

みんなの未来にわくわくを

もし今、地震がやってきたら。
津波がやってきたら。
何をすればいいか、知っていますか。

災害対策用
プライベートルーム

桑
名
市

特集

南海トラフ地震に備えよう
災害時広域避難計画って？

南海トラフ地震に備えよう 災害時広域 避難計画って？

南海トラフ地震などの大きな地震が起こり、津波が発生するなどしたら、あなたはどうしますか。9月1日は防災の日。いざという時に備えて準備しておきましょう。

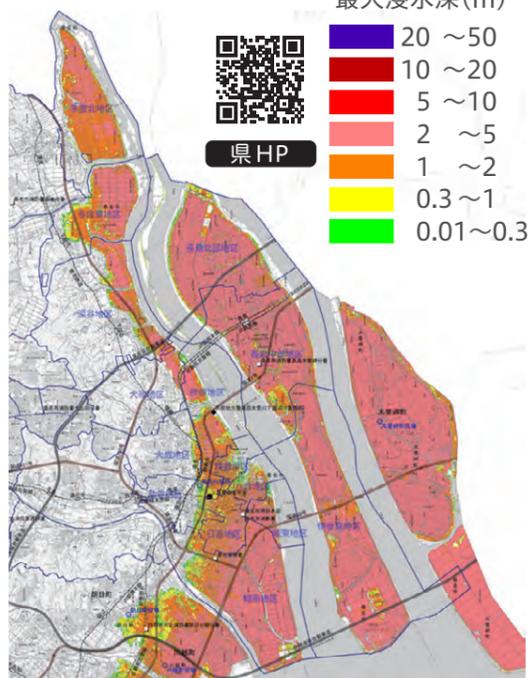
問 この記事については秘書広報課(☎24-1492 FAX 24-1119)

南海トラフ地震想定震源域



南海トラフ地震とは、駿河湾(静岡県)の沖合)から日向灘沖(宮崎・大分県の沖合)にかけてのプレート境界を震源域として、繰り返し発生してきた大規模地震のこと。100〜150年間隔で発生しており、前回の南海トラフ地震(昭和東南海地震「1944年」)および昭和南海地震「1946年」が発生してから約80年が経過しているため、次の南海トラフ地震がいつ起ころうともおかしくありません。政府の中央防災会議による被害想定を見ると、桑名市は震度6強という強い揺れに襲われる可能性があります。また、太平洋沿岸の広い地域に10mを超える大津波の襲来が想定されているのです。

津波浸水想定図



災害時広域避難計画とは、大きな地震に伴う津波などで大規模な浸水被害が発生した場合に、市民がどのような行動をとるべきか、基本的な避難方針と行動方針を定めたものです。三重県が発表している「津波浸水想定図」を見ると、長島地区や城南地区など沿岸や川沿いのエリアは津波による浸水が想定される区域で、本計画の避難対象区域に指定されています。津波警報などが発表された時は、まずは避難対象区域外へ避難し、やむを得ず避難対象区域外へ避難できない場合は津波避難ビルなどへの避難が必要ですが、その後はどうすればいいのか、ご存じですか。もし堤防が破堤するなどの被害があると、長期的な浸水により、復旧までに相当な時間が必要になるかもしれません。自宅が浸水してしまった場合や、自宅が倒壊するなどの危険がある場合は、避難対象区域外の避難所などに避難する必要がある場合があります。次ページから、具体的に取るべき行動について紹介します。

南海トラフ地震とは？

災害時広域避難計画とは？

- 02 キラリ★くわな人
- 03 **特集** 南海トラフ地震に備えよう
災害時広域避難計画って？
- 08 桑名ファンクラブ設立！
- 09 桑名ほんぱく開催します！
- 10 みんなが主役
「地域で暮らす」を応援するまちづくり協議会
- 11 NakamuraEmiさんが桑名市「魅力みつけ人」に就任
「太陽光パネル・蓄電池」の共同購入の参加者募集中
- 12 子育て広場
図書館・六華苑・博物館
- 14 メディカルニュース
くわな防災教室

- 15 かんたん旨レシピ
みんなの掲示板
- 16 EVENT ALBUM(イベントアルバム)
- 18 くわなINFO
- 28 無料相談
- 29 多文化共生で活力を
市長まちなか探索
- 30 HAPPY BIRTHDAY
桑名のイトコ教えてください。

今月の表紙

自治会で自主的に行われた防災訓練の様子。みんなで協力してプライベートルームを設置しました。いざというときに役立つ重要な経験です。



キラリ★くわな人



桑名工業高等学校 ロボット部
西井 幸虎さん 松葉 陸己さん
丹羽 信白さん 渡邊 勇翔さん

桑名工業高等学校ロボット部の代表4人が高等学校ロボット相撲選手権2023東海選手権に出場しました。ロボット相撲とは、幅20cm×奥行20cm以内、重さ3kg以内のロボットを使用し、相手より先に土俵の外に触れたら1本負け、2本先取すると勝ちとなる競技です。専用の土俵に、強い磁石が付けられたロボットが吸い付いています。選手がプロポと呼ばれるコントローラーを使ってロボットを走らせ、相手を外に押し出したり、相手の攻撃をかわすことで相手が勢い余って外に出るのを誘ったりして戦います。今回の大会では東海地方8校が参加。桑名工業高校はベスト16で、部員は「負けて悔しいですが、1回勝つことができたので楽しかったです」と話します。また、ロボット相撲のおもしろさを聞くと「自分たちでパーツから選び、組み立て、デザインも考えて作り上げていくことと、そのロボットを操作して勝つことです」と楽しそうに答えてくれました。9月24日(日)に桑名工業高校で実施する全日本ロボット相撲北信越・東海大会に向けて、もっと強いロボットにしようと意気込みを語ってくれました。



高等学校ロボット相撲選手権2023東海選手権での取組の様子

避難指示発令中

- 大津波警報・津波警報が津波注意報に切り替わり、避難指示が解除されるまでには数日間かかることが想定されます。
- 避難対象区域外(津波の来ない高台など)へ避難した人は、近くの「避難対象区域外」の指定避難所などへ移動し、避難指示が解除されるまで自宅に戻らないでください。



避難指示発令中と解除後

避難指示解除後

自宅周辺に浸水などの被害がなかった

自宅に倒壊などの危険がある場合は避難所や親戚・友人宅などに避難

自宅の安全が確認された場合は自宅へ

市内の指定避難所で全ての避難者を収容することが難しい場合は、桑名市周辺の市町の避難施設に避難することになります。そうならないためにも、親戚や友人宅などへの縁故避難ができる人が少しでも多くなることが望まれます。

自宅周辺に浸水などの被害があった

避難対象区域外の親戚や友人宅などへ【縁故避難】

計画で推奨する指定避難所に【広域避難】

自宅周辺に浸水被害があるかないかでその後の行動が変わります

一次避難した後、津波警報が津波注意報に切り替わるなどして避難指示が解除された場合にとるべき行動を紹介します。

住んでいる地域に浸水などの被害がない場合は、自宅の安全を確認します。自宅が安全であれば戻れますが、倒壊などの危険がある場合は、専門家の家屋診断が終わるまで自宅周辺の避難所や親戚、友人宅などに避難することを推奨します。避難所は地域の自治会連合会や避難者などが協力して、開設・運営します。

一方、自宅周辺に浸水などの被害があった場合は、自宅へ戻ることができません。その場合は安全なところで一定期間、避難生活を送る必要があります。広域避難計画では、市の指定避難所を避難先に選んだ人が、安心して避難生活を送ることができるよう、推奨する指定避難所を地域ごとに明記しています。

市内の指定避難所で全ての避難者を収容することが難しい場合は、桑名市周辺の市町の避難施設に避難することになります。そうならないためにも、親戚や友人宅などへの縁故避難ができる人が少しでも多くなることが望まれます。

大津波警報・津波警報発表

||

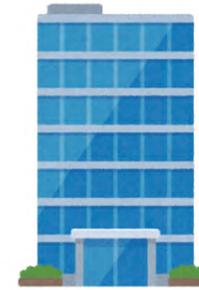
避難指示発令



避難対象区域(津波浸水想定区域)にいる人は

避難対象区域外まで行けない場合は…

最も推奨



近くの津波避難ビルなどへ

逃げ遅れたなど遠くまで避難できない時には、少しでも安全な高い場所へ。学校や立体駐車場などがあります。



避難対象区域外の避難場所へ

津波の到達予想時間は地震発生から約90分後。大津波警報や津波警報が発表されたら、基本的には徒歩で避難対象区域外へ急ぎましょう。



避難対象区域外の親戚や友人宅などへ

いざという時のために、あらかじめ避難対象区域外の親戚や友人らに相談して頼んでおきましょう。

津波避難ビルなどに避難した後

- 付近が浸水している
- けがをしているなど移動が難しい
- その後の津波の発生が確認されている

一つでもチェックがつく場合

避難指示が解除されるまで、自らの判断で避難対象区域を移動せず、救助機関などの指示に基づいて行動する

一つもチェックがつかない場合

救助機関などの指示に基づいて浸水区域外に避難

まず津波の被害が想定されていない場所へ

大きな地震が発生した場合、津波の発生を想定して行動する必要があります。余震などに注意をしながらすぐに避難しなければなりません。この「命を守る避難」のことを一次避難と言います。

桑名市の場合、南海トラフ地震による津波の到達予測時間は地震の発生から約90分後とされています。この時間内に安全な場所まで避難しなければなりません。最も推奨されるのは、避難対象区域外の親戚や友人宅などへ避難することです。避難所での生活は混雑が予想され、必ずしも快適なものではありません。避難させてもらえるよう、事前に相談し、頼んでおくのが良いでしょう。

また、堤防の破壊などで津波の到達より早く浸水が始まった場合や、津波到達までに避難対象区域外へ避難できないなど、やむを得ない場合は付近の津波避難ビルや指定緊急避難場所など高いところへ避難しましょう。

地震発生！避難指示発令

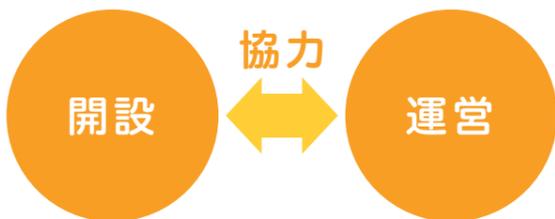
津波から命を守る
「二次避難」

浸水想定区域外の住民はどうする？

自宅が倒壊・損傷などした場合は避難

地域住民の避難のために避難所を開設

受け入れが可能なら
要請に基づいて他地域の避難者を受け入れ



開設
避難を受け入れる
自治会連合会など

運営
避難対象区域の
自治会連合会など



双方の連合会自治会等で
避難所開設と運営訓練を
しておくことが有効

避難対象区域外にいて津波の心配がなくても、自宅が地震の揺れによって倒壊・損傷などした場合指定避難所などで一定期間、避難生活を送る必要があります。自治会連合会等は避難所運営マニュアルに基づき、まずは地域住民の避難のため指定避難所を開設しましょう。避難所の開設とは、避難者の受付場所を設けたり、プライベートルームなどで分けしたり、避難生活を送る準備を整えることです。

地域住民の避難を受け入れた後、市から広域避難計画に基づく受け入れの要請があった時点で、他の地域からの避難者を受け入れる準備をお願いします。他地域の避難者が過半数避難所の運営は、避難対象区域の自治会連合会などが避難を受け入れる連合自治会などの協力を得ながら行います。避難所の運営とは、備蓄品や支援物資を配ったり、トイレの準備をしたり、避難環境を整え、避難生活の秩序を保つことです。お互いが協力し合って避難生活を送れるようにしてください。

今後の災害時広域避難計画について

今回紹介した、南海トラフ地震に伴う津波災害以外の「南海トラフ臨時情報発表」や「大規模風水害発生」、「高潮特別警報発表」の際の避難行動については、災害時広域避難計画に追記する形で、今後順次更新していきます。

南海トラフ地震に伴う津波災害

南海トラフ臨時情報発表

大規模風水害

高潮特別警報発表

随時更新

避難所が混雑している場合は？



推奨

地域単位での避難生活を望む場合



避難対象区域外の
親戚や友人宅などへ



計画で推奨する指定避難所に
【広域避難】

今いる避難所から指定避難所へ移動する際には、準備が整いますが、数日から1週間程度の時間がかかる想定されますので、できるだけご自身で移動していただくこともできます。

市内で複数箇所、広範囲に浸水被害が発生している場合は、多くの避難者で浸水区域近くの避難所が混雑することが予想されます。そのような場合や、地域単位での避難生活を望む場合は、広域避難計画で推奨している指定避難所へ移動してください。計画では、少しでも安心して避難生活を送ることができるよう、自治会連合会ごとに避難先を設定しています。左下のQRコードから自分の地域の指定避難所を確認しておくといでしょう。ただし、あくまで避難先を推奨するものであり、強制ではありません。今いる避難所で避難生活を送れるとご自身が判断した場合は、その場に留まることもできます。

広域避難計画で指定されている指定避難所への移動を推奨します

ください。

なお、桑名市では浸水想定区域外に41カ所の避難所を指定しています。主に小・中学校や県立高校、まちづくり拠点施設などです。避難所では多くの人が生活するため、それぞれのルールやマナーがあります。また、慣れない避難生活による過労やストレスから、体調を崩してしまうこともあるため、できるだけ縁故避難をすることをおすすめしています。

推奨する
広域避難時の
指定避難所は
こちらから確認を





桑名ほんぱく 開催します！

桑名ほんぱく(桑名本物力博覧会)とは？

桑名にはたくさんの魅力的なモノがあり、それらを発見したり体験したりできるプログラムを集めたものです。
個人で楽しめるものや家族や友達と楽しめるもの、幅広い世代に参加してもらえるようなものなど61のプログラムを用意しています。ぜひご参加ください。

開催期間

9月23日(土・祝)～12月17日(日)

公式ガイドブックは市内公共施設や大型商業施設などに置いてあります。

プログラム一覧

※全プログラムから一部抜粋しています。
※実施スケジュールや申込方法は、公式ガイドブックまたは公式webサイトよりご確認ください。



昔と今が融合！浮世絵に描かれた松ぼっくり焼き蛤と幻の桑名名物を楽しむ会



食べられる白あんのお花“ハナミズキ”を絞ってみよう♪



水上から眺める水郷くわな



諸戸水道巡りスタンプラリー



桑名の工場せんぼんで旋盤加工技術にふれよう



チアダンス体験会♪リズムに乗って楽しく元気に笑顔で踊ろう！

申込方法

公式webサイトからの場合 9月9日(土) 午後8時から受付開始

電話またはFAXからの場合 9月10日(日) 正午から受付開始

※申し込み方法は、各プログラムによって異なりますのでご注意ください。
※インターネットから申し込みをする場合は、事前に会員登録する必要があります。

桑名ほんぱく公式webサイト (<https://kuwanahonpaku.net/>) から登録できます。
詳しくは「桑名ほんぱく」で検索！

問 ブランド推進課 ☎ 24-1258 FAX 24-2474

桑名ほんぱく
公式webサイト



桑名ファンクラブ設立！

～入会費・年会費無料！会員大募集！～



設立理由

桑名ファンクラブは「桑名を知ってほしい、好きになってほしい」との思いから設立しました。ファンクラブの会員特典は、主に市外にお住まいの人が対象になりますが、市外・市内お住まい問わず、このコミュニティで皆さんと桑名市とのつながりを深め、一緒に楽しみながらまちを盛り上げていきましょう！

会員特典

- 桑名のイベント・お得な情報などを定期的にお知らせします。
- 会員様特別プレゼント企画を実施します。
〈例〉桑名宿泊2,000円・買い物1,000円の割引クーポン、桑名ならではのギフトや市内人気観光施設のペアチケットなど、抽選でプレゼント
※上記特典は市外にお住まいの人対象です。

市内にお住まいの人もぜひ会員に！

- イベントと一緒に参加したり、お手伝いをいただいたりしてファンクラブの盛り上げ隊として参加できます。
- 市外にお住まいの人をご紹介いただくとポイントが貯まり、抽選プレゼントに応募していただくことができます。

会員登録

会員登録後、桑名へ来て市内各店舗でQRコードを読み込み、ポイントを貯め、桑名の特産・名産品をゲットしよう！
※会員登録サイトは9月中旬頃運用開始します。



STEP1 桑名ファンクラブに会員登録



スマホから簡単！3分で登録！
ご登録いただいた人に300円分の電子マネーやポイントなど豊富なラインナップの中から選べるデジタルギフトをプレゼント！
※ギフトプレゼントは市外の人限定となります。

STEP2 桑名へ行こう！



市内店舗でQRコードを読み込み、ポイントを貯める。

市内「参加協力店」募集中！

桑名ファンクラブにご協力いただける市内事業者を募集しています。QRコードから詳細をご確認いただき、ぜひご登録をお願いします。



問 市観光協会 ☎ FAX 21-5416 観光課 ☎ 24-1231 FAX 24-1140

NakamuraEmiさんが桑名市「魅力みつけびと」に就任

市のアンバサダー「魅力みつけびと」にシンガーソングライターのNakamuraEmiさんが就任しました。

市の地域資源の魅力テーマごとに発信する役割を担う「魅力みつけびと」。今回の就任にあたりNakamuraEmiさんは、「桑名市は何百年もの歴史をみんなの心と手でつなげているすごみが印象に残りました。自分なりにそのような所を伝えて行きたいと思います」と意気込みを語りました。

発表の場では、NakamuraEmiさんに、桑名ゆかりの刀鍛冶・村正のTシャツをプレゼント。「ライブで着たいです」と大喜びでした。「音楽活動で全国に行く機会があるので、魅力みつけびととして、桑名の魅力をたくさんの人に伝えて行きたいです」と語ってくれました。



NakamuraEmi(ナカムラ エミ)さん
シンガーソングライター
神奈川県厚木市出身。1982年生まれ



コメント動画

問 ブランド推進課(☎ 24-1258 FAX 24-2474)

「太陽光パネル・蓄電池」の共同購入の参加者募集中

「みんなのおうちに太陽光」は、多くの人に参加していただき、市場価格より安い費用で「太陽光パネル」や「蓄電池」を購入・設置できる共同購入キャンペーンです。

■ 購入プランは3パターン

- ① 太陽光パネルのみ
- ② 太陽光パネル+蓄電池
- ③ 蓄電池のみ

参加者を**9月13日(水)**まで募集しています。

※実際に購入するかは現地調査や最終見積後に判断いただけますので、まずは参加登録し、ぜひご検討ください。

問合せ・詳しい情報は、三重 みんなのおうちに太陽光事務局へ。
☎ 0120-728-300(土日祝除く10:00~18:00)
HP:<https://group-buy.jp/solar/mie/home>



ホームページ



問 グリーン資産創造課(☎ 24-1229 FAX 24-6312)



在良まちづくり協議会

顔の見える関係づくりにも一役買いました！



活動拠点である在良まちづくり拠点施設で、子どもの居場所づくり事業「ありよしっこあつまれ」に参加した小学生と地域ボランティアが協力して、きれいな花壇が完成しました。

長島中部まちづくり協議会

秋晴れのもと、みんなの笑顔があふれました！



「長島中部水郷まつり」を開催し、多くの来場者でにぎわいました。地元中学生の吹奏楽・和太鼓やキッズダンス、模擬店など、どの催し物も好評でした。

桑部まちづくり協議会

「タケノコってこんなふう伸びるんだね。」掘るのは大変！



年間を通じて、桑部の豊かな自然を子どもたちと体験しています。また、「地産地消」の取り組みとして、地元で採れたタケノコや野菜の販売をお知らせする掲示板をまちづくり拠点施設に設置しています。

七和まちづくり協議会

大人から子どもまで、幅広い世代で交流を深めました！



協議会設立PRを目的に、「七和秋まつり」を開催しました。地元高校生による桑工ゆめ鉄道など、住民参加型の企画、発表の場を通じて世代間交流を図りました。

益世まちづくり協議会

昨年度は364人が参加。防災意識の高まりが感じられます！



巨大地震に備え、自主防災訓練を実施しました。給水訓練・消火器訓練など終了後、各避難所の草取りなどの清掃活動も実施しました。

みんなが主役

「地域で暮らす」を応援するまちづくり協議会



問 地域コミュニティ課 ☎ 24-1204 FAX 24-1735



中央 22-0562 FAX 22-0795 休 毎週水曜

多度 48-7000 FAX 48-7002 休 月・祝・毎月最終水曜

長島 41-1040 FAX 41-1044 休 月・毎月最終水曜

ML連携企画 セミナー 「額装の楽しみ」

博物館企画展に合わせて、博物館職員によるセミナーと関連書籍の紹介展示を行います。

とき 9/24(日) 13:30~15:00
場所 くわなメディアライヴ
定員 50人(先着順) 料金 200円(資料代)
申込 直接または、電話で中央図書館へ
開始 9/14(木) 11:00(受付は各日17:00まで)
問 中央図書館

ブックコート講習会

自宅の本を図書館の本のように透明フィルムでコーティングします。
※1人2冊(本のサイズはA4サイズ[約30x22cm]まで)

とき 9/24(日) 14:00~15:00
場所 中央図書館 料金 300円
定員 10人(抽選)
対象 中学生以上
申込 直接または、電話で中央図書館へ
期間 9/8(金) 11:00~15(金)17:00
問 中央図書館

中央図書館開館20周年記念 ブックカバーデザインコンテスト

来年で開館20周年を迎えるにあたり、図書館で配布するブックカバーのデザインを募集します。最優秀作品は、20周年記念ブックカバーや記念品、広報掲載などに活用します。

応募期間 9/26(火) 17:00まで
対象 どなたでも応募できます
応募用紙 窓口またはHP(データ可)
応募先 中央図書館窓口へ
問 中央図書館

図書館スタッフによる 今月のおすすめ本

今月のテーマ 「敬老」



こどもの「かわいい!」を動画でカンタンにおじいちゃん・おばあちゃんに見せる本
高橋 慈子、高橋 明子/著(秀和システム)
祖父母に日々の子どものかわいい様子を動画で送りませんか。撮影のコツや共有する方法などを分かりやすく解説しています。

児童向け



おばあちゃんが子どもだったころ
菅沼 孝浩/著(岩崎書店)
昭和中期、激動の時代に子どもだったおばあちゃんを目線で描かれた絵本。今の子ども達と一緒に読んで、当時を伝えてください。



70歳からの椅子筋トレ
枝光 聖人/著(家の光協会)
椅子を使えば、体にあまり負担をかけずに筋トレができます。楽しく健康的に過ごすために、無理なく体調を整えていきませんか。

大人向け



はやくあいたいな
五味 太郎/作・画(絵本館)
おばあちゃんと孫のお互いを思う気持ちがパワフルに伝わり、読めばにっこり元気になれる一冊です。こんな関係、すてきな!

六華苑

24-4466 FAX 24-4627
休 9/4(月)・11(月)・19(火)・25(月)、9/24(日)は臨時休苑

大人の着物講座



六華苑の離れ屋で大人の着物講座を開催します。講師は一般財団法人民族衣裳文化普及協会の認定講師後藤 久美子さんです。

とき 9/10(日)・17(日)・30(土)、10/8(日)(全4回)
定員 午前の部(10:30~12:00)、午後の部(13:30~15:00)の各8人(先着順)
料金 6,600円(入苑料含む)
申込 電話で六華苑へ
期間 9/8(金)まで

博物館

21-3171 FAX 21-3173

絵の心はさらなり-額装で見る絵画-

【特集陳列】刀剣セレクションII-メイクデビュー桑名-



中野日和(ノラ)個人蔵

絵画の表装も、軸装や屏風などから額装にされる作品も多くなりました。洋画・日本画を問わず、額装された絵画作品をお楽しみください。

とき 9/9(土)~10/15(日) 9:30~17:00(入館は16:30まで)
料金 高校生以上150円、中学生以下無料
休館日 9/8(金)まで展示入替休館、9/11(月)・19(火)・25(月)

子育て広場

子育てに関するコラムや役立つ情報をお届けします。子育て応援アプリでも地域での情報を発信しています!



アプリは「母子モ」で検索!

コラム ふるさと発見ランチ



教育総務課

市立幼稚園・小・中学校の給食では、「ふるさと発見ランチ」として、地元食材を取り入れています。給食に使用している桑名市産の主な食材は「たけのこのり・しじみ・みかん・ひやむぎ」とまと・しじめ・なばな」などがあります。それらの頭文字をとって「たけのしみひとしなふるさと発見ランチ」と掲げています。今年4月には「たけのこのりのおかか炒め」、5月に「ミニトマト」、7月の七夕メニューに「ひやむぎ」を提供。また、9月には三重県産大豆を使用した「ひじき豆のカレー風味」、10月は、桑名市産小松菜を使用した「小松菜と豆腐のうま煮」を提供します。給食で地元食材を取り入れ、子どもたちにおいしさを味わってもらおう事や給食時間に地元食材や郷土料理について放送で説明する事で、子どもたちが食べ物やふるさとに関心をもち、郷土の良さを知ってもらえる機会だと考えています。今後も、地元食材をできるだけ使っていきます。

アドバイス 生活習慣の見直し

「早寝早起き朝ごはん」という言葉をご存じですか。睡眠・食事・運動などの生活習慣は、体調だけではなく体力や運動能力にも影響しています。毎年4~7月に小学5年生と中学生を対象に「全国体力・運動能力調査」が実施されています。この調査では、子どもの体力・運動能力や運動習慣・生活習慣などを把握し、分析しています。令和4年度の調査では、全国的に「朝食を毎日食べる習慣がある」「睡眠時間を7~9時間とっている」「1日に学習以外でテレビやゲーム、スマートフォンなどの画面を見る時間が3時間未満である」と回答した児童生徒の体力テストの合計点数が高い傾向にあることがわかっています。体力・運動能力の向上には、元気がいっぱい遊んだり思いきり体を動かしたりできる健やかな体が必要です。今一度ご家庭で生活習慣を見直す機会を持つてみてはいかがでしょうか。桑名市の体力・運動能力調査の詳細は、市ホームページに (教育研究所) 掲載しています。市HP

すくすく離乳食教室 ①初期・中期②後期・完了期

成長時期に応じた離乳食に関する講話など
とき ①10/3(火) 13:30-15:00 ②10/2(月) 13:30-14:30
場所 くわなメディアライヴ
定員 20人(先着順)
申込 下記QRコード
期間 ①②9/15(金)~25(月)

① QRコード ② QRコード
問 子ども総合センター 24-1380 FAX 24-5497

育児相談

保健師や管理栄養士への乳幼児に関する相談
とき 10/20(金) 10:00~11:00
場所 くわなメディアライヴ
定員 30人
申込 下記QRコード
期間 9/15(金)~10/13(金)

最近、外国から桑名へ引越してきて、市役所の窓口での言葉が不安です。やさしい日本語で対話しますので、安心して窓口に来てください。市役所では、やさしい日本語以外にも19言語に対応した多言語電話通訳サービスや、多言語音声翻訳アプリもありますので、安心して窓口へお越しください。(人権教育課)

無料相談

Table with 3 columns: 名称, とき, 詳細. Rows include 家庭児童相談, ことばの相談, 発達検査を伴う相談, 子ども電話相談, くわっば教育相談.



桑名市
総合医療センター
理事
ひろし
今井 寛 さん

今月の
テーマ

地域医療を守るために

本年4月から桑名市総合医療センターで勤務しています。これまで30年以上救急の現場で勤務してきました。救急医療に関わった私から皆さんに地域医療を守るためにお願いです。必要な人に適切な医療を受けていただくためにも大切なことです。

緊急性がなく自分で病院へ行ける場合は、救急車以外の交通機関を利用してください。判断は難しいので桑名市のホームページにはさまざまな情報があり、いざという時に備えて「夜間・休日に急病の時は」や「救急車を呼ぼうか迷ったときを見てください。自分の大切なご家族や学校・職場でも何かあった時に適切な対応をしていただけることにもつながり、人命救助にもなります。良い機会ですから多くの人がお知らせください。

休日・時間外の救急受診や不要な救急車の利用は控えてください。医師や看護師などと患者さんご家族みんなで思いやりの支え合える関係をお願いします。

救急車は、けがや急病など緊急に病院へ1分でも早く搬送しなければならぬ人たちのためのものです。緊急でないのに救急車を要請すると、脳卒中や心臓病や大けがで救急車が直ちに必要の場合、遠くの救急車が出動することになり、到着が遅れ、救える命も救えなくなるおそれがあります。

救急車は、けがや急病など緊急に病院へ1分でも早く搬送しなければならぬ人たちのためのものです。緊急でないのに救急車を要請すると、脳卒中や心臓病や大けがで救急車が直ちに必要の場合、遠くの救急車が出動することになり、到着が遅れ、救える命も救えなくなるおそれがあります。



市HP

問 総合医療センター
22-1211 FAX 22-9498

くわな
防災教室

今月のテーマ
避難行動要支援者名簿への
登録と個別避難計画

■避難行動要支援者って？
災害が発生、または災害が発生するおそれがある場合に、自ら避難することが困難な人で、その迅速かつ円滑な避難の確保を図るため、特に支援を要する人のことです。

■なぜ避難行動要支援者名簿(名簿)の作成が必要？

名簿は、避難の支援、安否の確認、その他の避難行動要支援者の生命または身体を災害から保護するために必要な措置を実施するための基礎となるものです。

■作成した名簿は？
新たに対象となった人には案内を送付していますが、要件に当てはまらない人でも、何らかの事情で支援者名簿に登録を希望する人は、市までご相談ください。

提出された名簿のうち、避難支援などを得るために関係者への情報提供の同意がある人の情報を台帳としてまとめ、平常時から自治会や民生委員などへ提供しています。同意しない場合は、平常時の提供はされません。

※名簿の提供を受ける自治会関係者や民生委員の人たちに、災害時の避難対象の検討などに活用していただきます。

避難行動要支援者名簿の対象者

- 75歳以上の人のみで構成される世帯
- 要介護3以上の介護保険認定者
- 障害者手帳の等級が次のいずれかの人
 - ・肢体(上肢、移動機能)2級以上
 - ・視覚、聴覚、平衡機能、肢体(下肢、体幹)、呼吸器機能3級以上
 - ・療育手帳の等級A2以上
 - ・精神障害者保健福祉手帳の等級1級

■個別避難計画の策定に取り組んでいます

名簿に登録している人のうち、避難支援等関係者への情報提供の同意があった人で、災害時に避難の必要性が高いにもかかわらず、支援者がいないと避難が困難な人を優先して「個別避難計画」の策定に取り組んでいます。計画の策定には、地域の皆さんをはじめ、多くの人の参画が必要です。ご協力をお願いします。

問 防災・危機管理課
24-1185 FAX 24-2945

くわなの料理人が伝授!
かんたん 旨 レシピ

今月のメニュー 桑名産シジミのぶっかけそうめん



問 秘書広報課 (☎ 24-1492 FAX 24-1119)

教えてくれたのは

Three Peace(スリーピース)

伊藤 慎平 さん

料理の種類も鶏、牛、魚と幅広くご用意しております!たかさんのご来店お待ちしております!



ポイント

シジミの蓋をあける時にしっかりと出汁を取ることがポイントです!

次号は味処 古都のオーナー濱口さんに教えてもらいます!

材料1人分

- ★シジミ 100g ● そうめん 1束
- キュウリ 1/4本 ● トマト 1/4個
- ネギ 適量 ● ショウガ お好みで
- めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ3 ★は桑名産

作り方

- 1 水200mlでシジミをゆでる。
- 2 シジミが開いたら火を止め、めんつゆで味付けをして冷やす。
- 3 そうめんを時間通りゆでる。
- 4 ゆであがったら氷水で締める。
- 5 水気を切り、皿に盛り付け、冷やしておいたつゆをかける。キュウリ、トマト、ネギ、ショウガをお好みで盛り付け完成。

みんなの掲示板

● 桑名吹奏楽団 団員募集

私たちと一緒に演奏していただける仲間を募集しています。練習はいつでも見学できます。

とき 毎週水曜日 19:30~21:30

場所 長島まちづくり拠点施設

会費 3,000円/月(学生1,000円/月)

問 桑名吹奏楽団 田中、西堀 方 ☎090-8422-9870

✉ info@kuwasui.org

● 勇気づけ子育て広場「あどあどタウン」

みんなでみんなの子を見守りながら、ほっこり楽しい時間をめざしています。ちびっこ畑で土に触れる体験もできますよ。

とき 9/6(水)・19(火)、10/4(水)・17(火) 10:00~15:00

場所 新西方コミュニティセンター

対象 妊娠中の人、子育て中の親子

料金 親子一組100円 申込 不要

問 Wonder Pocket 足立 方 ☎090-9771-1046



● ヨガストレッチでリフレッシュしませんか

世代を超えてほっとできる場所「ともともルーム」で、みんなと一緒にヨガストレッチをしましょう。

とき 毎月第3木曜日

(一般・シニア向け)9:30~10:15

(ママ・パパ向け)10:30~11:15(託児あり)

場所 多度すこやかセンター 定員 各10人

料金 500円 申込 電話またはQRコード

問 ボランティア団体「ともともルーム」 代表 水谷 方 ☎090-4238-7035



● 11月開講コース職業訓練受講生募集

電気保全技術を身につけて就職をめざすための職業訓練を実施しています。詳しくは下記の問い合わせ先まで。

とき 11/1(水)~令和6年4/26(金)

対象 求職者 料金 無料 締切 9/29(金)

※訓練期間中、託児サービス(無料)が利用できます
※受講希望者は施設見学会に参加してください

問 ポリテクセンター三重 ☎ 059-320-2645



力強い太鼓の音♪



7/18 知事と市長の円卓対話

知事と市長が地域の課題などについて議論する円卓対話がナガシマリゾートホテル花水木で行われました。保育や道路網の活用、観光について意見を交わしました。

7/17 第51回石取祭ばやし優勝大会

各町が太鼓や鉦かねの技量を競う石取祭ばやし優勝大会が柿安シティホールで行われました。今年は、総勢41チームが参加しました。迫力あるパフォーマンスに会場は大盛り上がりでした。



冬とは一味違う
幻想的な夜♪



8/5-6 桑名石取祭

今年の石取祭は40台が勢揃い！春日神社の前にはたくさんの方が集まりました。途中雨が降ることもありましたが、会場の熱気は冷めず、太鼓と鉦かねの音が盛大に鳴り響きました。

7/22 ~9/18 なばなの里 サマーイルミネーション

なばなの里ではサマーイルミネーションが開催中。和傘や篝火の演出が風流な水上イルミネーションや、鮮やかな虹の川など見どころ満載。ペゴニアガーデンでもライトアップが行われています。

EVENT ALBUM

イベント
アルバム

市内で行われたイベントや各種行事の様子を写真でお届けします。



ドーンと迫力満点！



7/29 桑名水郷花火大会

4年ぶりに規制なしの開催となった桑名の夏の風物詩。さまざまな思いが込められた花火が桑名の夜空を彩り、訪れたたくさんの観客を魅了しました。



7/15 はしもとみお講演会

市民展が70回を迎えることを記念して、動物木彫り作家はしもとみおさんの講演会が柿安シティホールで開催されました。ロビーに展示された木彫りの動物たちも大人気でした。

7/19 ~9/3 多度峡天然プール

緑に囲まれた大自然の中で、多度川をせき止めて作られた水遊びスポット。真夏でも水温20度程度と冷たくて気持ちがよく、遊びに来た子どもたちも「冷たい！」と笑顔いっぱい、夏を楽しんでいました。

消火栓や防火水そうの付近は駐車禁止です

火災発生時に「消火栓」や「防火水そう」付近への違法な駐車車両が障害となり、消火活動を妨げる場合があります。一刻を争う消防活動の障害となりますので、十分にご注意ください。
※消火栓や防火水そうなどの周辺は、道路交通法で駐車が禁止されています。

【消防関係で駐車を禁止している場所】

- ・消火栓から5メートル以内
- ・消防用防火水そうの吸水口もしくは吸管投入孔から5メートル以内
- ・消防用防火水そうの側端またはこれらの道路に接する出入口から5メートル以内
- ・指定消防水利（プール、池、井戸、河川など）の標識が設置されている位置から5メートル以内
- ・消防用機械器具の置場（消防自動車などの車庫や消火用ホース格納箱など）の側端またはこれらの道路に接する出入口から5メートル以内
- ・駐車車両の右側の道路上に3.5メートル以上の余地がない場合

問 消防本部総務課 (☎ 24-5274 FAX 24-5287)



がん検診(バス検診)の追加募集はありません

がん検診(バス検診)は申込者多数のため、追加募集はありません。

病院で受けるがん検診(大腸がん、子宮がん)は11月末まで実施しています。対象者には、6月末に受診券を送付しました。受診券を紛失した人、転入した人は申込フォームから申請してください。※自覚症状がある場合は、検診の機会を待たずに医療機関を受診してください。

問 保健医療課 (☎ 24-1182 FAX 24-3032)



申込フォーム

9/10~16は自殺予防週間です

<子どもたちへ>

多くの学校では新学期が始まりましたね。心が苦しい時は1人で悩まず、ご家族や先生、周りの友だちなど信頼できる人に気持ちを話してください。周りの人に相談しづらい場合は相談窓口にご相談しましょう。

<つらく苦しい思いをされている人へ>

1人で苦しい思いを抱えず、周囲の人に相談しましょう。話しづらい場合は相談窓口にご相談してみませんか。

<あなたにもできる自殺予防のための行動>

あなたの周りの人をいつもよりちょっと多く気にかけてみませんか。

詳しくは、右記厚生労働省ホームページをご覧ください。

- ①気づき 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- ②傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ③つなぎ 早めに専門家に相談するよう促す
- ④見守り 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

【電話相談窓口】

- ・チャイルドライン: ☎0120-99-7777 (右記QRコードからチャットでも相談できます)
- ・よりそいホットライン(24時間対応): ☎0120-279-338
- ・#いのちSOS: ☎0120-061-338
- ・こころつなぐ SNS相談みえ: 右記QRコードからLINE相談ができます。

問 保健医療課 (☎ 24-1182 FAX 24-3032)



厚生労働省 HP



チャイルドライン



SNS相談みえ

電話番号の
市外局番は

0594

くわな INFO

●各種お問い合わせ・お申し込みは、各施設の業務時間内をお願いします。

※施設によって業務日、業務時間が異なりますのでご注意ください。(本庁、各地区市民センターなど:平日8:30~17:15)

お知らせ

マイナンバーカード受付窓口(第2日曜日)終了のお知らせ

毎月第2日曜日に本庁地下1階で行っていましたがマイナンバーカード受付窓口は、9月をもって終了します。今後、平日の日中にマイナンバーカードを受け取ることが難しい人は、サテライトオフィス(毎週土曜日10:00~17:00)をご利用ください。(要予約)

なお、9月までの間は、第2日曜日のほか、第1、第4土曜日(9:00~12:00)に受け取りのための臨時窓口を行っています。(土曜日は要予約)

受け取りがまだ済んでいない人は早めにお手続きください。

問 戸籍・住民登録課 (☎ 24-1159 FAX 24-1353)



受取予約

桑名でしか楽しむことができない「プレミアムな体験」をしてみませんか

観光資源を活用し、まちを元気にすることを目的に(株)ZOZO創業者である前澤友作さんからいただいたふるさと納税を活用し、桑名の観光資源を活用した付加価値の高い「桑名プレミアム体験」を企画しました。

9月から市観光サイトで予約・販売を開始します。ぜひ、この機会に普段体験することができない「桑名プレミアム体験」をお楽しみください。

「桑名プレミアム体験」の一部をご紹介します



ナガシマファームでオリーブ園の散策、なばなの里内散策、湯あみの島で温泉・ナガシマファームのオリーブを使った足裏リフレクソロジー



国の重要文化財六華苑で「THEFUNATSUYA」が提供するアフタヌーンティーを楽しむ



萬古焼色絵付無形文化財保持者に教わりながら陶芸体験



「村正」発祥の地で刀剣の手入れ体験、「村正」見学

プログラムの詳細、予約などは右記QRコードからご確認ください。

問 観光課 (☎ 24-1231 FAX 24-1140)
市観光協会 (☎・FAX 21-5416)



QRコード

弁護士法人 心

電話・TV電話
相談対応

総合受付
0120-240-325 平日 9時~21時 受付
土日祝 9時~18時



相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金
過払い金・借金・企業法務・労務・刑事事件他



弁護士・スタッフ一丸となってサポートいたします!

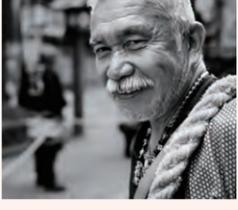
相談料0円 (初回) (※遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・過払い金・借金・企業法務・労務・刑事事件他)
夜間・土日祝相談可 (要予約)
交通事故損害賠償額
後遺障害通正等級
過払い金
遺言書
障害年金
無料診断サービス
無料診断サービス
無料診断サービス
無料診断サービス

名古屋駅2分 近鉄四日市駅1分 松坂屋名古屋店内 矢場町駅0.5分 栄駅5分 津駅0.5分
弁護士法人 心 名古屋法律事務所 <東区弁護士会>
弁護士法人 心 四日市法律事務所 <三重県弁護士会>
弁護士法人 心 栄法律事務所 <愛知県弁護士会>
弁護士法人 心 津法律事務所 <三重県弁護士会>

第22回柳家三三独演会
どうぞご最真に!!
2023 9月24日 柿安シティホール・小ホール(桑名市民会館)
開演 13:30 開場13時
本席 3,700円 ※当日4,200円 (全席指定・税込)
★柿安シティホール(桑名市民会館) 0594(22)8511
★桑名市大山田コミュニティプラザ 0594(32)1820
★チケットぴあ / t.pia.jp (Pコード520-659)
★ローソンチケット / l-tike.com (Lコード43284)
後援: 桑名市、桑名市教育委員会、社会福祉法人桑名市社会福祉協議会
主催・お問い合わせ: アスターミュージック ☎052-931-3621 (平日)

第70回 桑名市民展優秀作品発表

第70回桑名市民展には、計226点の出品がありました。下記写真は、各部門で最優秀賞金賞に選ばれた作品です。※作品の展示は終了しています。

<p>日本画</p>  <p>寺田 里美「もういいかい」</p>	<p>洋画</p>  <p>村上 太一 「More More Wonder」</p>	<p>美術工芸</p>  <p>山口 美穂子「ともに」</p>	<p>書道</p>  <p>辻 翠松「山荘建立抄」</p>
<p>写真</p>  <p>羽根 俊夫「長老」</p>	<p>陶芸</p>  <p>山本 英嗣「彩泥線文花器」</p>		

その他の受賞者、「あなたが選ぶ作品」の投票結果は、市文化協会ホームページをご覧ください。



市文化協会 HP

問 ブランド推進課 (☎ 24-1361 FAX 24-2474)

9/20～26は動物愛護週間です

- 命ある動物の愛護と適正な飼育について理解を深めましょう。
- 責任と愛情をもって終生飼育することが必要です。飼い始める前に、最期まで飼えるかをよく考えましょう。
- 動物を捨てないでください。飼えないからといって捨てることは犯罪です。
- 鳴き声や臭い、フンなどで迷惑がかからないように配慮しましょう。猫は屋内での飼育をお勧めします。
- 生まれてくる命に責任を持っていない場合は、不妊・去勢手術をしましょう。市では犬・猫の不妊・去勢手術に対して補助金制度を設けています。飼い主のいない猫(野良猫)についても対象になります。補助金支給には条件がありますので詳細についてはお問い合わせください。

野良猫を減らす取り組み「TNR活動」をご存じですか

昨今、野良猫に関する相談が多く寄せられています。「飼えないけど、かわいそうだから餌をあげたい」という一方で、猫の数が増えることにより「鳴き声がうるさい」「糞尿が臭い」など野良猫で困っている人も増えてきています。「TNR活動」は、野良猫に不妊・去勢手術を行い、野良猫をめぐるさまざまなトラブルの軽減を図るとともに、一代限りの命を見守る活動です。人と猫が共生できるよう、地域の皆さんと一緒に、一代限りの命をやさしく見守ってあげましょう。



問 環境対策課 (☎ 24-1183 FAX 22-5183)、TNR活動については桑名保健所 (☎ 24-3623)

9月は認知症月間です

認知症の人が尊厳を保持しつつ、希望を持って暮らすことができるよう、今年6月「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が公布されました。この法では、基本理念として、全ての認知症の人が人権を尊重され、自らの意志によって生活を営むことができること、国民が認知症に関する正しい知識を持ち、認知症の人についても正しく理解を深めることなどが明記されています。ぜひこの機会に認知症について考えてみませんか。

認知症疾患医療センターをご存じですか

認知症疾患医療センターは地域の認知症高齢者などの保健・医療・福祉サービスの向上を図ることを目的に設置されたもので、三重県知事の指定を受けた機関です。東員病院・認知症疾患医療センターは県内で4カ所指定されている地域型の認知症疾患医療センターの1つであり、認知症に関する鑑別診断や周辺症状・身体合併症に対する急性期治療、精神保健福祉士、社会福祉士、介護支援専門員などの相談員による相談窓口を設置しています。認知症の相談ができる相談窓口、医療機関、さまざまな支援などをまとめた「くわな認知症安心ナビ」(QRコード)もぜひご覧ください。認知症疾患医療センター、東員病院に関する詳細は、右記QRコードからご確認ください。東員病院・認知症疾患医療センター ☎ 76-2345 (認知症相談電話 ☎ 41-2383) くわな認知症安心ナビ 認知症疾患医療センター 東員病院



問 介護予防支援室 (☎ 24-5104 FAX 27-3273)

救急医療情報キット

救急車を呼ぶなどの「もしも…」の時に備えて、あらかじめ自分に関する「救急医療情報など」を用意し、冷蔵庫などに保管しておくことで、もしもの時にも、素早く適切な救急活動に役立ててもらえます。既に「救急医療情報キット」を準備している人も、「緊急時の連絡先や飲んでいる薬は変わっていないか」など、医療情報の内容に変更が生じた時は、その都度、最新のものを入れるようにしましょう。※救急医療情報キットのリーフレットは、各地域包括支援センター、介護高齢課、保健医療課で配布しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。※用意いただく入れ物は、どんなものでも構いません。場所を取らないように、一般的な保存用袋でも作ることができます。

問 介護高齢課
☎ 24-1170 FAX 24-3133
保健医療課
☎ 24-0562 FAX 24-3032



市HP



作り方動画



救急医療情報キット

おうち時間をたのしむ家



レイクウッドホーム

・新築注文住宅・リフォーム
・外構デザイン・店舗デザイン
・中古リノベーション

0594(33)3737
桑名市陽だまりの丘七丁目 1815 番地



入居者募集中

見学・詳細はお気軽にお問い合わせください

- ★要介護1以上の方からご入居頂けます。
- ★中・重度の方や認知症の方、ご入居可能です。
- ★看取りについてもご相談ください。
- ★ご入居時、退院時送迎致します。

★多度町香取に同タイプのエクセレント多度もあります。

医療法人 福島会
介護付き老人ホーム **エクセレントくわな** 日々の様子をブログにて公開中
桑名市福島1000-1 ☎27-2772

一泊体験も受付中 (食事・送迎ありで無料)

※有料広告掲載欄



女性の就職を応援します！

結婚・出産などを機に離職したが再就職したい、自分に合った仕事を探したい女性を応援するセミナー・講座を(公財)三重県産業支援センター・三重県と共催で開催します。

【セミナー】

とき 9/13(水) 13:20~15:00

実施方法 ZoomによるWebセミナー(後日配信)

内容 再チャレ応援セミナー～自分らしく働くために～

その他 面接に必要な話し方・伝え方セミナー、事例紹介と意見交換会も開催します。録画配信もありますので、ぜひご参加ください。詳細・申込はQRコードからご確認ください。

【eラーニング講座】

実施方法 ご自身のパソコン・スマートフォンを使用してご都合の良い時間に受講

内容 ライフイベントをふまえたキャリアデザイン、パソコンスキルなどのオンライン学習

申込期間 12/31(日)まで 実施期間 令和6年1月31日(水)まで

【共通事項】

申込方法 セミナー運営事務局(株)wiwiwへ直接お申し込みください(QRコード)。

料金 無料 対象 再就職など就職を希望する女性、キャリアアップをめざす女性

その他 希望者には、キャリアコンサルタントが就職をサポートします。



QRコード



問 女性活躍・多文化共生推進室(☎ 24-1413 FAX 24-1735)

「桑名メタバース婚」の参加者を募集します！

デジタル技術の進展の中で、仮想空間「メタバース」を活用した婚活イベントを開催します。DX推進とともに、市民の恋愛や結婚の希望が叶うきっかけづくりを提供します。

とき 10/7(土) 16:00~20:00

定員 男女各12人

対象者 ①から③までの全ての条件を満たす人

①18歳以上の人

②市内在住または桑名への移住に興味がある人

③パソコンの操作ができる人

※応募状況により抽選で参加者を決定します。

※詳細・申込については右記QRコードからご確認ください。

申込締切 9/22(金)

問 SDGs推進課(☎ 24-7441 FAX 24-1412)



QRコード

オレンジカフェ(認知症カフェ)を開催します

オレンジカフェとは、認知症の人や、その家族、専門職や地域の人など、どなたでも気軽に集えるカフェです。

	とき	ところ	問い合わせ先
①	9/12(火) 14:00~15:00	桑名の杜「私人家」 (桑部1464-1)	西部地域包括支援センター ☎25-8660
②	9/12(火) 14:00~15:30	シャトークワナ (内堀120)	東部地域包括支援センター ☎24-8080
③	9/15(金) 14:30~15:30	木金堂 (松ヶ島109)	北部東地域包括支援センター ☎42-2119
④	9/19(火) 10:00~11:30	コミュニティハウス緑 (上野2-300)	南部地域包括支援センター ☎25-1011
⑤	9/23(祝) 14:00~15:30	五大茶屋 (南寺町45)	東部地域包括支援センター ☎24-8080

※①③は、事前に申し込みが必要です。開催日前日までに問い合わせ先へ申し込みください。

※参加費(飲み物代)が必要な場合があります。詳しくは、各日程の問い合わせ先までお問い合わせください。

問 介護予防支援室(☎ 24-5104 FAX 27-3273)

認知症市民公開講座

とき 10/7(土) 14:00(開場13:30) 場所 柿安シティホール 2階 小ホール 演題 「人生100年時代、脳の健康を保つには」 講師 済生会明和病院 院長 富本 秀和 さん 料金 無料 申込 不要
問 桑名医師会(☎ 22-8173 FAX 25-0226)、介護予防支援室(☎ 24-5104 FAX 27-3273)

令和5年度桑名市在宅医療・介護連携推進事業市民講演会

漫画家の魚戸おさむさんを招いて、在宅医療や看取りなどについて漫画「はっぴーえんど」のシーンを元に、市内の医療・介護関係者と「幸せな最期とは」をテーマにトークセッションを行います。

とき 9/16(土) 14:00~15:30(開場13:30) 場所 柿安シティホール 2階 小ホール
テーマ はっぴーえんど 幸せな最期とは何か 講師 魚戸 おさむ さん(漫画家)
料金 無料 申込 不要(定員250人)

＜講師プロフィール＞

北海道函館市出身の漫画家。代表作は、漫画「家裁の人」「ひよっこ料理人」や絵本「いのちをいただく」「はなちゃんのみそ汁」など。



＜漫画概要＞

漫画「はっぴーえんど」北海道函館市のあさひ在宅診療所の天道陽医師が、それぞれの患者が選んだ最期に、看取りの医師として関わり、生き方や人生の最期を考えさせられる、終末期医療をテーマにした漫画。



問 保健医療課(☎ 24-0562 FAX 24-3032)

創業92年 不動産の総合コンサルタント

株式会社 桑名不動産

☎0120-159-872 桑名市中央町1-92

※有料広告掲載欄

シニアの暮らしのコンシェルジュ 地域密着型 地域貢献をしながら高齢化社会の問題解決に取り組む事業

15分 500円～ 生活のお困りごとサポートを何でも承ります!

全国186店舗、累計85万サポート実施済み! 家事代行 お話し相手 草刈り お掃除 など

まごころサポート ☺
☎0120-979-141

三重桑名スマイルプロジェクト店
三重県桑名市 多度町御衣野4022
事業主 スマイルプロジェクト
お店コード 19149



まごころサポート三重桑名

※有料広告掲載欄

とき 9/20(水) 10:00~11:30
場所 くわなメディアライヴ
テーマ 排除アート **定員** 8人
申込 直接または電話
問 市民活動センター
☎ 24-1184 FAX 24-1735

ウォーキング教室

運動不足を感じている人、健康維持をしたい人、気軽に運動をはじめたい人、まずはいつでもどこでもできる、ウォーキングから始めてみませんか。

とき ① 9/26(火) ② 10/1(日) 10:00~11:00(雨天中止)

場所 ①寺町通り商店街
 ②NTN総合運動公園

内容 基本メニュー(姿勢、腕の使い方、足の動かし方)+その他健康増進に特化した内容

対象 どなたでも参加可能

料金 無料

持物 タオル、飲料、マスク(任意)

申込 当日会場で受付

※9:50までに会場にお越しください。

問 生涯学習・スポーツ課

☎ 24-1251 FAX 24-1355

後期 危険物取扱者試験・危険物取扱者試験予備講習会

【危険物取扱者試験】

とき 11/4(土)・5(日)・11(土)

場所 くわなメディアライヴ 他

種類 甲種、乙種(1~6類)、丙種

申込 ①下記QRコードから電子申請

②最寄りの消防署で願書を受け取り、(財)消防試験研究センター三重県支部(〒514-0002 三重県津市島崎町314)へ郵送

期間 ①9/3(日)~12(火) 17:00まで
 ②9/6(水)~15(金)

【予備講習会(乙種第4類)】

とき 10/5(木) 9:00~17:00

場所 パブリックセンター

定員 60人(先着順)

料金 ・一般:5,500円
 ・桑名危険物安全協会、桑名防火協会または高校生以下:4,500円

申込 下記QRコードから電子申請

期間 9/5(火)~27(水)

問 予防課

☎ 24-5280 FAX 24-5281



取扱者試験



予備講習会

とき 10月から令和6年2月までの第3水・木曜日(全10回)
 水曜日:13:30~15:30
 木曜日:9:30~11:30
場所 長島ふれあい学習館
講師 陶芸家 森一蔵さん
コース ①手びねりコース ②電動ろくろコース(1年以上の経験者)

定員 ①24人 ②5人
 ※定員を超えた場合は抽選します。

対象 市内在住・在勤の人

料金 8,000円(全10回分、材料費含む)

申込 直接下記へ。

期間 9/1(金)~22(金)

問 長島ふれあい学習館

☎ 41-1041 FAX 41-1011

市立幼稚園、小・中学校 臨時講師等の登録者

・幼稚園、小・中学校講師
 ・小・中学校臨時学校栄養職員
 ・小・中学校養護助教諭
 ・小・中学校臨時事務職員
 ・幼稚園、小・中学校学習(保育)支援員

資格 各職種の免許をお持ちの人(臨時事務職員、学習(保育)支援員は不要)

登録方法 本人の写真(縦4cm×横3cm)、教育職員免許状、更新講習修了確認証明書(教員免許更新講習を修了された人)、筆記用具を持って下記へ。

問 学校支援課

☎ 24-1239 FAX 24-1358

がん患者と家族のおしゃべりサロンin桑名

同じ病気の人とお話したり、悩みを聞いてもらったり、気軽にご参加ください。

とき 9/20(水) 13:30~15:30

場所 柿安シティホール

対象 がん患者・家族など

料金 無料 **申込** 電話(☎ 059-223-1616)で県がん相談支援センターへ。

問 保健医療課

☎ 24-1182 FAX 24-3032

第6回市民カフェ

公共スペースのベンチや広場には、想定外の用途で使われないよう工夫されているものがあります。それらについて考えてみませんか。

募集

多度イヌナシ自生地保全活動

「多度のイヌナシ自生地」を守るため、草刈りや雑草の処理などの保全活動を一緒に行う人を募集します。

とき 9/9(土) 9:00~12:00(雨天の場合は10日)

場所 多度のイヌナシ自生地
 ※集合場所は多度峡駐車場

持物 作業ができる服装で、鎌、
 剪定ばさみなど

定員 20人程度

申込 電話で下記へ。

問 ブランド推進課

☎ 24-1361 FAX 24-2474

子どもプログラミング体験教室

プログラミングツール「スクラッチ」を使った体験教室です。当日使用するパソコンは市が準備します。

とき 9/16(土) 9:30、12:30、15:00 各回2時間

場所 市役所5階 中会議室

料金 無料 **対象** 小学4~6年生

定員 各回10人(申込多数の場合抽選)

※必ず保護者同伴でご参加ください。保護者1人につき、子ども2人まで申し込み可能です。

申込 9/11(月)

17:00までに申込

フォームから申し込み

みをしてください。 **申込フォーム**

問 スマートシティ推進課

☎ 24-1338 FAX 24-1435

陶芸体験募集中【要予約】手びねり・電動ろくろ体験

とき 9/17(日) 13:30~15:30

料金 1,040円(陶土1kg)

定員 10人(中学生以上)

※手びねり体験は、陶土1kgにつき作品2個まで。電動ろくろ体験は、電動ろくろ・定期コースの受講経験者が対象で、陶土2kg使用。

問 長島ふれあい学習館

☎ 41-1041 FAX 41-1011

陶芸教室【定期コース】

桑名の陶芸家 森一蔵さんの指導のもと、初心者でも楽しく陶芸を学ぶことができます。

スマートフォン教室(基本編・応用編)

スマートフォンの基本的な操作や発展的な内容などを学べる教室です。日時によって内容が異なりますので、内容をご確認の上お申し込みください。

とき 下記のとおり **場所** 市役所5階 中会議室 **定員** 各12人 **料金** 無料

申込 「住所、名前、連絡先、希望する講座の日時」を記入し、郵送または電話でスマートシティ推進課(〒511-8601中央町2-37)へ。申込フォームからも申し込みます。 **受付** 9/7(木)まで

※申込多数の場合抽選

※①②は貸出用スマートフォン(アイフォーン)を用意します。

※③~⑤はご自身のスマートフォンをお持ちください。

(教室参加時の通信料は参加者の負担となります。)



申込フォーム

日付	時間	内容
① 9/19(火)	10:00~12:30	基本講座(基本操作・マップの使い方・カメラの使い方・文字の入力方法 など)
② 9/19(火)	14:00~16:30	基本講座(基本操作・マップの使い方・カメラの使い方・文字の入力方法 など)
③ 9/20(水)	10:00~12:30	応用講座(マイナンバーカードの申請方法) 応用講座(健康保険証利用の登録・公金受取口座の登録)
④ 9/20(水)	14:00~15:15	応用講座(全国版救急受診アプリ(Q助)の利用方法)
⑤ 9/21(木)	10:00~12:30	応用講座(マイナポータルの活用方法) 応用講座(マイナンバーカードの申請方法)

問 スマートシティ推進課(☎ 24-1338 FAX 24-1435)

桑名ファミリー・サポートセンター2023年度援助会員養成講座

ファミリー・サポートセンターは「子育てを助けてほしい」「子育てのお手伝いをしたい」と思っている人が会員となり、お互いに助け合いながら活動する組織です。一時的な子どもの預かりや保育園・習い事などへの送迎をしていただく援助会員の養成講座を開催します。

内容 身体の発育と病気、心の発達と発達障害、小児看護の基礎知識 など

とき 右記のとおり

場所 市ホームページでご確認ください

料金 無料(別途テキスト代必要)

定員 各回20人

申込 桑名ファミリー・サポートセンターへ直接または電話、ファクス

問 桑名ファミリー・サポートセンター

(☎ 22-9871 FAX 84-6236)

子ども未来課(☎ 24-1172 FAX 24-1393)

日付	時間
① 11/7(火)	9:50~15:00
② 11/9(木)	10:00~15:00
③ 11/12(日)	10:00~16:00
④ 11/15(水)	13:00~16:00
⑤ 11/17(金)	10:00~16:00
⑥ 11/18(土)	10:00~16:00



市HP

お住まいのリフォームはお気軽に、当社へご相談下さい。 **お友だち募集中!**

LINE始めました QRコードをスキャンして下さい。

屋根・外壁・雨樋
リフォーム専門店

三重県知事許可(一般)18547号 〒511-0938 三重県桑名市大字友村1308-2

有限会社瀬古住建 TEL.0594-33-3777

※有料広告掲載欄

コート内に女性1人以上】
 ※中高生のみチームは不可
 ※審判の確保が必要
部門 チャレンジの部(競技志向)、エンジョイの部、ファミリーの部
定員 3部門合わせて36チーム
料金 1チーム3,000円(当日徴収)
申込 TAFスポミンクラブ事務局、スポーツステーション多度または生涯学習・スポーツ課で申込用紙を受け取り、直接、郵送またはファクスでTAFスポミンクラブ事務局(〒511-0862 播磨770)へ。**期間** 9/10(日)~30(土)
問 TAFスポミンクラブ事務局
 ☎ 090-9191-0070 水谷 方
 FAX 22-6103 加藤 方

不動産鑑定士による無料相談会

地価、地代、家賃、土地利用に係る諸問題について、不動産鑑定士による相談会を行います。
とき 10/2(月) 13:00~16:00
場所 市役所 4階 第3会議室
問 (一社)三重県不動産鑑定士協会
 ☎ 059-229-3671
 FAX 059-229-3648

問 スポーツステーション多度
 ☎ 080-4525-5231
「リサイクルの森」体験プログラム
とき 10/14(土) 10:00、13:00 (約90分間のプログラム)
場所 リサイクルの森
内容 「リサイクルの森で秋祭り 遊んで作れる縁日」牛乳パックやペットボトルなどの廃材を使ったお祭りゲームで遊び、その後、気に入ったお祭り工作を体験していただきます。
対象 桑名市、木曾岬町、東員町在住の人
定員 各25人程度
 ※小学生以下の人は保護者同伴
 ※お子さんは上靴持参
申込 電話で下記へ。
期間 9/11(月)~10/13(金) 9:00~16:00(土・日曜日を除く)
問 リサイクルの森
 ☎ 87-5133 FAX 87-5152
第12回 TAF スポミンクラブ ソフトバレー交流会
とき 10/29(日) 8:30
場所 ヤマモリ体育館
資格 自由参加【男女混合、

ニコミ BOX

市関係団体のイベントなどを掲載しています

事業主向けセミナー 「どうする!? 助成金と人材育成」

助成金の要件や申請までの流れをご案内します。
とき 9/20(水) 13:30~15:00 (受付開始13:00)
場所 くわなメディアライブ
料金 無料 **申込期限** 9/15(金)
問 ハローワーク桑名
 ☎ 22-5141

バランスボールエクササイズ 無料体験会

とき 10/12(木) 10:30~11:30
定員 30人(先着順)
対象 一般・シニア **料金** 無料
申込 電話で下記へ。
期間 9/17(日)~30(土)

子役の扇に獅子が戯れる「扇舞」、本物の日本刀で獅子が舞う「刀舞」、色とりどりの飾り物を獅子が食いちぎる「花舞」など、華やかな空気と緊迫の空気が入り交じった舞は観客の目を釘付けにします。
とき ①9/16(土) 19:00
 ②9/17(日) 14:00
場所 ①北島集会所前(西外面423) ②八幡神社(西外面2107)
 ※駐車場は神社隣の長島自動車学校駐車場をご利用ください。JR・近鉄長島駅から徒歩約10分です。



問 ブランド推進課
 ☎ 24-1361 FAX 24-2474

聞いてみよう! ええやん♡ 里親 座談会

地域で活躍されている里親の人から体験談を聞くことができます。
 より多くの人に「里親」を知っていただく場として開催しますのでお気軽にご参加ください。

とき 10/7(土) 13:30~15:30 (受付開始13:00)
場所 総合福祉会館 1階 大会議室
定員 50人 **料金** 無料
申込 住所、名前、電話番号、メールアドレスを記入の上、申込フォーム、電話、ファクス、メール、郵送のいずれかでお申し込みください。
申込先 三重県フォスタリング 機関支援事業受託機関 ええやん♡里親(三重県四日市市泊村1050-76)
 ☎ 059-327-7700
 FAX 059-347-1227
 ✉ eeyan-satooya@apatheia.jp
締切 9/30(土)
問 上記申込先または子ども総合センター
 (☎ 24-1298 FAX 24-5497)

申込フォーム

献血にご協力ください

とき 9/13(水) 9:30~11:30
場所 市役所
 ※献血にご協力いただける人には要件があります。
問 保健医療課
 ☎ 24-1195
 FAX 24-3032



おりづるの森 臨時休館

設備点検に伴い、9/14(木) 17:15~16(土) 8:30まで休館します。ご理解・ご協力をお願いします。
問 環境対策課
 ☎ 24-1183 FAX 22-5183

パブリックコメント制度

パブリックコメントとは、政策などを決定する場合、あらかじめ案を公表して皆さんの意見をいただき、その意見を考慮した上で、意思決定をするとともに、お寄せいただいた意見とその意見に対する市の考え方を公表する制度です。
 令和4年度は意見を募集した案件はありませんでした。

問 秘書広報課
 ☎ 24-1492
 FAX 24-1119



市HP

くわっぼサイエンスコンテスト・創意くふう展の場所変更

広報8月号でお知らせした「くわっぼサイエンスコンテスト」の作品展示場所および「創意くふう展」の申込場所を下記のとおり変更します。
 <変更前>多度まちづくり拠点施設
 <変更後>総合福祉会館
 ※駐車場は柿安シティホール(桑名市民会館)をご利用ください。

問 学校支援課
 (☎ 24-1240 FAX 24-1358)
 桑名発明会事務局(商工課内)
 (☎ 24-1199 FAX 24-1140)

イベント

八幡神社獅子舞

八幡神社獅子舞は、五穀豊穰・無病息災を願って元禄年間から300年にわたって行われている芸能で、市指定無形民俗文化財に指定されています。

シニアドライバー交通安全研修

シミュレーターや実車を活用して、運動機能、身体・認知機能の加齢による変化を自覚し、安全運転を続けるための研修です。

とき 11/27(月)・30(木) 12:45~15:15 いずれも9:00に市役所南立体駐車場前に集合。
場所 県交通安全研修センター ※会場まではバスで送迎します。
対象 市内在住の65歳以上(初めての人のみ)

定員 各日16人(先着順)
 ※10人未満の場合は中止
料金 無料
申込 直接または電話
期間 9/4(月)~10/27(金)
 ※昼食は各自ご用意ください。
 ※諸事情により、変更や中止になる場合がありますのでご了承ください。

問 危機管理室
 ☎ 24-1337 FAX 24-2945



お知らせ

屋外広告物適正化旬間

9/1~10の期間は「屋外広告物適正化旬間」です。当期間中に屋外広告物に関する普及啓発や違反屋外広告物の是正に向けたパトロールなどを実施しています。

皆さんもこの機会に、屋外広告物について考えてみませんか。屋外へ看板やポスターなどの広告物を設置するには、原則許可が必要です。さらに、平成30年10月から、貼り紙などの簡易なものを除く全ての屋外広告物に点検が義務付けられました。広告物の安全性を確保し危険な事故を防ぐため、適正な管理、点検をお願いします。

問 都市整備課
 ☎ 24-1223 FAX 23-4116

また、外国人を対象とした防災学習の機会を提供しており、昨年度は

問 防災・危機管理課
 ☎ 24-1185 FAX 24-2945

外国人との共生と人権(防災)

近年、さまざまな国籍の多くの外国人が国内で活躍しており、市内でも57カ国5300人以上の人が生活しています。

災害リスクの高い地域にお住まいの人も多く、外国人にとって、特に災害時には、次の3つの壁がより大きなものになると言われています。

①言葉の壁：災害時特有の言葉がわかりづらい
 ②心の壁：災害に対しての経験や教育、文化の違いで、何が起るのか分からず不安
 ③制度の壁：災害時の特別な仕組みや手続きが分からない(避難所は無料なのか知らないなど)

市では、災害時に外国人が避難し、ピクトグラムを活用するとともに、多言語表記(英語、ポルトガル語)としています。

「津波警報」などが発表された時、外国人が危険な場所にいる場合は、近くにいる日本人が「とてもたかいなみ」つなみ」がきます。たかいところにつなみしよう」とやさしい日本語で声を掛け、一緒に高台などの安全な場所に避難していただきたいと思ひます。

【人権啓発推進本部 外国人部会】

まずは知ることから

人権

ってなあに?

咲かせる自分のハナ個性

2022年度 桑名市「人権に関するポスター」入選作品

市内の小中学生から応募のあった作品で、入選したものを一部を紹介しています。

誰もがいきいきと暮らせるまちをめざして 多文化共生で活力を



多文化交流イベントの様子

「やさしい日本語」あなたも使ってみませんか

日本に暮らす外国人のうち、日本語で会話ができる人は8割を超えています。普段話す「普通の日本語」を「やさしい日本語」にすると、とてもわかりやすく会話ができます。

「やさしい日本語」は、「易しい日本語」であると同時に、「優しい日本語」です。あなたも優しい気持ちで「やさしい日本語」を話してみませんか。

●「やさしい日本語」のポイント

1. ゆっくり話す
2. あいまいな言い方をしない
3. 一文を短く言う
4. 簡単な言葉に言い換える
5. カタカナ外来語はできるだけ使わない
6. 方言はできるだけ使わない

普通の日本語	やさしい日本語
飲食はご遠慮ください	ここで 飲むことはできません ここで 食べることはできません
土足厳禁	くつを ぬいでください
電車は運転を見合わせています	電車は いま動いていません

問 女性活躍・多文化共生推進室 ☎ 24-1413 FAX 24-1735



市長まちなか探索

災害時広域避難計画

今月の特集は「災害時広域避難計画」です。

今年も、日本各地で災害が発生しています。災害発生時に一番大事なのは、安全の確保です。安全な場所に避難しましょう。皆さんにとって安全な場所はどこですか?と聞くと、おそらく、人それぞれ異なる答えになるのではないのでしょうか。なぜならお住まいの場所によって危険度が異なるからです。海拔ゼロメートル地帯にお住まいの人、山間部にお住まいの人、丘陵地にお住まいの人、それぞれ災害発生時の危険度は異なります。

今月の広報で特集した「災害時広域避難計画」は、南海トラフ地震に伴う津波発生を想定した計画です。津波浸水想定区域にお住いの人たちに対して、地域ごとに推奨する避難先を示しています。どうしても避難所がご自宅から遠くなってしまいますが、浸水しない

エリアの施設だけを避難所として設定していますので、ご理解をいただきたいと思ます。

私が言うのも変な話ですが、残念ながら普通の暮らしと比べれば、避難所での集団生活は快適ではありません。そこでお勧めしたいのは「縁故避難」です。いざという時、避難対象区域外(つまり高台)に住む親戚や友人のお宅に避難できるよう、あらかじめ相談しておいていただければと思います。

今後、大規模風水害時、高潮特別警報発表時などの避難対策を追加する形で、災害時広域避難計画をバージョンアップし、桑名市の災害対応力を高めたいと思います。



広域避難訓練を実施した地区を視察しました

今月のテーマ

いざという時のために

無料相談

名称	とき	詳細
弁護士の交通事故相談	第1火曜 9:00~12:00【予約制・前日まで】	弁護士 交通事故相談 示談・慰謝料・損害賠償など
弁護士の法律相談	【予約制】予約日の8:30~電話予約(毎回5人) ①予約日:第1水曜 → 相談日:第2火曜 ②予約日:第3水曜 → 相談日:第4火曜 相談時間:9:00~11:30(1人30分)	行政相談 国・県への要望、意見など 公証人相談 公正証書による遺言の作成、任意後見契約や土地・建物の賃貸借、金銭貸借の契約書作成、確定日付など
行政相談	第1木曜 9:00~12:00【予約不要】	司法書士相談 不動産登記全般(相続など)、会社登記、多重債務、簡易裁判所訴訟手続など
公証人相談	第2水曜 10:00~12:00【予約制・前日まで】	土地家屋調査士相談 土地の境界・測量に関する事など
司法書士の相続相談	第2木曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】	行政書士相談 契約書の作成や相続、遺言、空き家への対応に関する事など
司法書士相談	第3火曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】	市民相談 月~金曜 8:30~17:00
土地家屋調査士相談	第3火曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】	司法書士の成年後見相談 第1水曜 9:00~12:00【予約制】 対象:市内在住65歳以上の人とその家族
行政書士相談	第4木曜 14:00~16:00【予約制・前日まで】	女性弁護士による女性法律相談 10/14(土) 9:00~11:55(1人30分)【予約制】 ※新規申し込みの人優先
市民相談	月~金曜 8:30~17:00	場所 市民相談室(市役所地下1階) ☎ 24-1188 FAX 24-4102
司法書士の成年後見相談	第1水曜 9:00~12:00【予約制】 対象:市内在住65歳以上の人とその家族	場所 総合福祉会館 ☎ 22-8218 FAX 23-5079 問 福祉後見サポートセンター(社会福祉協議会)
女性弁護士による女性法律相談	10/14(土) 9:00~11:55(1人30分)【予約制】 ※新規申し込みの人優先	対象 市内在住または在勤の女性 定員 5人 問 女性活躍・多文化共生推進室 締切 9/25(月)必着 ☎ 24-1413 FAX 24-1735 ✉ hatarakim@city.kuwana.lg.jp

名称	とき	詳細
人権擁護委員による人権相談	9/19(火) 10:00~12:00、13:00~15:00 9/20(水) 10:00~12:00、13:00~15:00 9/21(木) 10:00~12:00、13:00~15:00	場所 長島地区市民センター ☎ 42-4117 FAX 42-0134 場所 人権センター(くわなメディアライヴ2階) ☎ 27-6677 FAX 27-6678 場所 多度地区市民センター ☎ 49-2002 FAX 48-3979
人権相談	火・木・金曜 9:00~16:00(祝日を除く) 月~金曜 8:30~17:00(祝日を除く)	場所 津地方法務局桑名支局 ☎ 32-5361 FAX 32-5362 場所 人権センター、多度地区市民センター、長島地区市民センター

名称	とき	詳細
消費生活相談	月~金曜 10:00~12:00/13:00~15:00	場所 消費生活相談室(市役所本庁舎地下1階) ☎ 24-1334

名称	とき	詳細
年金相談	木曜(祝日、休館日を除く) 10:00~12:00/13:00~15:00【予約制】	場所 柿安シティホール ※自動音声案内「①」⇒「②」を押す 問 四日市年金事務所 お客様相談室 ☎ 059-353-5515
税務相談	第2・第3木曜 9:30~15:00【予約制】	場所 東海税理士会桑名支部事務局 ☎ 24-6770

名称	とき	詳細
生活更生相談	第2・第4木曜 9:00~15:00	対象 身体障害者、家族の人 ☎・FAX 22-5003 場所 在宅障害者デイサービス事務所(総合福祉会館内)
福祉総合相談	火~日曜、祝日の月曜 9:00~17:00 月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:15 月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:15	場所 福祉なんでも相談センター ☎ 41-2114 FAX 41-2174 場所 多度福祉なんでも相談センター ☎ 49-2031 FAX 49-2533 場所 長島福祉なんでも相談センター ☎ 42-2119 FAX 41-0515
精神保健福祉相談	9/20(水) 13:30~15:30【予約制】	場所 桑名保健所 ☎ 24-3620 FAX 24-3692
生活困窮者相談	月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:15	場所 福祉支援室 ☎ 24-1456 FAX 24-1457

名称	とき	詳細
若者自立就労相談	第1・2・4水曜 13:00~17:00【予約制】	場所 消費生活相談室(市役所本庁舎地下1階) FAX 059-359-7281 問 北勢地域若者サポートステーション ☎ 059-359-7280
経営相談	月~金曜 9:00~17:00【予約制】	場所 サンファール南館2階(桑名商工会議所内) ☎ 24-1515
不動産に関する相談	月~金曜(木曜を除く) 10:00~12:00、13:00~16:00【予約制】	場所 多度地区市民センター ☎ 49-3301 FAX 49-3302 問 (公社)三重県宅地建物取引業協会桑名支部
心に病・精神に疾患のある人の相談	火・木曜 10:00~16:00【予約制】	場所・申込 はあぶ工房 Together ☎・FAX 32-5216 問 障害福祉課 ☎ 24-1171 FAX 24-5812
女性相談	月~金曜 9:00~17:00 ※内容によっては要予約	場所 子ども総合センター ☎ 24-1167 FAX 24-5497
母子・父子のひとり親相談	月~金曜 8:30~17:00 ※内容によっては要予約	場所 子ども総合センター ☎ 24-1167 FAX 24-5497
青少年相談	月~金曜 9:00~15:00【予約制】	場所 生涯学習・スポーツ課 ☎ 24-1245 FAX 24-1355
ひきこもり相談	月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:15	場所 福祉支援室 ☎ 24-7440 FAX 24-1457

● 国際交流・日本語教室
とき 9/10(日)・24(日)14:00~15:30
場所 修徳まちづくり拠点施設
問 女性活躍・多文化共生推進室 ☎ 24-1413 FAX 24-1735

● 納期限のお知らせ
10/2(月)まで
国民健康保険税3期

交通事故発生状況	(令和5年7月31日現在)		
	7月中	累計	前年累計同期比
総件数	382件	2,402件	+38件
死者数	0人	3人	+1人

※警察統計に基づく暫定数

● 水道の給水・修繕工事
宅地内の水道修繕 市指定給水装置工事業業者(有料)
公道漏水やその他 お客様総合センター ☎ 24-1260 FAX 84-6021(営業時間外の公道漏水受付 ☎ 84-6020)

● 救急医療(夜間・休日・24時間体制)
・音声案内(無料) ☎ 0800-100-1199
・救急医療情報センター ☎ 059-229-1199
・くわな健康・医療相談ダイヤル24 ☎ 0120-149-107
・応急診療所(鍛冶町9)(内科・小児科) ☎ 21-9916 土曜夜間(19:30~21:30)、日曜・祝日(9:30~16:00)12:00~13:00休診
・当番医療機関 日曜・祝日(17:00~22:00) 3日・17日・23日 青木内科 ☎ 22-1111 10日・18日・24日 桑名病院 ☎ 22-0460

HAPPY BIRTHDAY

9月に誕生日を迎える
子どもたちが集合!



5歳おめでとう!
大好きだよ♡

さら
櫻木 咲良 ちゃん
9月4日で5歳です



祝1歳!
すくすく元気に
育ってね!

毎日、たくさんの
笑顔をありがとう♡

ふうか
打田 楓果 ちゃん
9月20日で1歳です



ゆう
鈴木 悠生 くん
9月1日で1歳です



1歳の誕生日
おめでとう!

あさひ
水谷 旭陽 くん
9月14日で1歳です

3歳の誕生日
おめでとう!
大好き♡



うるか
近藤 麗華 ちゃん
9月5日で3歳です

祝2歳!
生まれてきてく
れてありがとう!



ひなた
伊藤 陽葵 ちゃん
9月8日で2歳です

応募方法

11月に誕生日を迎えるお子さん(未就学児)を募集中です。
パソコンから応募の場合は、以下のアドレスにアクセスしてください。
<https://logoform.jp/form/XAEm/62180>

ご応募は
こちら!



桑名のイイトコ/
教えてください。



#わくわくわなを
つけて投稿してね!

投稿に関する
ルールは
こちらから!



「降臨」
赤い煙を引き連れ
て川を真っ赤に染
め上げていました。

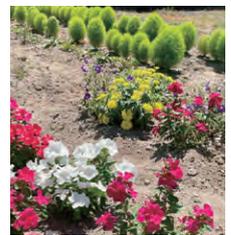
chitose.500 さん



保々屋さんの「黒蜜
きな粉わらび餅」を
いただきました。
kennosuke2201さん

城南の福江で見つ
けたお花畑。暑さに
負けず元気に咲い
ています!

kazu0627kazu さん



桑名市
公式SNS、
やっています。

Twitter
@kuwana_city



LINE
@kuwana987



Instagram
@kuwana_official



You
Tube YouTube



桑名市公式チャンネル



公式アプリ
マチイロ



App Store Google Play

メールマガジンのご案内

避難指示、災害発生時の各種情報、
子育て情報、観光・イベント情報など
をメールでお知らせします。QRコード
から登録できます。

●音声でお伝える「声
の広報くわな」は、ホーム
ページに掲載しています。



ラジオはまぐり

桑名市のラジオ番組
「ラジオはまぐり」CTV-
FM76.8MHzで放送中!
毎週木曜日お昼12時54
分から5分間。
イベント情報や防災情報
などお役立ち情報満載!