



秋の読書スタンプラリー

秋の読書週間にちなんでスタンプラリーを行います。

- ▶ **と き** 10月10日(土)～11月23日(月)
- ▶ **と ころ** 図書館
- ▶ **定 員** 小学生以下70名、中学生以上50名(先着順)
- ▶ **申込期間** 10月10日(土)～11月15日(日)



おとなのための朗読会 「おはなしの小箱」

朗読アーティストの松岡由香さんによる朗読会です。

- ▶ **と き** 10月28日(水) 10:00～11:30
- ▶ **と ころ** 図書館2階 交流ラウンジ
- ▶ **定 員** 30名(先着順)
- ▶ **申込期間** 10月7日(水)～10月25日(日)

上記共通情報

問 図書館 TEL 391-1400 FAX 394-4433



第55回 僧兵まつり

主催 / 僧兵まつり実行委員会 後援 / 菰野町

重さ600キロの神輿を担ぎ、湯の山温泉街を練り歩く県下最大の火祭りです。タレントショー、僧兵太鼓、打ち上げ花火を予定しています。

- ▶ **と き** 10月4日(日) 17:00～22:00
 - ▶ **と ころ** 御在所ロープウェイ駐車場「まつり広場」
- ※お越しの際はできる限り公共交通機関をご利用ください。

問 湯の山温泉協会 TEL 392-2115

掲 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193



こもガク祭 2026

主催 / こもガク祭実行委員会 後援 / 菰野町

10周年を迎える「こもガク祭」。メイン会場では参加型の体験や食事が楽しめるほか、町内各地では現地ならではのさまざまな体験ができます。

- ▶ **と き** 10月24日(土)、25日(日) 10:00～15:00
- ▶ **と ころ** 体育センター、町内各所

※詳細は折込チラシまたはホームページをご覧ください。

問 こもガク祭実行委員会事務局(菰野町商工会内)

TEL 393-1050

掲 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193



詳しくはこちら
(イベントHP)



10月25日(日) 大会開催に伴う交通規制

第22回全国ジュニア自転車競技大会の開催に伴い、四日市市水沢地区西部・桜地区リサーチパーク付近一帯が通行止めとなります。付近を通行する際はご注意ください。

- ▶ **と き** 10月25日(日) 8:30～16:00(雨天実施)

問 四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル実行委員会事務局

TEL 354-8482 FAX 354-8483

掲 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

広報こもの



2026年10月 前半号

「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



第47回 菰野町戦没者を追悼し 平和を祈念する式典

共催 / 菰野町、菰野町遺族会

- ▶ **と き** 10月3日(土) 13:30～

- ▶ **と ころ** 町民センター ホール

※どなたでも参加できます。

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



KOMONO えほんマルシェ

主催 / 絵本の町づくり文化プロジェクト実行委員会、菰野町

- ▶ **と き** 10月12日(月・祝) 10:00～14:00

- ▶ **と ころ** 福祉公園

- ▶ **内 容** グッズや食べ物等の販売、ワークショップなど

【絵本コンクール応募作品展示】

応募作品を展示し、人気投票を行います。

- ▶ **と き** 10月11日(日)～12日(月・祝)

- ▶ **と ころ** 図書館1階 ギャラリー



秋季テニス大会

- ▶ **と き** 10月18日(日) ※予備日:10月25日(日)

- ▶ **と ころ** 大羽根テニスコート

- ▶ **対 象** 中学生以上

- ▶ **種 目** 一般男子の部、一般女子の部

- ▶ **参加費** 一般:1,000円/人

中高生、スポーツ協会加盟者:500円/人

- ▶ **申込期限** 10月1日(木)



上記共通情報

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



参加無料 パラスポーツ教室 三泗地区

- ▶ **と き** 11月8日(日) 10:00～12:00

- ▶ **と ころ** B&G 海洋センター 体育館

- ▶ **対 象** 障がいのある方(付き添いの方も参加可)

- ▶ **種 目** ボッチャ、風船バレー、フライングディスクなど

- ▶ **持ち物** 室内シューズ、飲み物、タオル
※動きやすい服装でお越しください。

- ▶ **定 員** 30名(先着順)

- ▶ **申込期限** 10月29日(木)

問 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

イベント ぐんぐん広場

- ▶と き 10月1日(木)
9:30～11:00 身体計測、各種相談
10:30～11:00 お楽しみ会、お誕生会
- ▶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
- ▶内容 身体計測、手遊び、親子ふれあい遊び等
- 園 子育て支援センター TEL 391-2214 FAX 394-3423

イベント 木で遊ぼう

- 木のおもちゃで自由に遊べます。
- ▶と き 10月2日(金)、3日(土) 9:00～16:00
- ▶ところ 北部子育て支援センター 多目的ルーム
- ▶対象 就園前の子どもとその保護者

イベント おはなし広場

- ▶と き 10月8日(木) 10:30～11:00
- ▶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

イベント はいはいレース

- ▶と き 10月13日(火) 11:00～
- ▶ところ 北部子育て支援センター 多目的ルーム
- ▶対象 はいはいができる子どもとその保護者
- ※受付は10:50までに済ませてください。
- 上記共通情報
- 園 北部子育て支援センター TEL FAX 396-0707

イベント パパママ教室

- ▶と き 10月6日(火) 13:30～15:30
- ▶ところ 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー
- ▶対象 町内在住の妊婦とその家族
- ▶内容 沐浴体験、妊娠中の歯についての講話、家族による妊婦体験
- ▶申込期限 10月1日(木)
- ▶持ち物 母子健康手帳、飲み物、タオル
- 申し込みは
こちらから

イベント 赤ちゃん和産後ママのほっとサロン

- ▶と き 10月14日(水)
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。
- ▶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。
- 上記共通情報
- 園 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント おかえり けやき！！

- 7月から休館していた保健福祉センターけやきが再開することを記念し、「おかえり けやき!!」を開催します。
- ▶と き 10月1日(木)、2日(金)
9:30～11:30、13:30～15:30
- ▶ところ 保健福祉センターけやき1階
- ▶内容 ガラガラ抽選会、eスポーツ体験会、専門職と考える健康づくりコーナー、赤い羽根共同募金コーナー

イベント 申込不要・参加無料 けやきでお茶のみ会

- 認知症予防のためのレクリエーションや簡単な体操をしたり、おしゃべりをします。
- ▶と き 10月13日(火) 13:30～15:00
- ▶ところ 保健福祉センターけやき
- ▶内容 脳トレや簡単なレクリエーションなど
- ▶持ち物 飲み物

講座 受講無料 パピ♡ママ講座

- 【第1部】
- ▶テーマ 子どものほめ方・しかり方
- ▶講師 NPO法人MCサポートセンター
みくみえ 代表 松岡典子氏
- ▶と き 10月30日(金) 10:00～11:45
- 申し込みは
こちらから
- 【第2部】
- ▶テーマ 子どもから学ぶしあわせの見つけ方
- ▶講師 ほがらグループ 代表 三浦伸也氏
- ▶と き 11月9日(金) 10:00～11:45
- 申し込みは
こちらから
- ＜共通事項＞
- ▶ところ 保健福祉センターけやき2階
- ▶対象 小学生以下の子どもを子育て中の方
- ▶定員 各回15名(両部参加可)
- ▶申込期限 10月21日(水)
- ▶託児 無料(事前申込が必要です)
- ・11:15～11:45はカフェタイムを設けます。
- 上記共通情報
- 園 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

講座 県民公開講座

- ▶テーマ 「デジタル時代の子どもたちをどう守る?～海外の動きから考える心とウェルビーイング～」
- ▶と き 11月29日(日) 13:30～15:30
- 申し込みは
こちらから
- ▶ところ 三重県総合文化センター 男女共同参画棟3階 セミナー室C(津市一身田上津部田1234)
- ▶講師 スマホ依存防止学会代表 磯村 毅氏
- ▶定員 100名
- ▶申込期間 9月24日(木)～11月27日(金)
- 園 三重県こころの健康センター(三重県自殺対策推進センター)
TEL 059-223-5243 FAX 059-223-5242
- 園 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

健康 参加無料 しなやかシニア介護予防教室

- 高血圧や腰痛などの持病とうまく付き合いながら、ずっと元気であるためのヒントを学んでみませんか。
- ▶と き 10月20日(火)から12月3日(木)までの全7回(火・木曜日のいずれかで週に1回程度)
- ▶ところ 保健福祉センターけやき1階
- ▶対象 町内在住の60歳以上の方
- ※昨年度受講された方の申し込みはお控えください。
- ▶定員 25名(先着順)
- ▶申込期間 10月5日(月)～10月9日(金)
- ※詳細は健康福祉課設置のチラシをご覧ください。
- 園 健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

イベント オクトーバー・ラン&ウォーク 2026 全国市区町村対抗戦

- スマートフォン専用アプリを使い、1か月間の歩数と走行距離をさまざまなランキングで競います。家族や仲間と、地域一丸となって10月は歩こう!走ろう!
- ▶開催期間 10月1日(木)～31日(土)
- ▶競技方法 スマートフォンアプリ『スポーツタウン WALKER』、『TATTA』を利用して計測した歩数や走行距離をさまざまな項目で競う
- ▶申込方法 専用アプリをダウンロードし、アプリ内から申し込み
- ▶参加費 無料 ▶申込期限 10月31日(土)
- 園 オクトーバー・ラン&ウォーク大会事務局
- E-mail october@runners.co.jp
- 園 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント 入場無料 映画「オレンジ・ランプ」上映会

- 認知症に対する正しい知識の普及・啓発のため、映画「オレンジ・ランプ」の上映会を開催します。
- ▶と き 10月24日(土)10:00～12:00(9:30受付開始)
- ▶ところ 保健福祉センターけやき2階 けやきホール
- ▶対象 町内在住の方 ▶定員 100名
- ▶申込期限 10月5日(月)～10月16日(金)
- 園 菰野町地域包括支援センター
TEL 391-2220 FAX 391-2219
- 園 健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

健康 臓器移植普及推進月間

- 臓器移植は、広く社会に理解と支援があって成り立つ医療です。一人ひとりが臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示をしておくことが大切です。運転免許証やマイナンバーカードの意思表示欄に、ぜひ記入しておきましょう。
- 園(公財)三重県角膜・腎臓バンク協会
TEL 059-224-2333(平日8:30～17:15)
- 園 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

健康 乳がん集団検診 マンモグラフィ(レントゲン撮影)

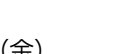
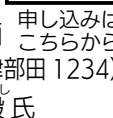
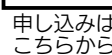
- ▶と き 10月5日(月)、8日(木)、16日(金)
- ▶ところ 朝上地区コミュニティセンター
- ▶受付時間 9:00～11:00、13:30～15:00
- ▶対象 町内在住で昭和61年4月1日以前生まれの女性
- ※30歳～39歳の方を対象とした超音波撮影(エコー検査)は11月から実施します。詳細はお知らせ版11月前半号に掲載します。
- ※乳がん個別検診の受診券をお持ちの方で集団検診をご希望の方は、当日金額を変更します。
- ※大腸がん検診も同時に実施します。ご希望の方は検便容器(2日分)、受診券、受診票をお持ちください。

健康 申込不要・参加無料 健康ウォークデー

- 第1水曜日を「健康ウォークデー」とし、ウォーキングを行っています。仲間を見つけて、ウォーキングを楽しい習慣にしませんか。
- ▶と き 10月7日(水) 9:00 集合
- ▶集合場所 役場本庁 西玄関前
- ▶持ち物 飲み物、タオル、帽子、雨具(雨天時)、こもの歩きパスポート、(持っていない方には当日配布)
- ※雨天時や警報・熱中症警戒アラート発表時は中止となります。防災ラジオでのお知らせはありません。

健康 高齢者インフルエンザ、新型コロナ予防接種

- 高齢者の方のインフルエンザ予防接種および新型コロナ予防接種の費用を一部助成します。予防接種は発症や重症化の予防を目的としています。
- 接種後は接種部位の痛み、倦怠感、発熱、頭痛、関節痛などが生じることがあります。発症予防効果と副反応の双方を正しく理解した上で接種してください。
- ▶接種期間 10月1日(木)～令和9年1月31日(日)
- ※医療機関によって受付時期が異なる可能性がありますので事前にご確認ください。
- ▶対象 ①接種当日65歳以上の方
②一定の基礎疾患※を有する60歳～64歳の方
- ※心臓、腎臓、呼吸器機能、または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
- ▶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:4,700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、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。
- 上記共通情報
- 園 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423



10月

菰野町おしらせカレンダー

Information Calendar in Komono Town

1 木	ぐんぐん広場 / 元気づくり運動教室 (千草) おかえりけやき!! / 介護予防運動教室 (菰野第一区) みんなの運動サロン (鵜川原地区) 子育てサロンこっこと。(朝上地区)
2 金	木で遊ぼう / おかえりけやき!! / 介護予防運動教室 (音羽) みんなの運動サロン (竹永地区) / 一般何でも相談 子育てサロンこっこと。(菰野地区)
3 土	戦没者を追悼し平和を祈念する式典 / 木で遊ぼう
4 日	秋季卓球大会
5 月	乳がん集団検診
6 火	パパママ教室 / みんなの運動サロン (千種地区)
7 水	健康ウォークデー / ヘルス메イト料理教室 点字ボランティア入門講座 / 心配ごと相談 介護予防運動教室 (福村・大羽根園) 子育てサロンこっこと。(千種地区) / 人権相談
8 木	おはなし広場 / 乳がん集団検診 介護予防運動教室 (竹成・永井) 子育てサロンこっこと。(鵜川原地区)
9 金	上級救命講習 / フードパントリー&相談会 みんなの運動サロン (朝上地区)
10 土	秋の読書スタンブラリー (~ 11/23) フードパントリー&相談会
11 日	パドミントン大会 / 絵本コンクール応募作品展示 (~ 12日)
12 月	KOMONO えほんマルシェ
13 火	せせらぎの湯 女性限定利用日 / はいはいレース 応急手当普及員講習 (~ 15日) / 法律相談 けやきでお茶のみ会 / みんなの運動サロン (菰野地区)
14 水	赤ちゃんと産後ママのほっとサロン 点字ボランティア入門講座 / SSピンポン 心配ごと相談 / 人権相談
15 木	お元気サポーター養成講座 みんなの運動サロン (鵜川原地区) 子育てサロンこっこと。(竹永地区)

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 2日	人権相談 7日、14日
10:00 ~ 15:00	10:00 ~ 15:00
心配ごと相談 7日、14日	法律相談 (要予約) 13日
10:00 ~ 15:00	9:30 ~ 15:00
電話福祉相談 毎週月~金	
8:30 ~ 17:00	

※法律相談の予約の受付は10月6日(火)8:30から、電話・受付窓口にて行います。

※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

10月の納付 町県民税3期、国民健康保険税4期

イベント

第17回 全日本語りの祭り

in 三重県菰野町・湯の山温泉 (全体会)

主催 / NPO 法人全日本語りネットワーク 協力 / 菰野町

▶と き 10月4日(日) 14:00 ~ 16:00

▶ところ 町民センター

▶入場料 500円 (菰野町民無料)

問 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

相談

相談無料・要予約・秘密厳守

弁護士による法律相談

▶と き 10月13日(火) 9:30 ~ 15:00

▶ところ 保健福祉センターけやき1階 ふれあい相談センター

▶申込開始 10月6日(火) 8:30 ~

※定員に達し次第、締め切ります。

※相談時間の指定はできません。

※弁護士の判断で相談をお断りする場合があります。

※当日は町相談員、社会福祉協議会職員が同席します。

問 申 ふれあい相談センター TEL 394-5294 FAX 394-3422

講座

受講無料

普通救命講習 I

▶と き 10月18日(日) 9:00 ~ 12:00

▶ところ 朝上地区コミュニティセンター

▶内 容 AEDの取り扱い、心肺蘇生法

▶対 象 町内に在住・在勤・在学の中学生以上の方

▶定 員 20名 ▶申込期限 10月4日(日)

問 申 消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766



申し込みはこちらから

募集

第60回フリーマーケットinこもの

出店者募集

▶と き 11月1日(日) 9:00 ~ 14:30

▶ところ 菰野町文化祭 食と文化のフェスティバル会場内

▶対 象 町内在住の方

▶出店料 700円 ▶申込期限 10月2日(金)

問 申 菰野町消費生活くらしの会 北岡フミ子さん

TEL 393-1697

掲 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

情報

公証週間

10月1日から7日までは公証週間です。

お金の貸し借りや不動産の売買、遺言書などは、後々のトラブルを防ぐため「公正証書」にしておくことがおすすめです。公正証書には、法律によっていろいろな力が認められており、紛失や書き換えの心配もありません。

公正証書についての相談は無料です。また、その内容を他人に知られることは絶対にありません。詳細は公証役場へお尋ねください。

問 四日市公証人合同役場 TEL 059-353-3394

掲 企画情報課 TEL 391-1105 FAX 391-1188