日) 8:30～ 予備日:14日(日)
 - ▶**ところ** 大羽根テニスコート
 - ▶**参加対象** 高校生以上の方(1チーム4名～7名)
 - ▶**参加費** 1チーム4,000円(高校生、スポーツ協会加盟者は1チーム2,000円)
- ※町外在住の方も参加できますが、参加者多数の場合は先着順となります。
- ☎スポーツ文化振興会 TEL 394-3930 FAX 394-1517
☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

情報 令和6年度
教科書展示会

- 令和7年度から使用する中学校用教科書の採択にあたり、保護者や地域の皆さまから感想や意見等をいただくため、中学校用教科書の移動展示会を行います。
 - ▶**とき** 6月21日(金)～6月27日(木) 9:00～16:30 ※土日の開催はありません。
 - ▶**ところ** 役場本庁4階 401会議室
- ☎教育課 TEL 391-1155 FAX 391-1195

▶ 広報こもの ▶
おしらせ版

2024年6月 後半号
「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

6月1日発行
No. 918

講座 男女共同参画事業
ジェーン・スーさん講演会

- 主催/アイリスこもの、菰野町 大人気ラジオ『ジェーン・スー 生活は踊る』のパーソナリティであるジェーン・スーさんの講演会「私らしさは誰のため?」を開催します。
- ▶**とき** 7月14日(日) 13:30～15:00(開場13:00)
 - ▶**ところ** 町民センターホール(全席自由)
 - ▶**参加費** 無料 ▶**定員** 480名
 - ▶**申込方法** 以下のいずれかの方法でお申し込みください。(1人につき2枚まで申込可)
①整理券配付(先着100名)
▶**配布開始** 6月24日(月) 9:00～
▶**配布場所** 役場本庁3階 303・304会議室
②インターネットによる申し込み(先着380名)
6月25日(火) 9:00～
- ▶**託児** 無料(先着15名・生後6か月から小学3年生まで)
※講演会の参加申し込みと併せてご予約下さい。
- ☎企画情報課 TEL 391-1105 FAX 391-1188

イベント けやきフェスタ 2024
福祉と健康のフェスティバル

- 共催/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開催します。
- ▶**とき** 6月23日(日) 9:30～14:30
 - ▶**ところ** 保健福祉センターけやき、福祉公園
 - ▶**内容**
【福祉エリア】福祉体験、バザー販売、活動展示
【保健エリア】血管動脈硬化検査、体脂肪・骨密度測定、入れ歯クリーニング、モバイルファーマシー(移動薬局車両)、乳幼児身体計測
【健康エリア】体力測定、パレトン体験
【公園エリア】キッチンカー、ふわふわ遊具
【その他】ステージ発表、リユースおもちゃ、古本市、プラレール
- 詳しくは、社会福祉協議会広報紙「みんなのふくし」6月号折込チラシをご覧ください。
- ☎社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

6月	菰野町おしらせカレンダー
Information Calendar in Komono Town	
16 日	虹の祭典 / 春季フットサル大会 / 普通救命講習会
18 火	すくすく広場 / 元気づくり運動教室 (杉谷) 子宮頸がん、骨粗しょう症検診 みんなの運動サロン (千種地区)
19 水	子宮頸がん、骨粗しょう症検診 各種がん検診(竹永地区)/元気づくり運動教室(田光) 介護予防運動教室 (田口新田) / 心配ごと相談 人権相談 / 行政相談 / 精神保健福祉相談
20 木	各種がん検診(竹永地区)/介護予防運動教室(宿野) みんなの運動サロン (鵜川原地区)
21 金	教科書展示会(～27日)/わくわく広場(朝上幼保園) 各種がん検診(朝上地区)/みんなの運動サロン(竹永地区) 子宮頸がん、骨粗しょう症検診 / 一般何でも相談
22 土	SSピンポン
23 日	けやきフェスタ 2024
24 月	わくわく広場 (菰野西こども園)
25 火	赤ちゃんと産後ママのほっとサロン 子宮頸がん、骨粗しょう症検診 元気づくり運動教室 (吉沢) みんなの運動サロン (菰野地区)
26 水	子宮頸がん、骨粗しょう症検診 / 消費生活講座 こもっ子サロン / 心配ごと相談 / 人権相談
27 木	こもしか広場 / みんなの運動サロン (朝上地区) 介護予防運動教室 (池底・菰野第二区)
28 金	子宮頸がん、骨粗しょう症検診 介護予防運動教室 (奥郷) 元気づくり運動教室 (潤田)
29 土	盆踊り講習会 / 講演「認知症とともに生きる」
30 日	KOMONO DANCE VISION リサイクルフリーマーケット

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
一般何でも相談	21 日
10:00～15:00	10:00～15:00
心配ごと相談	19日、26日
10:00～15:00	10:00～15:00
電話福祉相談 毎週月～金	※ご相談いただけるのは町 内在住の方となります。 ※土日、祝日はお休みです。
8:30～17:00	
TEL 394-5294 (直通) 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	
月～金 9:15～16:00 (年末年始、祝日除く)	
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)	
TEL 353-4365 FAX 353-4367	

6月の納付 町県民税1期

情報 熱中症の予防

熱中症が発生しやすい季節になってきました。熱中症は適切な水分・塩分補給により防ぐことができます。喉の渇きを感じる前に、こまめに水分・塩分補給を行ってください。

また、日差しの強い日中の外出はできるだけ控え、室内でもエアコンや換気扇を適切に利用し、熱中症にならないように注意してください。

☎ 消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766

講座 参加無料 消費生活講座

全国的に被害が多い振り込め詐欺をテーマに、四日市西警察署の職員を講師に招き、消費生活講座を開催します。

▶とき 6月26日(水) 13:30～

▶ところ 菰野地区コミュニティセンター 第2会議室

▶定員 20名(先着順)

☎ 菰野町消費生活くらしの会 北岡フミ子さん TEL 393-1697

☎ 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

募集 菰野町偉人マンガ「八重姫伝」応援サポーター募集

「八重姫伝」の情報を発信する応援サポーターを募集します。動画作成、SNSへの投稿、ポスターの掲示、自由研究の題材にする、など情報発信の方法に指定はありません。

応援サポーターには八重姫伝のマンガおよび関連品の贈呈を行います。ご希望の方は、町ホームページなどにある登録申請書をコミュニティ振興課(役場本庁2階)に提出してください。

☎ 町ホームページ



情報 スポーツ奨励金の交付

各種スポーツの全国大会や国民体育大会へ出場した場合に奨励金を交付しています。交付を希望する場合は、必要書類を持参の上、コミュニティ振興課(役場本庁2階)で申請してください。

▶必要書類・交付申請書、実績報告書、請求書(コミュニティ振興課にて配付)

- ・印鑑
- ・本人または家族名義の振込先口座番号が確認できる書類(通帳やキャッシュカードの写しなど)
- ・大会内容、結果、出場者が確認できる書類(大会要項など)

※令和6年度受付分より、交付金額は出場に要した費用に関わらず一律となりました。

☎ 上記共通情報

☎ コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント すくすく広場

▶とき 6月18日(火)
9:30～11:00 随時身体計測、各種相談
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 身体計測、手遊び、紙芝居など

☎ 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707

☎ 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント 申込不要 わくわく広場

子育て支援センターのスタッフと一緒に、園庭やホールで楽しく遊びましょう。

ところ	とき
朝上幼保園	6月21日(金) 10:00～11:30
菰野西こども園	6月24日(月)

▶対象 町内に在住する就園前の子どもとその保護者

▶持ち物 飲み物、帽子、着替え

☎ 子育て支援センター TEL 391-2214 FAX 394-3423

☎ 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント 赤ちゃんや産後ママのほっとサロン

▶とき 6月25日(火)
9:30～11:30 身体計測、各種相談
10:00～10:20 (1回目) 赤ちゃん体操
ママのリラックス体操
10:30～10:50 (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 6月27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 はみがきの仕方、フロスの使い方の相談等、お口の相談

・今回のこもしか広場には、ゆるキャラ「こもしか」が遊びにきます。

☎ 上記共通情報

☎ 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント 申込不要・参加無料 こもっ子サロン

親子で気軽に楽しく参加できる「こもっ子サロン」がスタートします。今回のテーマは「みんなで楽しむ音楽会」です。楽器を作り、みんなで演奏して歌いましょう。

▶とき 6月26日(水) 10:00～11:15

▶ところ 保健福祉センターけやき2階 けやきホール

▶対象 就園前の子どもとその保護者

▶内容 楽器づくり、歌、パネルシアター

▶出演 ママフェリーチェ



講座 スマホ講座【防災・詐欺メール編】申し込み期間の変更

おしらせ版6月前半号に掲載しました「スマホ講座【防災・詐欺メール編】(7月16日(火)開催)について、申込期間が下記のとおり変更となりました。

▶申込期間(変更前) 6月10日(月)～7月8日(月)
(変更後) 6月17日(月)～7月8日(月)

※申し込みは先着順です。詳細はおしらせ版6月前半号をご覧ください。

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
6月18日(火)	千種地区コミュニティセンター
6月20日(木)	鵜川原地区コミュニティセンター
6月21日(金) 10:00～11:00	竹永地区コミュニティセンター
6月25日(火)	菰野地区コミュニティセンター
6月27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。

☎ 上記共通情報

☎ 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

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 6月22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

☎ 上記共通情報

☎ 元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018

☎ 健康福祉課社会福祉係 TEL 391-1123 FAX 394-3423

