

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氣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
8月15日(木)	鶴川原地区コミュニティセンター
8月16日(金)	竹永地区コミュニティセンター
8月20日(火) 10:00~11:00	千種地区コミュニティセンター
8月22日(木)	朝上地区コミュニティセンター
8月27日(火)	菰野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

健康 成人男性の風しん無料抗体検査、予防接種

風しんは、感染者の飛まつなどによってうつる感染力が強い感染症です。令和6年度は下記の方が風しんの無料抗体検査および予防接種の対象となっており、無料クーポン券を送付済みです。風しんの発生や、まん延を予防するため、まだ検査を受けていない方は、医療機関または職場等の検診にクーポン券を持参し、検査を受けてください。

- ▶対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
- ▶期間 抗体検査…令和7年2月28日(金) 予防接種…令和7年3月31日(月) ※実施期間は変更となる場合があります。

- ▶料金 無料(無料クーポン券が必要です)
- ・クーポン券の再交付を希望する場合は健康福祉課(役場本庁1階)までお問い合わせください。
- ・風しんの無料抗体検査および予防接種は今年度で終了します。検査等を希望する方は、期間内に受診してください。

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

相談 申込不要・参加無料
出張健康相談

- ▶とき 8月23日(金) 9:30～11:30
- ▶ところ 朝上地区コミュニティセンター
- ▶内容 血圧測定、検尿、体脂肪チェックなどの身体の心配相談、こころの健康相談、栄養士による食事の相談

▶持ち物 健康手帳、健診結果(受診された方のみ)
☎ 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
元氣づくり運動教室

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	8月20日(火)	杉谷公会所
田光	8月21日(水) 13:30~	田光公会堂
潤田	8月23日(金) 15:00	潤田集落センター
吉沢	8月27日(火)	吉沢集落センター

☎ 元氣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	8月21日(水) 9:30~11:00	田口新田公会所
池底	8月22日(木) 9:30~11:00	池底集落センター
菰野第二区	8月22日(木) 13:30~15:00	菰野第二区公民館
奥郷	8月23日(金) 9:30~11:00	奥郷構造改善センター
谷	8月28日(水) 9:30~11:00	谷公会所

☎ 元氣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

健康 地域リハビリテーション
推進事業研修会

主催/ (福) 鈴鹿聖十字会
後援/ 菰野町、菰野町社会福祉協議会
高齢者の方の転倒を予防し、より豊かな生活を送るための研修会を開催します。

- ▶とき 8月31日(土) 13:30～15:30
- ▶ところ 聖十字看護専門学校 講堂
- ▶テーマ 転倒予防のリハビリ～バランス能力を改善する～
- ▶内容 転倒予防の意義についての講演、運動の実技
- ▶講師 四日市大学総合政策学部教授 小泉大亮氏
- ▶対象 健康づくりや運動に関心のある方、高齢者の健康づくりに取り組んでいる医療福祉従事者
- ▶定員 40名(先着順) ▶参加費 無料
- ▶申込期間 8月16日(金)～8月29日(木) ※定員に達し次第、締め切ります。

☎ 介護老人保健施設 聖十字ハイテ TEL 394-5880 FAX 394-5882
☎ 健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

イベント ちびっこマスつかみ大会

- 夏の溪流でマスのつかみ取りを行います。
 - ▶とき 8月3日(土)、10日(土)、17日(土) 10:00～12:00 (雨天および河川の増水時は中止)
 - ▶ところ 朝明観光協会前見返橋上流 マスつかみ池
 - ▶対象 3歳～小学6年生まで(幼児は保護者同伴)
 - ▶参加費 300円(保護者同伴の場合は親子で300円)
- ☎ 朝明観光協会 TEL 393-1786
☎ 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

イベント わっしょい! 北部まつり

- ▶とき 8月28日(水) 9:30～12:00/13:30～16:00
 - ▶ところ 北部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 的あて、魚釣り、スタンプラリーなど
- ☎ 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 第39回
秋季ソフトボール大会

- ▶とき 9月8日(日)、15日(日) 予備日:22日(日)
 - ▶ところ 朝明東西グラウンド
 - ▶対象 高校生以上のチーム
 - ▶参加費 4,000円 (スポーツ協会加盟団体は1,000円)
 - ▶申込締切 8月16日(金)
- ☎ 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

健康 子宮頸がん個別検診と同時受診可能
HPV検査

3年に一度、子宮頸がん個別検診の受診時にHPV(ヒトパピローマウイルス)検査を同時に受けることができます。この機会にぜひ受診しましょう。HPV検査は細胞診検査(子宮頸がん検診)で採取した細胞をそのまま利用するので身体への負担もかからず、がんになる前(前がん病変)の段階でほぼ確実に見つかることができます。

- ▶受診期限 令和7年2月28日(金)
- ▶対象 31歳～64歳の女性で、3年に一度の対象学年(昭和34年度、37年度、40年度……以降、平成4年度生まれまで3歳刻み)に該当する方

・対象の方には申し込みの有無にかかわらず、6月上旬に受診券を送付しました。詳しくは、受診券に同封の通知文をご確認ください。

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

▶ 広報こもの ▶
おしらせ版

2024年8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
8月1日発行 No. 922

イベント 三滝川燈火まつり&菰野町民盆踊り大会

三滝川の河川敷に紙コップで作ったランタンを敷き詰めてライトアップし、夏の夜を幻想的な光で飾ります。盆踊りや夜店、スポーツアトラクションなど盛りだくさんの夏祭りです。

▶とき 8月17日(土) 16:00～21:00(小雨決行)
▶ところ 役場本庁南側河川敷周辺
▶駐車場 役場本庁北側駐車場、けやき北側駐車場、町民センター北・南駐車場、大羽根サッカー場 東側河川敷
※会場周辺は混雑が予想されますのでご注意ください。



【みんなでランタンに火をともしよう】
当日、ランタンの点火に参加できる方は、18:30に河川敷南のランタン会場にお越しください(お子様は保護者同伴)。
・詳しくは、おしらせ版8月前半号折込チラシをご覧ください。
☎ 元氣アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018
☎ コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント 生涯学習登山イベント
「ライフ・イズ・クライミング!」

視力を失ったクライマー 小林幸一郎さんと視覚ガイド 鈴木直也さんが、アメリカのユタ州にあるフィッツシャータワーズの登頂を目指す映画『ライフ・イズ・クライミング!』を上映します。また、上映後には小林幸一郎さんによる講演を行います。

- ▶とき 8月31日(土) 13:30～16:00
- ▶ところ 町民センター ホール
- ▶講師 小林幸一郎氏
- ▶入場料 無料
- ▶定員 480名(先着順)

☎ コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995



申し込みはこちらから

8月 菰野町おしらせカレンダー
Information Calendar in Komono Town

- 16 金 みんなの運動サロン(竹永地区) / 一般何でも相談
- 17 土 三滝川燈火まつり & 菰野町民盆踊り大会
図書館周辺の昆虫たち / ファミサポ登録会
普通救命講習Ⅲ
- 18 日 普通救命講習Ⅰ
- 19 月 わくわく広場(竹永幼保園)
- 20 火 こもっ子サロン / 元気づくり運動教室(杉谷)
みんなの運動サロン(千種地区) / 法律相談
- 21 水 えほん広場 / 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
- 22 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)
- 23 金 すくすく広場 / 出張健康相談
元気づくり運動教室(潤田)
介護予防運動教室(奥郷)
- 24 土 パパママ教室 / SSピンポン
- 26 月 わくわく広場(鶴川原幼保園)
- 27 火 赤ちゃんと産後ママのほっとサロン
元気づくり運動教室(吉沢)
みんなの運動サロン(菰野地区) / スカベンジャーハント
- 28 水 わっしょい! 北部まつり / 介護予防運動教室(谷)
心配ごと相談 / 人権相談
- 31 土 生涯学習登山イベント「ライフ・イズ・クライミング!」
地域リハビリテーション推進事業研修会

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	16日 10:00~15:00	人権相談	21日、28日 10:00~15:00
心配ごと相談	21日、28日 10:00~15:00	行政相談	21日 10:00~15:00
電話福祉相談	毎週月~金 8:30~17:00	※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。	

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

8月の納付 町県民税2期、国民健康保険税2期

情報 犬猫の避妊等の手術費補助金

犬や猫の避妊、去勢には手術費用の助成制度があります(助成額は、犬・猫どちらも同額です)。

▶**申込期限** 令和7年3月31日(月)
※予算枠に達し次第、締め切ります。

	個人の飼い主	第二種動物取扱業者
助成額	メス: 3,000円 オス: 2,500円	メス: 6,000円 オス: 5,000円
補助対象	犬: 町で畜犬登録をし、狂犬病予防法第5条に基づく狂犬病の予防注射を受けていること 猫: 飼い主の住民登録が町にあり、町内で飼養されていること	詳しくは環境課までお問い合わせください。

・手続き方法や申請に必要なものは、手術の実施時期や手術を行う動物病院によって異なりますので、事前に環境課へお問い合わせください。

情報 犬や猫、動物についてのお願い

人と動物が共生できる町となるように、犬や猫など動物の飼い方や接し方について、ご理解とご協力をお願いします。

【犬についてのお願い】

- ・狂犬病予防法により、生後91日以上の犬は取得した日から30日以内に登録をしてください。また、毎年の狂犬病予防注射の接種が必要です。
- ・飼い主の変更や犬の死亡など、登録内容に変更があった場合は届出が必要です。
- ・敷地内でも放し飼いはしないでください。散歩の際はリード等でしっかり管理をしてください。
- ・ふんは飼い主の責任で必ず適切に処理してください。



【猫についてのお願い】

- ・猫を屋外で飼うと他人の敷地内でふんや尿をする、畑や庭を荒らすなど、地域の方の迷惑になります。また、交通事故や感染症等にさらされる危険もありますので、屋内で飼うようにしてください。
- ・飼っていない猫には無責任に餌を与えないでください。自宅で飼うことが難しい場合は「避妊・去勢手術を行う」、「引き取り先を探す」などの方法をご検討ください。



【動物についてのお願い】

- ・ペットに限らず、野良猫などの愛護動物を捨てたり、虐待する行為は犯罪です。違反すると懲役や罰則が科せられます。また、ペットを飼う場合は、最後まできちんと面倒をみるのができるかよく検討してから飼いましょう。

.....上記共通情報.....
問 環境課 TEL 391-1150 FAX 391-1193

イベント 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
竹永幼保園	8月19日(月) 10:00~11:30
鶴川原幼保園	8月26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

イベント えほん広場

▶**とき** 8月21日(水) 10:30~10:50
▶**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
▶**内容** 保育士による絵本の読み聞かせ、手遊び

.....上記共通情報.....
問 子育て支援センター TEL 391-2214 FAX 394-3423
問 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント すくすく広場

▶**とき** 8月23日(金)
9:30~11:00 随時身体測定、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** 身体測定、手遊び、紙芝居など
.....上記共通情報.....
問 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707
問 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント パパママ教室

▶**とき** 8月24日(土) 9:30~11:30
▶**ところ** 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー
▶**対象** 妊婦とその家族
▶**内容** 沐浴体験、妊娠中の歯についての話、妊婦体験

.....上記共通情報.....
問 甲 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

情報 令和6年度下水道排水設備工事責任技術者試験

▶**とき** 12月5日(木) 13:00~
▶**ところ** 三重県総合文化センター
(三重県津市一身田上津部田1234番地)

▶**申込期間** 8月5日(月)~9月9日(月)
※当日消印有効

.....上記共通情報.....
問 甲 (公財) 三重県下水道公社 総務課
TEL 0598-53-2331 FAX 0598-53-4867
問 上下水道課 TEL 391-1136 FAX 391-1194

イベント 申込不要・参加無料
こもっ子サロン

音やリズムを使って、英語であそびましょう。
▶**とき** 8月20日(火) 10:00~11:15
▶**ところ** 保健福祉センターけやき2階 運動指導室
▶**対象** 就学前の子どもとその保護者
.....上記共通情報.....
問 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

イベント こもしか広場

▶**とき** 8月22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** 歯みがきの仕方、フロスの使い方などお口に関する相談



イベント 赤ちゃんや産後ママのほっとサロン

▶**とき** 8月27日(火)
9:30~11:30 身体測定、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)
.....上記共通情報.....
問 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

相談 ファミサポ相談・登録会

ファミサポ(ファミリーサポートセンター)の利用方法の相談や、サポート/依頼会員の登録などを行います。
▶**とき** 8月17日(土) 10:00~11:30
▶**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
.....上記共通情報.....
問 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

相談 クペリの子育て無料相談

▶**とき** 8月24日(土) 9:00~12:00
▶**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、親子関係、不登校などの悩み
▶**申込期間** 8月15日(木)~8月21日(水)
.....上記共通情報.....
問 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
問 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423