

**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
宿野	1月16日(木) 13:30～15:00	宿野公会所
谷	1月22日(水) 9:30～11:00	谷公会所
池底	1月23日(木) 9:30～11:00	池底集落センター
菟野第二区	1月23日(木) 13:30～15:00	菟野第二区公民館
奥郷	1月24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

**健康** ヘルスメイト料理教室

食生活を通して健康づくりを伝えるボランティア、通称「ヘルスメイト」による料理教室を開催します。

- ▶とき 2月19日(水) 10:00～13:00 (受付9:45～)
- ▶ところ 保健福祉センターけやき2階 栄養実習室
- ▶テーマ 「地元食材を使用した減塩料理」
- ▶対象 町内に在住する18歳以上の方
- ▶持ち物 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
- ▶参加費 700円(材料費) ▶定員 20名(先着順)
- ▶申込開始 1月20日(月)

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

**健康** 高齢者インフルエンザ、  
新型コロナワクチン予防接種

- ▶接種期限 1月31日(金)
- ▶対象 ①接種当日65歳以上の方  
②60歳～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身の周りの生活を極度に制限される方(対象の方には通知済み)
- ▶自己負担 インフルエンザワクチン：1,200円  
新型コロナワクチン：2,100円
- ・接種を希望する方は、三重郡および四日市市の指定医療機関へ直接お申し込みください。
- ・三重郡、四日市市以外の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(役場本庁1階)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、接種前に健康福祉課へご連絡ください。
- ・予診票は医療機関窓口にあります。

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

**情報** 高齢者世帯の住宅改修補助

手すりの取り付けなど、住宅改修にかかる費用の補助をします。

- ▶申請期限 1月31日(金)  
※予算枠に達し次第、終了します。
- ▶対象 住民税非課税の70歳以上の方のみで構成された世帯に属する介護認定を受けていない町内在住の方  
※今までにこの事業で補助を受けた方や、すでに改修が終わっている、または始まっている場合は補助対象となりません。
- ※補助を受けるためには事前に申請が必要です。
- ※予算上限に達し次第、締め切ります。



**情報** 65歳以上の要介護・要支援認定者への  
障害者控除対象者認定書

65歳以上で要介護・要支援認定のある方は、障害者手帳等の交付を受けていなくても所得税等の障害者控除が受けられる場合があります。この場合、市町村長から障がい者に準ずる者として「障害者控除対象者認定書」(以下、「認定書」)の交付を受ける必要があります。町では、令和6年12月末時点で町内在住の65歳以上で、要介護・要支援認定のある方の中から、介護認定資料に基づき、対象者へ「認定書」を送付します。なお、障害者手帳等で同等の控除が受けられる場合や、本人または扶養者が非課税で、申告の必要がない場合には「認定書」は不要です。※「認定書」は税申告のみに利用でき、障がい者として福祉サービス等が受けられるものではありません。※障害者控除対象者となる可能性がある方でも、令和6年12月末時点で要介護認定申請中の一部の方や、12月末日までに亡くなった方などへは送付しません。所得税等の申告に必要と思われる方は、申告前下記までお問い合わせください。

上記共通情報

☎健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

**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	1月21日(火)	杉谷公会所
潤田	1月24日(金) 13:30～15:00	潤田集落研修センター
吉沢	1月28日(火)	吉沢集落センター

☎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

**イベント** 第14回  
菟野町民綱引き大会

- ▶とき 2月2日(日) 開会式8:30～
- ▶ところ 体育センター
- ▶対象 町内在住、在勤、在学の方  
男子の部…9名以内で合計体重570kg未満かつ中学生以上の男子または男女で構成するチーム  
女子の部…女子のみの8名(体重制限・申告不要)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認めません。
- ▶参加費 1,000円/チーム  
※スポーツ協会加盟団体は無料
- ▶抽選会 1月23日(木) 19:30～  
町民センター1階 会議室
- ▶申込期限 1月16日(木)  
・大会要項、申込用紙は町民センター、コミュニティ振興課(役場本庁2階)、各体育施設に置いてあります。

**イベント** 第48回  
菟野町駅伝大会

- ▶とき 3月2日(日) レーススタート9:00
- ▶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)  
男子の部：7区間(1区は2周)  
女子の部：5区間
- ▶対象 一般男子…高校生以上の男子または男女で構成するチーム  
一般女子…高校生以上の女子のみで構成するチーム  
中学男子…町内の中学生男子で構成するチーム  
中学女子…町内の中学生女子で構成するチーム
- ▶申込期限 1月29日(水)  
・チーム編成、参加費等の詳細は募集要項をご確認ください。



上記共通情報

☎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

**イベント** 参加無料  
ペップトーク講演会

- スポーツの試合が始まる直前に、監督やコーチが「さあ行ってこい」と選手を激励するスピーチをペップトークといいます。スポーツの現場はもちろん、家庭や学校、職場で使えるペップトークを学んでみませんか。
- ▶とき 2月2日(日) 10:00～12:00
- ▶ところ 町民センター
- ▶講師 日本ペップトーク普及協会理事長 岩崎由純氏
- ▶申込期限 1月22日(水)



申し込みはこちら

☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

▶ 広報こもの ◀



2025年1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



**募集** 任期付職員(保育士・幼稚園教諭)を募集します

令和7年4月1日から勤務いただく任期付職員(保育士・幼稚園教諭)を募集します。

- ▶募集職種 保育士・幼稚園教諭
- ▶募集人数 若干名
- ▶受験資格 保育士資格および幼稚園教諭免許をお持ちの方  
・昭和42年4月2日以降に生まれた方  
・3年以上の実務経験がある方  
・日本国籍を有し、地方公務員法第16条に該当しない方



- ▶申込方法 インターネットによる申し込み
- ▶申込期間 1月10日(金)～1月19日(日) 詳細はこちら

	一次試験	二次試験
とき	2月2日(日) 13:00～	一次試験合格通知の際に指定
ところ	役場本庁	
試験内容	専門試験、総合適性検査	面接、実技試験

☎総務課 TEL 391-1100 FAX 394-3199

**イベント** 郷土文化継承塾

～はそりで炊く「かやくご飯」の作り方を学ぼう～

「かやくご飯」は、菟野村であった頃からの行事食ですが、最近のかまどや「はそり」を使う機会が減っています。郷土の味を守り、次世代に継承していくため、かまどを使って、はそりで炊く菟野町の郷土料理「かやくご飯」の作り方を学びましょう。

- ▶とき 3月30日(日) 11:00～13:00
- ▶ところ 菟野横山邸園(横山家住宅および横山氏庭園)
- ▶講師 菟野はそり会、東海学園大学客員教授 横山陽二氏
- ▶参加費 5,000円 ▶定員 10名
- ▶申込方法 ホームページ「横山陽二 Official site」でイベント内容を確認の上、メールで申し込み
- ▶申込開始 1月15日(水) 詳細はこちら



☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995



1月 菟野町おしらせカレンダー	
Information Calendar in Komono Town	
16 木	介護予防運動教室 (宿野) みんなの運動サロン (鵜川原地区) わくわく広場 (菟野西こども園)
17 金	女性のための健康相談 / 介護者のつどい みんなの運動サロン (竹永地区) / 一般何でも相談 わくわく広場 (菟野幼稚園・東保育園)
18 土	ファミサポ登録会 / 普通救命講習会
20 月	出張スマホ教室 (鵜川原地区)
21 火	元気づくり運動教室 (杉谷) みんなの運動サロン (千種地区)
22 水	介護予防運動教室 (谷) 心配ごと相談 / 人権相談
23 木	介護予防運動教室 (池底・菟野第二区) みんなの運動サロン (朝上地区) / こもしか広場 出張スマホ教室 (朝上地区)
24 金	元気づくり運動教室 (潤田) 介護予防運動教室 (奥郷) / すくすく広場
25 土	絵本かるた会 / ジュニアスキースクール SSピンポン
27 月	ベビーマッサージ体験&産後のリフレッシュ体操
28 火	元気づくり運動教室 (吉沢) 赤ちゃんと産後ママのほっとサロン みんなの運動サロン (菟野地区) 出張スマホ教室 (千種地区)
29 水	心配ごと相談 / 人権相談
30 木	みんなの運動サロン (鵜川原地区)
31 金	みんなの運動サロン (竹永地区) オニのお面を作ろう / 出張スマホ教室 (菟野地区)

**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 17日 10:00~15:00	人権相談 22日、29日 10:00~15:00
心配ごと相談 22日、29日 10:00~15:00	※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。
電話福祉相談 毎週月~金 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	

1月の納付 町県民税4期、国民健康保険税7期

**相談 申込不要・相談無料 女性のための健康相談**

女性のための助産師、管理栄養士による健康相談です。健康に関することなら、気軽にご相談ください。

▶とき 1月17日(金) 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  
☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**募集 町営住宅入居者の募集**

▶募集住宅【福村団地】 2DK (56.5㎡) 2戸 ※1階、2階各1戸 (階は選べません)  
【大羽根団地】 2DK (37.9㎡) 2戸 ※1階  
▶申込資格 下記①~⑥の全てに該当する方  
①町内に住所または勤務先を有する方  
②現在、住宅に困っていることが明らかなる方  
③同居または同居予定の親族がある方  
④菟野町営住宅管理条例に規定する収入基準に該当する方  
⑤連帯保証人を立てることが可能な方 ※連帯保証人の確保が難しい方はご相談ください。  
⑥申込者および同居者、連帯保証人が暴力団員ではない方  
▶提出物 ・町営住宅入居申込書 ※都市整備課(役場本庁2階)で配付します。・85円分の切手(抽選結果通知が必要な方のみ)《仮当選後に提出が必要な書類》  
・住民票の写し(入居予定者全員分)  
・所得課税証明書(令和5年中、収入のある方全員分)  
・在職証明書(町外に住所を有する方のみ)  
▶募集期間 1月20日(月)~1月24日(金) 8:30~17:15  
・申し込み手続きには、申込者本人または本人の事情を十分説明できる方がお越しください。  
・申込者数が募集戸数を上回った場合は、抽選で入居者を決定します。  
・申込者数が募集戸数に満たなかった場合は、1月28日(火)から2月14日(金)までの期間で申し込みを受け付け、受付順に入居者を決定します。なお、入居者決定後に申し込みをした場合は、受付順に補欠当選者となります。

☎都市整備課 TEL 391-1138 FAX 391-1192

**情報 救命サポート事業所 標章交付制度**

消防署では、不慮の事故などの緊急時に救命活動で使用するAED(自動体外式除細動器)の貸し出しに協力していただける事業所を募集しており、現在、町内70か所の事業所が登録されています。さらなる救命の輪を広げるため、ご協力をお願いいたします。

☎消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766



**イベント こもしか広場**

▶とき 1月23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 赤ちゃんと産後ママのほっとサロン**

▶とき 1月28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動きやすい服装でお越しください。  
▶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

☎子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

**情報 確定申告役場臨時会場の予約**

役場本庁と朝上地区コミュニティセンターで確定申告の申告相談会を開催します。相談受付は、インターネットによる完全予約制となります。なお、インターネットを使用できない方は、電話および204会議室(役場本庁2階)で予約を受け付けます。事前予約なしで来場いただいても受付できませんので、ご注意ください。

予約方法や日時などの詳細は、おしらせ版1月前半号の折込チラシまたは町ホームページをご確認ください。

☎税務課 TEL 391-1117 FAX 391-1191



**情報 2025年農林業センサスが実施されます**

農林業を営む方や農山村の実態を明らかにする統計調査「2025年農林業センサス」が、全国一斉に実施されます。1月中旬から2月下旬にかけて、三重県から任命された調査員が農林業を営む方を訪問しますので、調査へのご協力をお願いします。

※調査員は必ず調査員証を携帯しています。※調査票に記入された事項は、統計以外の目的で使用されることはありません。

☎農林水産省 農林業センサス統計第1班 TEL 03-3502-8111  
☎企画情報課 TEL 391-1105 FAX 391-1188



**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

菟野西こども園 1月16日(木) 10:00~11:30  
菟野幼稚園・東保育園 1月17日(金)

▶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 帽子、着替え、飲み物

☎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

**相談 ファミサポ登録会**

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、依頼会員の登録などを行います。

▶とき 1月18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  
☎社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

**イベント クペリの子育て無料相談**

▶とき 1月18日(土) 13:00~17:00  
▶ところ 北部子育て支援センター  
▶対象 あおい・桜あおい幼稚園園長 まつながたかひろ 松永高弘氏  
▶相談内容 子育て、親子関係、不登校の悩みなど  
▶申込期限 1月16日(木)

☎園(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  
☎子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

**イベント すくすく広場**

▶とき 1月24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

**イベント 親子工作 「オニのお面を作ろう」**

▶とき 1月31日(金) 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  
▶内容 のりやペンを使った簡単な工作

☎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

