

情報 熱中症の予防

気温や湿度が高い日は、熱中症に注意が必要です。予防には暑さに体を慣らすこと(暑熱順化)や、自宅の空調設備の動作確認・試運転を行うことが重要です。



暑熱順化には個人差がありますが、数日から2週間程度かかるため、暑くなる前から余裕をもって準備を始めましょう。軽い運動や入浴で汗をかく習慣をつけ、暑さに備えましょう。

消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766

健康 申込不要・参加無料 介護予防運動教室

健康運動指導士による、椅子に座ってできる筋力アップ体操や認知症予防体操を行います。

地区	とき	ところ
田口新田	5月20日(水) 9:30~11:00	田口新田公会所
池底	5月21日(木) 9:30~11:00	池底集落センター
宿野	5月21日(木) 13:30~15:00	宿野公会所
谷	5月27日(水) 9:30~11:00	谷公会所
菰野第二区	5月28日(木) 13:30~15:00	菰野第二区公民館

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	5月19日(火)	杉谷公会所
田光	5月20日(水) 13:30~15:00	田光公会堂
吉沢	5月26日(火)	吉沢集落センター

健康 みんなで一緒に! SSピンポン

- ▶とき 5月23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

講座 防火管理講習(甲種・乙種)

消防法により多数の人が出入りし、勤務または居住する防火対象物には、資格をもつ防火管理者を定め、防火管理上必要な業務を実施しなければならないと規定されています。

- ▶とき 7月9日(木)、10日(金)
※乙種防火管理講習は初日のみの受講、甲種新規講習は2日間の受講となります。
- ▶ところ 湯の山温泉グリーンホテル
- ▶定員 70名
- ▶受講料 甲種:8,000円
乙種:7,000円
- ▶申込期間 6月2日(火)~6月15日(月)



申し込みはこちらから
(一財)日本防火・防災協会HP

申込期間 6月2日(火)~6月15日(月)
開校(一財)日本防火・防災協会
TEL 03-6263-9903 FAX 03-6274-6977
消防本部予防課 TEL 394-3238 FAX 394-5766

イベント 第59回フリーマーケット in こもの

菰野町消費生活くらしの会主催のリサイクルフリーマーケットを開催します。また、出店者の募集も受け付けています。

- ▶とき 5月17日(日) 9:00~13:00
- ▶ところ イオンタウン菰野 けやき防災パーク

【出店者の募集】

- ▶出店料 700円
- ▶申込期間 5月1日(金)~5月10日(日)

開校 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

相談 申込不要・参加無料 女性の健康相談

助産師、管理栄養士による女性のための健康相談です。健康に関することであれば気軽にご相談ください。

- ▶とき 5月15日(金) 9:30~11:30
- ▶ところ 役場本庁2階 205会議室

健康 ウォーキングを实践しましょう

自分の健康は自分で作り、守ることが大切です。ウォーキングは身体面や精神面の健康の保持に効果があり、健康寿命を延ばすことも期待できます。

町では、ウォーキングに適したコースを紹介した「こもの歩きパスポート 健康ウォーキングマップ」を、健康福祉課(役場本庁1階)および各地区コミュニティセンターで配付しています。

「こもの歩きパスポート」には34のウォーキングコースを掲載しています。気分や体力に合わせて日常生活にウォーキングを取り入れてみましょう。

健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

おしらせ版の内容は菰野町のホームページでもご確認いただけます。



イベント 春季ソフトテニス大会

- ▶とき 中学生の部 6月6日(土) 予備日:13日(土)
一般の部 6月14日(日) 予備日:21日(日)
- ▶ところ 大羽根テニスコート
- ▶参加費 中学生の部...300円/人
一般の部...1,000円/人
(スポーツ協会加盟者...600円/人)
- ▶申込期限 5月27日(水)



イベント 春季フットサル大会

- ▶とき 6月7日(日) 開幕式8:30~
- ▶ところ 体育センター
- ▶参加対象 町内在住、在勤の19歳以上の男性または男女で構成するチーム(5名以上15名以内)
- ▶参加費 1チーム9,000円(スポーツ協会加盟団体は1チーム6,000円)
- ▶チーム数 12チーム(先着順)
- ▶申込期限 5月21日(木)



イベント 第19回 春季トリムバレーボール大会

- ▶とき 6月14日(日) 9:00~
- ▶ところ 体育センター、B&G海洋センター
- ▶参加費 3,000円 ※スポーツ協会加盟団体は無料
- ▶申込期限 5月21日(木)

募集 第30回記念鈴鹿山麓菰野町俳句大会 応募句募集

鈴鹿山麓菰野町俳句大会の応募句を募集します。

- 【一般応募】
- ▶応募句 当季雑詠 3句1組(未発表のもの)
- ▶投句料 1組1,000円(幾組でも可)

- 【記念特別賞】
- ▶対象 三十代賞 30代の方
寿賞 90歳以上の方
- ▶応募句 当季雑詠 1句(未発表のもの)
- ▶投句料 無料

- ▶締切 5月31日(日) 消印有効
- ▶投句先 町民センター1階 菰野町芸術文化協会事務局
- ▶表彰 大会当日
特選句6名、特別賞2名、高点句5名程度

【第30回記念鈴鹿山麓菰野町俳句大会】

- ▶とき 7月11日(土)
- ▶ところ 町民センターホール
- ※記念講演会や当日句の受付もあります。

上記共通情報

開校 スポーツ・文化振興会 TEL 394-3930 FAX 394-1517

おしらせ版

2026年5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

講座 申込不要・高校生以下無料 第1回 よもやま歴史教室

- ▶テーマ 良寛と一休の生き方
~生死を超えた男と反逆風狂の男~
- ▶とき 5月16日(土) 14:00~16:00
- ▶ところ 役場本庁4階 会議室 ▶受講料 300円
- ▶講師 日本文学研究家 河原徳子氏
・詳細はおしらせ版5月前半号折込チラシをご覧ください。
- 開校 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント 男女共同参画推進事業 精神科医 Tomy さん講演会

共催/アイリスこもの、菰野町
メディアにも多数出演する精神科医 Tomy さんを迎え、講演会を開催します。「男女共同参画」の第一歩は、自分を好きになること。自己愛を土台にした、新しい共生の形を提案します。

- ▶テーマ 自分を肯定する練習帖
- ▶とき 6月27日(土) 13:30~15:00
- ▶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整理券配付(先着150名)

▶配付開始 5月28日(木) 9:30~

▶配付場所 役場本庁3階 会議室

②インターネットによる申し込み

(先着330名)

5月29日(金) 9:00~

▶託児 無料(先着12名)

※生後6か月から小学3年生まで

※参加申し込みと併せてご予約ください。

開校 企画情報課 TEL 391-1105 FAX 391-1188

イベント 空手教室無料体験

- ▶とき 5月19日(火)、24日(日) 19:00~20:00
- ▶ところ 菰野中学校 武道場
- ▶持ち物 飲み物、タオル
※運動ができる服装でお越しください。

開校 日本空手協会菰野スポーツ少年団 北出さん

TEL 090-3446-3006

開校 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

5月	菟野町おしらせカレンダー Information Calendar in Komono Town
15 金	女性の健康相談 / みんなの運動サロン(竹永地区) はいはいレース
16 土	菟野江名さん講演会 / よもやま歴史教室 ファミサポ登録会 / 普通救命講習 I
17 日	6人制バレーボール大会
18 月	どろんこ遊び
19 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 (杉谷)
20 水	ボランティアのための絵本読み聞かせ講座 わくわく広場 (竹永幼保園) / 心配ごと相談 元気づくり運動教室 (田光) / 行政相談 介護予防運動教室 (田口新田) / 人権相談
21 木	子育てサロンこっこ。 (竹永地区) みんなの運動サロン (鶴川原地区) 介護予防運動教室 (池底・宿野)
22 金	わくわく広場 (菟野東こども園) みんなの運動サロン (千種地区)
23 土	SSピンポン
25 月	ベビーマッサージ&産後のリフレッシュ体操 すすく広場
26 火	みんなの運動サロン (菟野地区) 元気づくり運動教室 (吉沢)
27 水	こもっ子サロン / 心配ごと相談 介護予防運動教室 (谷) / 人権相談 とも歯か広場
28 木	みんなの運動サロン (朝上地区) 介護予防運動教室 (菟野第二区)
29 金	わくわく広場 (鶴川原こども園)

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
心配ごと相談 20日、27日 10:00～15:00	行政相談 20日 10:00～15:00
電話福祉相談 毎週月～金 8:30～17:00	人権相談 20日、27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。

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 9:00～17:00 (年末年始、祝日除く) TEL 353-4365 FAX 353-4367

5月の納付 軽自動車税

情報 相続登記申請の義務化

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。相続によって不動産を取得した相続人は、その所有権の取得を知った日から3年以内に相続登記の申請をする必要があります。また、義務化前の相続も対象となり、令和9年3月末までに登記する必要があります。

詳しくは、町ホームページをご確認いただくか、津地方法務局四日市支局にお問い合わせください。

町 HP 

津地方法務局四日市支局 TEL 059-353-2237 国税務課 TEL 391-1116 FAX 391-1191

情報 木造住宅無料耐震診断

町では自分の家の耐震性を知り、災害に備えてもらうため、木造住宅の無料耐震診断を行っています。大地震による家屋の倒壊から身を守るためにも、住まいの耐震性を確認しましょう。

▶対象住宅 下記の全てを満たす住宅

- ①昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- ②階数が3階以下のもの
- ③木造の在来工法の住宅 (在来軸組工法、伝統的構造、枠組壁工法)


▶募集件数 20件 (先着順)

▶申込期間 5月15日(金)～5月29日(金)

・鉄骨造、鉄筋コンクリート造、ツー・バイ・フォー工法、丸太組工法、プレハブ工法などの住宅は対象外です。

・昭和56年6月1日以降に増築された部分は、既存建物と構造が一体の場合は、建物全体にて判断します。

・診断申し込みは町ホームページに掲載されている申込書をダウンロードしていただくか、都市整備課まちづくり推進室(役場本庁2階)または各地区コミュニティセンターにある申込書に必要事項を記入し、建築年が確認できる書類(建築確認申請等)、住宅の間取り図を添えて提出してください(郵送可)。

申し込み用紙は  こちらから

情報 耐震補強工事・耐震補強設計の一部助成

これまでに木造住宅無料耐震診断を受けた方は、下記の要件を満たした場合、耐震補強工事等の補助を受けることができます。

詳細は工事等の着手前にお問い合わせください。

▶対象住宅 木造住宅無料耐震診断を受けた住宅

▶対象工事 耐震診断の結果が「倒壊する可能性が高い住宅」を「一応倒壊しない住宅」にする補強工事

・補強工事と同時に実施するリフォーム工事費用や除却工事費用の一部を助成する制度もあります。

上記共通情報

町 HP まちづくり推進室 TEL 391-1141 FAX 391-1192

イベント だろんこ遊び

砂や水や泥の感触を子どもたちと一緒に楽しみましょう。

▶とき 5月18日(月) 10:00～11:30

▶ところ 北部子育て支援センター 砂場

▶対象 就園前の子どもとその保護者

▶持ち物 飲み物、帽子、着替え、タオル

※雨天の場合は中止します。

イベント 赤ちゃん産後ママのほっとサロン

▶とき 5月19日(火)

9:30～11:00 身体計測、各種相談
10:00～10:15 親子ふれあい遊び(1回目)
10:30～10:45 親子ふれあい遊び(2回目)

※ふれあい遊びは同じ内容で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 北部子育て支援センター

▶対象 生後8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 すすく広場

助産師、看護師、栄養士に育児に関する相談ができます。また、保育士と一緒に遊びを楽しむ時間もあります。

▶とき 5月26日(火)

9:30～11:00 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

上記共通情報

町 HP 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707

イベント わくわく広場

保育士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	5月20日(水)
菟野東こども園	5月22日(金) 10:00～11:30
鶴川原こども園	5月29日(金)

▶対象 町内在住の就園前の子どもとその保護者

▶持ち物 帽子、飲み物、着替え、タオル

町 HP 子育て支援センター TEL 391-2214 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 5月16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

イベント 申込不要・参加無料 子育てサロン こっこ。

ゆったり過ごせるサロンです。親子での参加はもちろん、大人だけの参加もお待ちしています。参加された方には、ささやかなプレゼントがあります。

▶とき 5月21日(木) 9:45～11:00

▶ところ 竹永地区コミュニティセンター

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サロンです。

▶とき 5月27日(水) 10:00～11:00

▶ところ 保健福祉センターけやき2階 運動指導室

▶対象 就園前の子どもとその保護者

▶内容 英語あそびとペビトレヨガ

※動きやすい服装でお越しください。

上記共通情報

町 HP 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

イベント こも歯か広場

歯科衛生士に子どものお口に関する相談ができます。

▶とき 5月28日(木) 9:45～11:00

▶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の相談

町 HP 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

相談 クペリの子育て無料相談

▶とき 5月23日(土) 13:30～16:00

▶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 まつながたかひろ

▶相談内容 子育て、親子関係、不登校等の悩みなど

▶申込期限 5月20日(水)

町 HP (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

町 HP 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423