

広報 くわな

KU WA NA

2023
12
vol.228

みんなの未来にわくわくを



「好き」を極めると道が見えてくる。
人生が楽しくなる。



特集

桑名から羽ばたき活躍する二人に注目!

COOL KUWANA



桑名から羽ばたき活躍する二人に注目!

COOL KUWANA

ミュージカルなどで活躍している俳優・三浦宏規さんと、
「夜桜四重奏 ~ヨザクラカルテット~」などのマンガ作品で知られるヤスダズヒトさん。
桑名出身のお二人に、地元まつわる思い出や仕事のことをお伺いしました。

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



- 02 キラリ★くわな人
- 03 **特集** 桑名から羽ばたき活躍する二人に注目!
COOL KUWANA
- 08 小中学校再編計画の策定へ
- 10 秋の叙勲、危険業務従事者叙勲、市文化功労者表彰
- 11 自動運転を体験してみませんか
- 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
- 26 無料相談
- 27 デジタルファースト 取りくみレポート
市長まちなか探索
- 28 HAPPY BIRTHDAY
桑名のイトコ教えてください。

今月の表紙

桑名市出身の俳優・三浦 宏規さんと、イラストレーター・漫画家のヤスダズヒトさんの作品「夜桜四重奏~ヨザクラカルテット~」



キラリ★くわな人



伊曽島小4年 岡村 るな さん(右)
長島中部小2年 はな 村上 華菜 さん(左)

2人は、8月に開催された全国ダンスパフォーマンスコンテスト2023 小学生オープン部門スモール編成で優勝しました。チーム名は「KAGETSU」。2人がチームを組んでから約1年ごころからダンスを習い始め、すぐに大好きになり、毎日の練習も楽しくできたそうです。学校から帰ってきて教室の日は先生に教えてもらい、教室がない日は家で鏡を見ながら練習してきました。このコンテストはスピーチとダンスで評価されるので、どんなスピーチをするかどんなダンス

を踊るかをダンス教室の先生と一緒に考え、ちよつと変わったことをしようと思ったテーマは「平成ギャル」。パラパラの動きを取り入れたダンスで、一世を風靡した時代を思い出させ、審査員の心をつかんだのかもしれない。岡村さんは「毎日の練習の成果が出てとてもうれしかった」、村上さんは「緊張したけど楽しく踊れてよかった」と喜んでいました。今後は「ダンスがとて好きで楽しいので、毎日練習を続けていきたいです」「もつと他の大会にも出場して、楽しみなながらダンスをしていきたいです」と意気込みを話してくれました。



全国ダンスコンテスト2023での様子
写真提供:ダンス協会

「片っ端からチャレンジして
舞台で生きていこうと
決めました」



みうら ひろき
三浦 宏規さん

俳優。5歳からクラシックバレエを始め、数々のコンクールで入賞経験をもつ。ミュージカル『テニスの王子様』、『刀剣乱舞』で人気を博し、ミュージカル『レ・ミゼラブル』マリウス役、舞台『千と千尋の神隠し』ハク役、舞台『舞台キングダム』信役、ミュージカル『のだめカンタービレ』千秋真一役など人気作品に出演。

■今の仕事を始めたきっかけを教えてください。

5歳からクラシックバレエを習い始め、ダンサーをめざしていたものの小学校高学年のときにひざをケガしてしまいました。世界へ行くことを夢見ていたので、手術した場所がぽこっと膨らんで見えてしまうのは致命的だと感じ、他にできることはないだろうかとさまざまなエンタメに興味を持つようになりました。芝居、ミュージカル、ダンス……いろいろなジャンルの中から片っ端からチャレンジするようにすると、「自分はバレエに限らず舞台が好きなんだ」と確信を持つことができ、舞台で生きていこうと決心しました。そこで14歳の時に上京し、活動をスタートさせたんです。



2015年「恋するブロードウェイ♪」に出演した、デビュー当時の三浦さん。

■印象に残っている仕事を教えてください。

舞台「キングダム」ですね。体力的にももちろん大変でしたが、帝国劇場での初めての主演ということもあり、とてつもないプレッシャーを感じていました。当時は「プレッシャーなんてない！自分でできる事をやるだけだ！」と思い込んでいましたが、いざ千秋楽を迎えると、涙があふれてきて……。自分でも気づかないうちに、とてもいろんなことを背負ってやっていったんだなと気づきました。あの作品を乗り越えられたことは、大きな財産になっています。

■どんな子ども時代でしたか？

野球が好きで、家のガレージで新聞紙を丸めてボールを作り、プラスチックバットで家に向かって永遠に打ち続けていました(笑)。振り返ってみると、よく怒られなかったな……と思います(笑)。

■桑名の思い出スポットは？

九華公園のすく見つけにくいところに椅子とテーブルがあるので、そこを「秘密基地」と呼んでおじいちゃんと毎日のように遊びに行っていました。九華公園は初めて自転車で乗れるようになった場所でもあるので、とても思い出深い場所です。



幼少期のころの三浦さん。

■これからの夢や展望を教えてください。

とにかく舞台に立ち続けること。それが一番の夢ですね。もっとたくさん役を演じたいですし、たくさんすてきな作品に出会いたいと考えています。また、演じるだけではなく、作り手側にも興味があります。活動エリアも拡大して、日本だけではなく世界で活躍することも夢の一つ。夢は大きく、これからもがんばります！



身近な人が語る！

両親

子どものころから何事も自分で考え、決める子でした。5歳でバレエを習ったこと、14歳で単身上京したこと……、今も相談された記憶はないです。ずっとめざしていたバレエダンサーではなく俳優の道を選んだ時、親の勝手な思いから「英国ロイヤルバレエ団で、オペラハウスで踊ってくれるとずっと思ってた。自分で決めた道だから反対はしないけど、帝国劇場には絶対立ってね」と半分冗談、半分激励の気持ちを含めて送り出しました。それから5年後、最年少でレ・ミゼラブルのマリウス役に合格した時に「どうだ、帝国劇場だぞ！意外と早かっただろう」と、鼻息荒く俺さま全開のドヤ顔が今でも忘れられません。

PRESENT

三浦 宏規さんの直筆サインを抽選で5人にプレゼントします！
右記QRコードからご応募ください。
当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。



応募フォーム

NEWS

フレンチロックミュージカル「赤と黒」
12月～令和6年1月(東京、大阪)
ジュリアン・ソレル役
舞台「メディア/イアソン」
令和6年3・4月(東京、兵庫)
ミュージカル「ナビレラ」
令和6年5・6月(東京)





「桑名の本屋に通い、
マンガを読み
漁っていたことが
今の仕事に
つながっています」



ヤスダズヒトさん

イラストレーター、漫画家、デザイナーとして活躍中。マンガ『デュラララ!!』やライトノベル『ダンジョン』に出会いを求めるのは間違っているだろうか』などの人気作品のイラストを担当。現在、マンガ『夜桜四重奏～ヨザクラカルテット～』、マンガ『ブーツレグ』が月刊少年シリウスで連載中。

■今の仕事を始めたきっかけを教えてください。

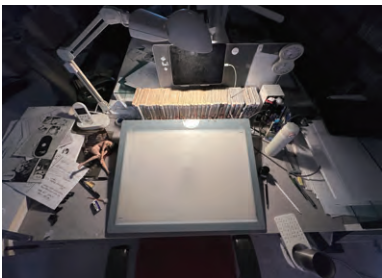
絵を描くことはもともと好きだったのですが、高校生のころは落書きをする程度でした。本格的に描き始めたのは大学で美術部に入学してからです。美術部では油絵やアクリル絵を、趣味でマンガイラストを描いていました。子どものころからマンガが好きだったので、いろいろな先生の絵を真似して描くなど勉強しました。

を反映させて新しい絵を描く…というサイクルがスピーディーで楽しくなってきました。父の知り合いだった桑名の人にパソコンを組み上げてもらい、それを使って色を塗ることも楽しかったですね。

関西の大学へ進学したので、「関西コミティア」というイベントでオリジナルのイラスト本を出していました。小さいイベントでしたが、今でも活躍されているような上手な人も多く、とても刺激になり、足しげく通っていました。

■プロをめざそうと思った理由を教えてください。

インターネットでホームページを作り作品を発表している時に、出版社からイラスト制作の依頼をいただきました。大学卒業間近になると、一定量の仕事を頂けていたので、「プロとしてやっていけるかな?」と思い、踏み出しました。その後、マンガを描く方へシフトしていき、現在に至ります。もともと人付き合いがよいほうではなかったのですが、仕事を通じていろいろな人に出会えたことが、プロになってからの一番の思い出です。



作業風景

■桑名の思い出スポットは?

桑名には高校生のころまで住んでいましたが、いい本屋がたくさんあり、マンガ好きの原点はそこにあった気がします。桑名駅周りの本屋さんを4軒ぐらいいまわりましたが、桑名駅前にあった商業施設「パル」の中にあった模型屋さんに通ったり。改めて思い出すと、パルの存在は本当に大きかったです。屋上遊技場から地下の「スガキヤ」まで、しょっちゅう入り浸っていました。あとは、お小遣いやお年玉をもらうと、「いもや本店」へ行ってプラモデルを買うのが楽しみでした。

■仕事をしていてうれしかったこと、大変なことを教えてください。

自分の作品がアニメになった時はやはりうれしかったですね。放送局が決まったら「桑名でも視聴できるか」を最初に確認するようにしています。今はほぼ見れるので、ありがたいです。大変なことは…いつもヒーヒー言いながら休みなく描き続けなければならぬので、体力面がキツイです。体力をつけようとジョギングと山登りを趣味にしています。いつか御在所岳と多度山に登りたいなとタイミングを見計らっています。



夜桜四重奏～ヨザクラカルテット～

■どんな子ども時代でしたか?

小学生のころは学区内を足や自転車で行き回り、虫や魚を捕りまくっていました。特に近所には小川や水路が多かったので、魚とりとザリガニ釣りは毎日のようにやっています。「ミスタートンカチ」で買ったタモを使いつづけては新品を買って…を繰り返していました。中学生になるとゲームにハマり、外で遊ぶことは減りましたが、電車通学だったので桑名駅周辺のお店情報はやたらと詳しくかったです。

■これからの夢や展望を教えてください。

好きな少年マンガをずっと描き続けていくことが夢です。「この作家、桑名出身だよ」と話のタネにできるくらい有名になることが目標です!

NEWS



マンガ
「夜桜四重奏
～ヨザクラカルテット～」
最新31巻
発売中(講談社)



漫画・イラストレーション・
インタビュー・対談集
「絵と言葉の記録
ヤスダズヒト
Creator's Book」
発売中(講談社)

マンガ「ブーツレグ」4・5巻 令和6年春発売予定(講談社)

PRESENT

ヤスダズヒトさんのイラスト入り直筆サインを抽選で1人にプレゼントします! 右記QRコードからご応募ください。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。



応募フォーム

小中学校再編計画の策定へ

なぜ学校再編が必要？

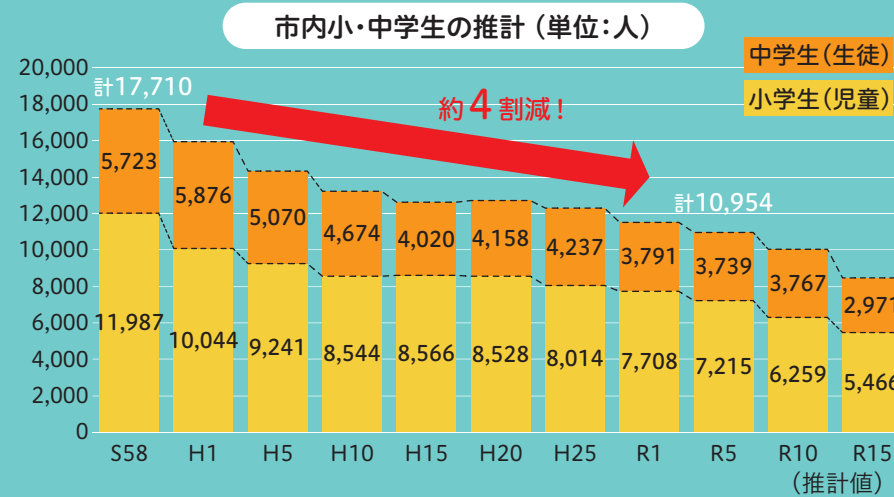
これからの時代を生きる子どもたちに求められる力とは！

子どもたちを取り巻く環境は、グローバル化や情報通信技術の進展、急激なAIの進化など加速度的に変化が進み、近い将来でさえ予測が困難な時代を迎えています。

そのような不透明な時代を生き抜いていくためには、固定的な知識だけでなく、未知な状況にも対応するために、自ら課題を見つけ、学び、考え、多様な他者と対話し、協働しながら判断し、行動できる力、いわゆる「生きる力」を身に付けていかなければなりません。

そしてこのような力を育むには、学校という一定の集団規模の中で、多様な価値観に触れ、多くの同世代とたくさん経験することが大切であり、特に9学年が活発に交流できる小中一貫校は、非常に有益な教育環境と考えられています。

令和5年度の小・中学生が、ピーク時から約4割減！



ところが、全国的な人口減少・少子化は止まらず、昨年度からお伝えしているとおり、桑名市もその例外ではありません。令和5年度の市立小中学校に通う児童・生徒数は、10,954人。これは昭和58年のピーク時(17,710人)に比べて4割近くも減少しています。そして今後もこの減少化は続く見込みです。

一方で学校数はほぼ変わっていないため、1校当たりの児童・生徒数が少ない、全学年でクラス替えができない学校(人間関係の固定化)が増加しています。

このままでは集団の中で多様な価値観に触れて育まれる「生きる力」の育成が、年々困難となる教育環境となってしまう。

また学校施設も全体の7〜8割が建築年数40年を超えており、老朽化がさらに進んでいくと、時代に合った教育の変化への対応が難しくなってきます。

子どもたちにより良い教育環境を！

子どもたちにより良い教育環境を提供するためには、小中一貫教育の推進を踏まえた上で、(先行している多度地区を除く)市立の全小中学校を対象にした①望ましい一定規模の児童・生徒数を確保すること②安全安心な学校施設にすることなどをめざした学校再編は、もはや待ったなしと言えます。

小中学校再編計画策定へ！

そこで、市立の全小中学校の小中一貫校への再編をベースとして①分散進学の解消を図りつつ、学校の適正規模を確保するための新しい小中一貫校の学区割や②小中一貫教育の実践にふさわしい新しい学校施設(小中一貫校)の建設などに向けて、今年度から調査分析を行い、令和7年度までの3力年をかけて、今後の各学区の再編の指針となる「小中学校再編計画」を、皆さんの声を聞きながら策定していきますので、「ご理解」ご協力をお願いします。

小中学校再編計画策定に向けた取り組み

子どもたち一人一人にとってより良い教育環境を実現するために小中学校再編計画を策定します。

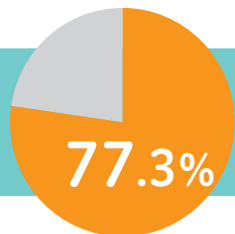
令和4年度

市民・児童生徒・保護者・教職員向けアンケートの実施

現在の教育環境および学校再編についてどう思っているのか、どのような教育環境が望ましいのか、アンケートを実施。



アンケートの結果、回答者全体の**77.3%**が『学校再編を容認または推進』と回答。



令和5年度

計画策定の基礎データとなる調査・分析の実施

将来の児童・生徒数の推計、施設状況などを把握して、小中一貫校への再編をベースとした、新しい学校区(案)などの検討資料を作成。



令和6年度
令和7年度

多度地区を除く全学校区共通の指針となる『小中学校再編計画』の策定

学校再編の基本方針や、新しい学校区の設定、新しい学校(小中一貫校)の候補地、再編スケジュールなどの計画を策定。



令和6～7年度の小中学校再編計画の策定について

ここで策定する小中学校再編計画は、**桑名市全体の教育環境の今後を考える計画**です。

1 市が作成する『小中学校再編計画の素案』を基に、保護者説明会や住民説明会、意見交換会などの実施を予定しています。皆さんの声を聞きながら、『小中学校再編計画(案)』を作成します。



2 その『小中学校再編計画(案)』をホームページに公開して、パブリックコメントにより、改めて皆さんの声を広く聞いて計画を完成させていただきます。



※悠分校は本計画から除きます。



自動運転を体験してみませんか

市では少子高齢化に伴う運転手不足など、地域公共交通を取り巻く課題に対応し、将来に渡り持続可能な移動サービスを提供するため、自動運転の実用化に向けた取り組みを実施してきました。

2種類の車両、ルートで実証実験を行います

公共交通としての利用を想定した「公道ルート」では乗車人数の多いバスタイプの車両を、また施設内など限られた空間での移動を想定した「駐車場ルート」では車両サイズや速度を抑えた小型の車両を使用します。今回は自動運転「レベル2^{*1}」相当の実証実験を行い、将来的な「レベル4^{*2}」に向けた課題を整理します。

※1:レベル2…運転の操作を基本的には自動で行うが、緊急時の対応など運転の主体はドライバーにある自動運転
 ※2:レベル4…一定の条件下であれば緊急時の対応も含め運転の操作を全てシステムが行い、ドライバーを必要としない自動運転

とき 12月19日(火)~22日(金) 10:00~12:00、13:00~15:30ごろ

試乗申込は
こちら

場所 ①公道ルート :ナガシマスパークランド駐車場~なばなの里
 ②駐車場ルート:ナガシマスパークランド駐車場内

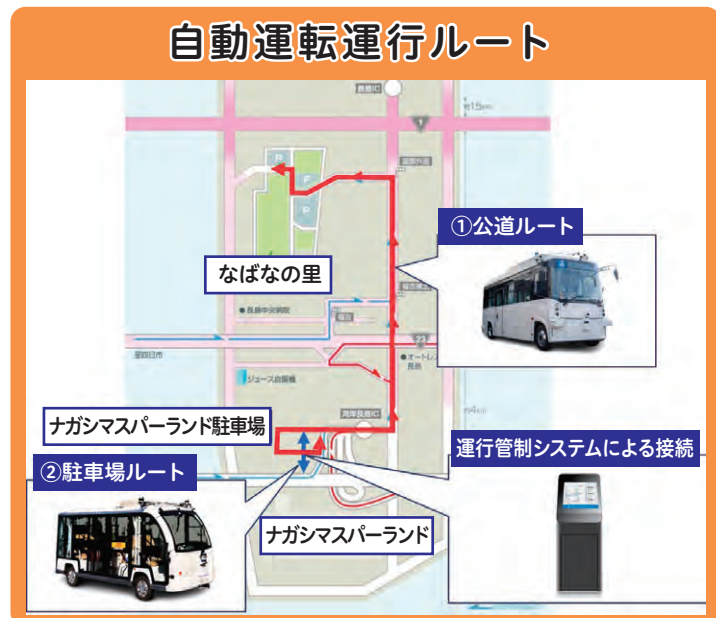


車両
 ①公道ルート…バスタイプの車両
 ②駐車場ルート…小型の車両

※周囲の物体検出、自車位置の推定、走行経路の策定、運転判断といった自動運転に必要な機能を備えています。

①自動運転EVバス
 車両定員25人、最高速度は70km/hですが、安全のため実験時は定員13人、最高速度40km/hで走行します。

②自動運転小型EVバス
 車両定員9人、最高速度は19km/hですが、安全のため実験時は定員7人で走行します。



試乗 試乗を希望の人は、市ホームページで確認の上、所定の方式でお申込みください。試乗は無料ですが、ナガシマスパークランド駐車場の駐車料金はかかります。

問 MaaS推進室 (☎ 24-1425 FAX 24-1412)



秋の叙勲・市文化功労者表彰 危険業務従事者叙勲

桑名市から秋の叙勲、危険業務従事者叙勲および市文化功労者表彰は、合計13人と1団体が受賞されました。

秋の叙勲



旭日
双光章
元桑名市議
ふみかず
伊藤 文一さん



瑞宝
小綬章
元公立高校長
あきら
近藤 明さん



瑞宝
単光章
元各種統計調査員
あけみ
石垣 明美さん



元公立小校長
よしき
近藤 芳樹さん



瑞宝
双光章
保護司
しゅんえい
小林 俊英さん

このほか、加藤忠司^{ただし}さんが瑞宝単光章を受章されています。



桑名の千羽鶴を広める会



藤田 澄子さん



大塚 由良美さん

市文化功労者表彰
市の無形文化財「桑名の千羽鶴」を継承に貢献した2人と1団体が受賞されました

受章おめでとう ございます



元愛知県警部補
ひでお
堀江 秀夫さん



元県警部補
まさき
谷崎 正希さん



瑞宝
単光章
元桑名市消防監
つかさ
水谷 司さん



元名古屋消防正監
せいじ
堀 清二さん



元愛知県警視
ひろたか
中村 博孝さん

危険業務従事者叙勲



市立図書館の本は、ホームページから予約ができます

- ①図書館ホームページトップ画面から「蔵書検索」を行います。
②検索結果一覧の中からご希望の本を選び、「予約ボタン」をクリック。
③利用券の番号(バーコードの下8桁の番号)とパスワード(Myライブラリから設定可能)を入力し、Myライブラリにログイン。
④予約した本が準備できた時の連絡手段と、受け取りを希望する図書館名を指定し、予約ボタンをクリック。(予約有効期間は必要に応じて入力)
⑤入力内容を確認し、予約ボタンをクリック。
以上で予約完了です。貸出準備が整ったらご連絡します。
※予約できる本は「貸し出し中」の場合のみです。Myライブラリから予約できない本は電話またはホームページのお問い合わせフォームで受付します。

年末年始休館のお知らせ

とき
中央図書館:12/27(水)~1/3(水)
ふるさと多度文学館・長島輪中図書館:12/27(水)~1/4(木)
※休館に伴い、貸出期間の延長を行います。
貸出期間延長の詳細は、館内掲示やホームページなどでご確認ください。

図書館スタッフによる 今月のおすすめ本

今月のテーマ 「掃除」

新幹線お掃除の天使たち

遠藤 功/著(あさ出版)

わずかな時間で車内を磨き上げる姿に魅了される。そんな仕事はどのようにして生まれたのか。乗客との心温まるエピソードもご紹介。



おそうじおそうじ おおそうじ

すとう あさえ/脚本、くすはら 順子/絵 (童心社)

今日はおおそうじの日。新しい一年が始まる前に、みんなでお部屋をきれいにしましょう!楽しい園生活を描いた紙芝居です。



ななちゃんのおかたづけ

つがね ちかこ/著、鈴木 尚子/監修 (赤ちゃん和妈妈社)

子どもにお片付けを教えるのは難しいですが、プロが監修したこのお話を読めば、親子で楽しくお片付けに挑戦したくなるかも!

「こころの掃除」術

斎藤 茂太/著(新講社)

悩みや不安を抱え、心が沈み込んでしまうこともあるでしょう。心の病へと変わってしまう前に「こころの掃除」を行いませんか。

24-4466 FAX 24-4627 休 毎週月曜、12/29(金)~1/3(水)

はなちょうす 花手水~フローティングフラワー~



六華苑庭園の花手水

六華苑の庭園内にある7つの手水鉢を「クリスマス」をイメージした赤や緑といった色鮮やかな花々で彩ります。
また、同日から洋館1階にクリスマスツリーも登場します。併せてお楽しみください。

21-3171 FAX 21-3173 休 12/1(金)~8(金)・11(月)、18(月)~1/12(金)まで展示入替休館

企画展 BE BRAVE -ヴィアティン三重、2023年の軌跡-



Jリーグをめざすヴィアティン三重の2023年のシーズンを振り返る企画展を開催。激闘の写真やパネル、選手のユニフォームなどを展示します。
共催:ヴィアティン三重ファミリークラブ

とき 12/7(木)~10(日) 9:00~17:00(入苑は16:00まで)
料金 入苑料のみ(大人460円、中学生150円)

とき 12/9(土)~17(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

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

子どもの意見の尊重



人権教育課

今年4月、こども基本法が施行されました。その基本理念の中に「子どもの意見の尊重」が示されています。
私の1歳の娘は「あれが食べたい」「これで遊びたい」「おむつを替えてほしい」といった主張を私にさまざまに表現方法で懸命に伝えようとしてくれます。懸命に伝えてくれる一方で、娘の伝えたいことが分からないときもありました。私の受けとめる力が問われているのだなと思います。周りにいる大人が子どもの主張を受け止め、理解することが大切だと感じています。
子どもは生まれながらにしてたくさん権利をもっています。自らの意見を表明し、権利を行使することもその一つです。それを保障していくのは私たち大人の役割と言えます。
子どもの意思や考えを表明したことに對して、私たち大人がそれを理解すること、受け止めること、尊重することが大切ではないでしょうか。

情報

子どもと考えたい 「ネット(情報)モラル」

大人だけではなく、子どもにとってもインターネットは欠かせないものになり、知識を広げることができたり、友だちと楽しいやりとりができたりと便利なツールです。
今年3月に内閣府の調査では、小学生(10歳以上)、中学生の9割以上9歳以下の低年齢層の子どもの利用状況についても、7割以上がインターネットを利用しての回答。子どもにとって、大人以上にインターネットは身近なものであり、抵抗を感じないため、危ないサイトへ平気でアクセスしてしまう、個人情報載せてしまうなどで事件に巻き込まれるケースがあります。また、SNSのやりとりによって、加害者にも被害者にもなるケースが見られます。
市内の小・中学校では、LINEみらい財団と連携し、構成したGIGAワークブックくわな(QRコード)などを活用しながら、情報モラル教育に取り組んでいます。ネット(情報)モラル教育は、学校、家庭、地域が連携することで、より充実したものとなります。
(学校支援課)

すくすく離乳食教室 初期・中期

成長時期に応じた離乳食に関する講話など

とき 1/9(火) 13:30~15:00
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 12/15(金)~28(休)



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 1/19(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 12/15(金)~1/12(金)



Q&A

小中学校でかかる費用の援助制度はありますか?

A 条件によってあります

経済的な理由により就学困難と認められる児童・生徒の世帯を対象に、学用品費、給食費などを援助する「就学援助制度」があります。
対象は、公立の小中学校に通学しているお子さんがいる世帯です。詳しくは教育総務課、通学している学校または市ホームページでご確認ください。
市HP

無料相談

Table with 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
循環器内科
みちはる
千賀 通晴 さん

今月の
テーマ
検脈のすすめ

動悸・息切れ・めまいなどが気になることはありませんか。もしかしたら不整脈が原因かもしれません。不整脈とは心臓内を流れる電気信号に異常が生じることにより、脈拍が速くなったり、遅くなったり、不規則になったりする病気で、一言で不整脈と言っても、命に関わるものから、治療を要しない予後良好なものまで多岐に渡りますが、最近特に問題視されている不整脈として「心房細動」があります。

心房細動は、心房で異常な電気信号が発生することにより、心臓が不規則に収縮する不整脈です。加齢、ストレス、高血圧、弁膜症などが原因となり、日本の推定患者数は100万人以上と報告されています。心房細動になると、心不全、脳梗塞、認知症などのリスクが高くなると報告されており、血液を固まりにくくする薬を内服したり、カテーテル手術などを要することがあります。心房細動の怖い点として、無症状の患者

さんが一定の割合で存在するため、心不全や脳梗塞を発症してから心房細動が見つかることがあります。最近では定期検診やウェアラブル端末などの普及で、早期に発見されることも増えてきました。が、まだ十分とは言えません。

ご家庭で不整脈の有無を調べる方法として「検脈」があります。左の手の平を上に向け、左手首の親指側に右手の薬指、中指、人差し指を優しく当ててみてください。脈を触知することができたら、不整がないか確認後、脈拍数を数えてみましょう。脈拍数の正常値は1分間に50〜100拍です。最初は難しいかもしれませんが、毎日続ければすぐに慣れると思います。

心房細動は早期発見が重要です。脈の乱れや息切れが気になるようであれば、ぜひお近くの循環器内科までお気軽にご相談ください。

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

今年1年の振り返りと
災害への備え

■災害は他人事ではありません
令和5年も残り1カ月となり、今年1年を防災の観点から振り返ると、桑名市には大きな被害はなかったものの、全国各地では浸水や土砂災害などさまざまな被害が発生しました。

特に忘れがたいのが、5月下旬から6月初旬に発生した豪雨災害です。停滞していた梅雨前線に台風2号に伴う暖かく湿った空気が流れ込んだ影響で、三重県南部や愛知県東部に線状降水帯が発生しました。これにより、愛知県東三河地域では短時間で非常に激しい雨が降り、河川の氾濫による床上浸水などの住宅被害、道路損壊、土砂崩れのみならず、人的被害が出るほどの甚大な被害が発生しました。桑名市は、被害が大きかった東三河地域から直線距離にして70kmほどの場所に位置しており、決して他人事では済まないほど差し迫っていた災害だったと言えます。

■事前の備えが大切です

線状降水帯の予測はまだ難しく、このような雨は、いつ、どこで発生してもおかしくありません。緊急時に慌てることのないよう、事前に次のことを備えておきましょう。

●避難先やルートの確認
可能であれば、親戚や知人宅などの縁故避難先を確保し、避難先までの複数のルートを確認

●非常持出袋の確認
家族分を準備し、消費期限や動作を確認

●災害発生時の情報取得方法の確認
桑名市災害時緊急メールなどを事前に登録する

今一度、家族、友人、親戚などと話し合い、いざという時に慌てず速やかに避難行動が取れるようにしっかり備えましょう。

問 防災・危機管理課 ☎ 24-1185 FAX 24-2945

- 材料2人分
- アサリ お好みで ● 白ワイン 大さじ1
 - ご飯 300g (日本酒でもよい)
 - 玉ねぎ 1/4個 ● チキンコンソメ 小さじ1
 - しめじ 小1パック ● 生クリーム 100cc
 - 塩こしょう 適量 ● パセリ お好みで
- 作り方

- 1 玉ねぎとしめじをみじん切りにしてフライパンで炒める
- 2 アサリと白ワインを入れてふたをする
- 3 アサリが開いたら一度取り出す
- 4 生クリームとチキンコンソメを入れて煮立たせる
- 5 ご飯をザルに入れ水でさっと洗って入れる
- 6 少し煮詰めて塩こしょうで味を整え、お皿に盛り付けアサリを乗せる
- 7 お好みにパセリをちらして完成

ポイント

リゾットはお米から作りますが炊いたご飯を水で洗って使う事で時短になります。
アサリ以外にもアレンジできて簡単でおいしいです。

次号はしょうげんのオーナー山谷さんに教えてもらいます！

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- アサリとしめじのクリームリゾット



問 秘書広報課 (☎ 24-1492 FAX 24-1119)

教えてくれたのは

cafe slow slow

ゆきこ
水谷 友紀子 さん

イングリッシュマフィンを焼いています。
7種のサンドがおすすめです。



みんなの 掲示板

● クルクル工房 年末年始のお知らせ

古紙、飲料缶など年末年始の資源物回収についてのお知らせです。詳細はお問い合わせください。

■ 年末年始 12/30(出)まで、1/6(出)から営業 9:00-16:00

■ 場所 クルクル工房(大字江場777-1)

■ 回収品目 新聞・チラシ、雑誌・雑誌、古着、飲料用缶・ビン(透明、茶色)、ペットボトル、スプレー缶、羽毛製品

■ 問 NPO法人かけはし桑愛 ☎ 23-0021

● 妊娠中から産後の女性のための対話カフェ

テーマに沿って紙とペンを使って対話のワークを行います。自分に向き合い、思いを整理したり考えを進められたりするきっかけづくりの場です。

■ とき 12/10(日) 10:00~11:30

■ 場所 はまぐりプラザ3階和室

■ 対象 妊娠中~産後の女性

■ 料金 無料 ■ 申込 QRコード

■ 問 マドレボニータ東海TOMOS 林 方
☎ 090-5611-0665



● 子育てひろば「あどあどタウン」

みんなでほっこりおしゃべりしながら、季節のお楽しみ企画を楽しみましょう！畑や花壇で土いじりもできるよ~。

■ とき 1/10(水)・23(火)、2/7(水)・20(火)

いずれも10:00~15:00(出入り自由)

■ 場所 新西方コミュニティセンター

■ 申込 不要 ■ 料金 100円 ■ 対象 未就園児親子

■ 問 みえアドラーグループ「結」足立 方
☎ 090-9771-1046





圧巻の時代行列!



10/28 赤須賀村・桑名町合併百年記念

赤須賀村と桑名町が合併して100年を記念して、奉祝行事が行われました。赤須賀の石取祭車6台が勢ぞろいし渡祭を実施。地元の人たちは年に2回も石取が見られてうれしいと喜んでいました。

10/22 商工まつり・時代まつり

第48回くわな商工まつり2023、桑名時代まつりが柿安コミュニティパークで開催されました。訪れた人たちはダンスステージや縁日、忠勝・千姫時代行列などを楽しんでいました。



青空に響き渡る美しい音色♪



10/28・29 六華苑 de あそぼう

六華苑竣工110周年を記念したイベントが開催されました。庭園でヴァイオリンの演奏を楽しんだり、桑名市在住の絵本作家とコラボしたフォトフレームづくりに取り組んだりしました。

10/28 障害者スポーツ大会

障害者スポーツ大会がヤマモリ体育館で開催されました。車椅子リレーやポッチャ体験、パンとり競争などの競技を行いました。会場は、競技を楽しむ参加者の笑顔と拍手でいっぱいでした。

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。

新登場「花と華」!



10/21 ~6/2 なばなの里 イルミネーション

20回の節目を迎えた「なばなの里イルミネーション」。今年はエジプトのピラミッドを舞台にした「黄金のピラミッド」をはじめ、新登場の「花と華」など、見どころ盛りだくさんで観客を魅了していました。



10/21 第12回 桑西竹の十三夜

桑名の竹林整備を目的に発足した市民グループ「NPO法人桑竹会」主催のもと、桑西竹の十三夜が開催されました。幻想的な竹灯りの中で聴く音楽に訪れた人たちは魅了されていました。

10/21 灯街道桑名宿・夜祭り

桑名の鑄物の灯籠とうろうがずらりと並び、幻想的な雰囲気を出していました。柿安コミュニティパークでの夜祭りでは、輪投げや射的、特産品販売、キッチンカーなどで大変にぎわいました。

はっとりひろきさん×桑名市 コラボ絵本ができました

国の重要文化財に指定されている六華苑の竣工110周年記念企画として、市内在住の講談社絵本新人賞受賞作家はっとりひろきさんと市がコラボして絵本を作りました。

この絵本に描かれているケロッカとクワッカというカエルの兄弟が暮らす家は、六華苑の洋館と和館がモデルになっています。

小さいお子さんにも六華苑を知っていただくきっかけとして、ぜひ手に取ってご覧ください。

「ケロッカとクワッカ」

ケロッカとクワッカはどろんこ遊びが大好き。夜中にこっそりどろんこ遊びをしていると…。



《初版限定》
ケロッカとクワッカによる六華苑のおはなしを絵本カバー裏側に掲載！



◎お求めは書店または六華苑でお願いします。

問 ブランド推進課 (☎ 24-1361 FAX 24-2474)

令和5年度「防火ポスター入選者」

消防本部が、管内の小・中学校の児童・生徒から防火ポスターの募集を行ったところ各学校で選ばれた作品310点の応募がありました。応募作品は、教育長を審査長とし、管内の教育関係者などによって審査され、86点が入賞しました。市内では次の皆さんが特別賞を受賞しました。

特別賞名	小学校の部		中学校の部	
	名前(敬称略)	学校名	名前(敬称略)	学校名
市長賞	三浦 聡一郎	長島北部小学校5年	山田 琴葉	成徳中学校2年
防火協会賞	植村 楓	在良小学校5年	阿部 早花	陽和中学校2年
消防長賞	大鹿 紗和	大成小学校5年	山本 佳歩	光陵中学校2年

特別賞のほかに、小学校の部で23人、中学校の部で14人が優秀賞に選ばれました。山田琴葉さんの作品が最優秀作品に選ばれ、「令和5年度街頭啓発用ポスター」として火災予防啓発に活用します。

小学校の部 市長賞
三浦 聡一郎さん

中学校の部 市長賞
山田 琴葉さん

問 予防課 (☎ 24-5279 FAX 24-5281)

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

新型コロナワクチン接種のお知らせ

現在、実施している公費負担によるコロナワクチン接種は令和6年3月31日までです。接種を希望する人は、お早めにご検討ください。

なお、令和5年9月20日~令和6年3月31日の間で、追加接種は1回限りです。

コロナワクチン接種の予約はウェブサイトまたはコールセンターへ

●ワクチン専用ウェブ予約サイト
(<https://jump.mrso.jp/242055/>)



●桑名市コロナワクチンコールセンター
ナナゴーゴー イチマルゴ
☎0120-755-105 (フリーダイヤル)
受付時間：9:30~18:00(土日祝含む)
※12/29(金)~1/3(水)の年末年始は休み

問 コロナワクチン接種課 (☎ 24-1496 FAX 41-2170)

東海3県初！マイナンバーカードの電子証明書更新・暗証番号ロック解除が郵便局でもできるんです！

これまで市役所でしかできなかったマイナンバーカードの電子証明書更新・暗証番号ロック解除が郵便局でも可能になりました。ぜひ、お近くの郵便局をご利用ください。

対象郵便局 桑名郵便局、桑名正和郵便局、桑名七和郵便局、桑名深谷郵便局、桑名播磨郵便局

受付時間 月~金曜日 9:00~16:00

手続き内容

- ・電子証明書の新規発行(署名用・利用者証明用)
 - ・電子証明書の更新(署名用・利用者証明用)
 - ・暗証番号の初期化(署名用・利用者証明用・住民基本台帳用・券面事項入力補助用)
- ※本人のみ受付可能。本人が15歳未満または成年後見人の場合は、法定代理人(親権者など)の同行が必要です。
※転居などの情報が反映されていないカードは受付できません。

必要なもの マイナンバーカード、マイナンバーカードのほかに本人確認できるもの(運転免許証など)
※本人が15歳未満または成年後見人の場合は、法定代理人(親権者など)の同行および次の(1)または(2)の書類が必要です。

- (1) 戸籍謄本や登記事項証明書(同一世帯の親権者は不要)
- (2) 法定代理人の顔写真付き本人確認書類1点(マイナンバーカード、運転免許証など)

問 戸籍・住民登録課 (☎ 24-1159 FAX 24-1353)

入居者募集中

★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
桑名市福島1000-1 ☎27-2772

日々の様子をブログにて公開中
ふくじまだより

一泊体験も受付中
(食事・送迎ありで無料)

見学・詳細はお気軽にお問い合わせください

自分らしく自由な暮らし
快適で安心な毎日。

今までの暮らしを大切に
心穏やかな毎日を過ごす…
必要なだけのサービスと
安心感ある医療体制。
元気なあなたに送る
びっぴりな住まいです。

サービス付き
高齢者向け住宅 **ベイサイド長島**

自立した豊かな暮らしができる
BAYSIDE Nagashima
ベイサイド長島

入居者募集中!

介護が必要な方も
必要でない方も
ご入居いただけます

家賃¥60,000より(その他に共益費、生活支援サービス費が必要です)
●自家用車持ち込みOK! ●コンビニとバス停すぐ近くにあり
●1階にリハビリ施設、クリニックもあり安心です!

お気軽にお問い合わせください。
☎0594-45-8862

〒511-1133 桑名市長島町横溝蔵573
ベイサイド長島 アパティア

館内見学いつでもOK!!

イベント

すてきな賞品を当てよう!健康マイレージ

「桑名市健康マイレージ」とは、皆さんの健康づくりを応援するための事業です。1日の歩数や体重を測定したり、健(検)診を受診したりすることで健康ポイントをためて申請すると、抽選で、市内企業・店舗提供のすてきな賞品が当たります。また、参加者全員に県内のマイレージ特典協力店でさまざまなサービスを受けられる「三重とこわか健康応援カード」をプレゼントします。

- とき** 12/31(日)まで **対象** 市内在住・在勤・在学の人
- 申込** 保健医療課で健康マイレージチラシ(健康ポイント申請シート付き)を受け取り、健康ポイントを100ポイント以上ためて、直接または郵送、ファクスで保健医療課(〒511-8601 中央町2-37)へ。
※申請シートは市ホームページからもダウンロードでき、同ページにある入力フォームでも申請できます。
※申請は、期間内1人1回限りです。
- 締切** 1/12(金) 必着
- ※ポイントのため方は「健康ポイント申請シート」で確認できます。
※抽選で当たる賞品は未定です。昨年度の賞品は市のホームページでご覧いただけます。
- 問** 保健医療課 (☎ 24-1182 FAX 24-3032)



市HP

- ポイントの一例
- ・1日の歩数を測定する : 10pt
- ・体重を週1回以上測る : 20pt
- ・朝、昼、晩3食食べる : 20pt
- ・健(検)診を受ける : 10pt

オレンジカフェ(認知症カフェ)

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	場所	問い合わせ先
① 12/12(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 12/12(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 12/13(水) 14:00~15:00	光精工コミュニティプラザ (大山田1-7-4)	北部西地域包括支援センター ☎ 41-2114
④ 12/15(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
⑤ 12/19(火) 10:00~11:30	コミュニティハウス縁 (上野2-300)	南部地域包括支援センター ☎ 25-1011
⑥ 12/23(土) 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
⑦ 12/28(木) 10:00~11:00	喫茶店「どんぐり」 (野田3-7-9)	北部西地域包括支援センター ☎ 41-2114

※①③④は、事前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(飲み物代など)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。
※家族による家族のための介護家族のつどいを開催します。詳しくはQRコードからご確認ください。
問 介護予防支援室 (☎ 24-5104 FAX 27-3273)



家族のつどい

受験生にエール!北勢線合格祈願列車

三岐鉄道北勢線は12/27(水)から、受験シーズンを迎える受験生を応援するため、「受験生にエール!北勢線合格祈願列車」を運行します。
列車内に、東員町にある猪名部神社でご祈禱を受けたつり革アドストラップを設置し、アドストラップに書かれた宮司直筆の祈願書と受験生への応援メッセージで受験生を応援します。
また、運行期間終了後には、「つり革アドストラップ」を希望者に配布します。詳細については、後日広報紙およびホームページでお知らせします。
期間 12/27(水)~2月中旬 **運行列車** k73(4両)
問 北勢線対策室(☎ 24-1247 FAX 24-1412)
※運行情報などについては、東員駅(☎ 76-3690)へお問い合わせください。



募集

くわなメディアライヴの市民モニター

複合公共施設「くわなメディアライヴ」のさらなる充実を目的に、広く市民からの意見を聞くため、市民モニターを募集します。図書館サービスや館内の快適さなどについて、チェックしていただきます。
とき 1/4(木)~2/29(木)
定員 2人(定員を超えた場合は選考で決定します) **報酬** 月額 6,700円
応募資格 市内在住の満18歳以上の人で、月に5回程度来館できる人
申込 「くわなメディアライヴを利用して感じたこと」をテーマとした作文(400字程度)に住所、名前、職業、年齢、性別、電話番号を記入し、直接または、郵送でくわなメディアライヴ事務局(〒511-0068 中央町3-79 中央図書館内)へ。※封筒の表に「モニター応募」と朱書きしてください。
締切 12/19(火) 必着 ※応募された作文は返却しません。
問 くわなメディアライヴ事務局(☎ 24-1468 FAX 22-0795)

オンライン議会報告会

とき 1/12(金) 19:00~20:30
テーマ 桑名の魅力づくりについて
方法 オンライン方式(Zoom)
申込 下記QRコードより



申込フォーム

締切 1/10(水) 事前申込制
問 議会事務局
(☎ 24-1365 FAX 24-1359)

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 子どもの栄養と食生活、子どもの身体の発育と病気、保育の心など
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)



市HP

日付	時間
① 1/27(土) 10:00~15:30	
② 2/3(土) 9:30~16:30	
③ 2/4(日) 10:00~16:40	
④ 2/12(月) 9:30~16:40	
⑤ 2/23(金) 10:00~16:10	

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

お住まいのリフォームはお気軽に、当社へご相談下さい。



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

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。



※有料広告掲載欄

年末の交通安全県民運動(12/1~10)

あわただしい年末の時期、安全確認がおろそかになり、交通事故が増える傾向にあります。心にゆとりを持ち、交通ルールをしっかり守って、事故を防ぎましょう。また、12/1は「三重県飲酒運転0(ゼロ)をめざす推進運動の日」です。飲酒運転は運転者本人だけでなく、お酒を提供した人、運転させた人、同乗した人も罰せられます。「飲酒運転をしない、させない」という強い意志を持ち、飲酒運転をなくしましょう。

- <運動の重点>
- ①子どもと高齢者の交通事故防止
 - ②横断歩道における歩行者優先の徹底
 - ③シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - ④飲酒運転などの根絶
 - ⑤自転車などのヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

問 危機管理室
☎ 24-1337 FAX 24-2945

献血にご協力ください

とき 12/13(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



年末年始のコミュニティバスなどの運行

12/29(金)~1/3(水)の期間、コミュニティバスおよびデマンドタクシーは終日運休します。1/4(木)以降は通常通り運行します。
問 MaaS推進室
☎ 24-1425 FAX 24-1412

イベント

伊勢大神楽

伊勢大神楽「総舞」が行われます。桑名の伝統芸能を、ぜひ一度ご覧ください。

とき 12/24(日) 12:30~15:00ごろ
場所 増田神社境内(太夫155)
※「太夫」バス停車、徒歩約3分
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

問 ブランド推進課
☎ 24-1361 FAX 24-2474

住吉神社で初日の出

鳥居の真ん中から出る初日の出を見ることができ、神社内で甘酒(ノンアルコール)の振る舞いもあります。

とき 1/1(祝) 7:00ごろ
場所 住吉神社(六華苑前)
※六華苑第2駐車場をご利用ください。
※年末年始のお問い合わせは、桑名住吉神社保存会 佐藤方(☎090-1741-9360)へ。

問 観光課
☎ 24-1231 FAX 24-1140

お知らせ

家屋を取り壊した人へ

固定資産税は、毎年1月1日現在の状況で課税されます。居宅や倉庫などの家屋または家屋の一部を取り壊した場合は、固定資産税係へ連絡してください。なお、登記されている家屋を取り壊した場合は、法務局で滅失の登記を忘れずに行ってください。

問 税務課
☎ 24-1143 FAX 24-1253

市立幼稚園、小・中学校臨時講師などの登録者

- ・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

成年後見制度推進シンポジウムの開催

成年後見制度は知的障害や精神障害などによって判断能力が不十分な人を支援する制度です。実際の成年後見人の活動内容を聞きながら、将来に備えて一緒に考えてみませんか。

とき 2/10(土) 13:00~15:00
場所 総合福祉会館
テーマ 知っておこう! 備えておこう! 親なき後のための成年後見制度

料金 無料
申込 市社会福祉協議会(☎22-8218 FAX 23-5079)へ下記QRコード、電話、ファクスのいずれかでお申込みください。
※ファクスの場合は、名前、電話番号、職業を記載してください。
※成年後見制度についての質問も募集中!

締切 1/19(金)
問 障害福祉課
☎ 24-1171
FAX 24-5812



申込フォーム

②日帰り(大会参加費、リフト代、保険代含む)

・小学生 3,000円
・中学生 4,000円
・高校生以上 6,000円
※宿泊者キャンセル料2,000円(前日、当日キャンセルの場合)

申込 直接、生涯学習・スポーツ課または市スポーツ協会へ。

期間 12/1(金)~15(金)9:00~17:00

問 生涯学習・スポーツ課
☎ 24-1251 FAX 24-1355
市スポーツ協会事務局
☎ 23-4826 FAX 41-4826

乙種防火管理講習・甲種管理新規講習・防災管理新規講習

【①乙種防火管理講習・②甲種防火管理新規講習】

とき 1/31(水) 2/1(木)9:30~16:00
※乙種防火管理講習は1/31(水)のみ

【③防災管理新規講習】

とき 2/2(金) 9:30~15:30
場所 くわなメディアライヴ
対象 市消防本部管内(桑名市、いなべ市、木曾岬町、東員町)の事業所などの人、または管内在住の人

定員 ①② 計100人、③防災管理新規講習 40人(先着順)

料金 ①③3,000円 ②4,000円
※テキスト代含む。

申込 下記QRコードから
※電話・ファクス・郵送での受付はしていません。



①②



③

期間 12/12(火)~1/5(金)
問 予防課
☎ 24-5282 FAX 24-5281

第14回 市民キンボール大会

巨大なボールを床に落とさないよう、チームで協力し合う競技です。初めての人でも楽しめます。

とき 1/14(日) 8:30~12:00
場所 ヤマモリ体育館

対象 市内在住・在勤・在学の人
部門 小学生の部:1~6年生またはその保護者(女性に限る)

※保護者は複数人同時にプレーすることはできません。
一般の部:中学生以上
※各部門とも1チーム4~7人、男女構成自由

料金 無料(参加賞あり)
申込 電話またはファクス、メールで申込書を生涯学習・スポーツ課またはスポーツ推進委員へ

締切 12/26(火) 必着
問 生涯学習・スポーツ課
☎ 24-1251 FAX 24-1355
✉ shogakum@city.kuwana.lg.jp

第60回桑名市民スキー大会

グレンデをきれいに楽しく滑る技術を学ぶ一般コースと競技コースがあります。

とき 1/20(土)~21(日)(2日間)
場所 平湯温泉スキー場(岐阜県高山市奥飛騨温泉郷平湯)

対象 小学生以上でスキー経験がある市内在住・在勤・在学している人および、市スキー協会会員の人
※競技コースはスノーボードでも参加できます。

定員 40人
料金 ①宿泊(宿泊費、大会参加費、リフト代、保険代含む)

・小学生 1万1,000円
・中学生 1万5,000円
・高校生以上 2万円



募集

陶芸体験【要予約】手びねり・電動ろくろ体験

とき 12/10(日) 13:30~15:30
料金 1,040円(陶土1kg)

定員 最大10人(中学生以上)
※電動ろくろ体験は、当館電動ろくろコース経験者に限ります。
※キャンセルの場合は参加料金1,040円をご負担いただきます。

問 長島ふれあい学習館
☎ 41-1041 FAX 41-1011

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 12/20(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7回 市民カフェ

少子化が進んでいます。その理由は何でしょうか。また、これから日本、地域はどうなるのでしょうか。皆さんでコーヒーを飲みながらワイワイ話します。どなたでも参加できます。

とき 12/20(水) 10:00~11:30
場所 くわなメディアライヴ

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

桑名・いなべ
バイオリン教室
生徒募集
無料体験レッスン
実施中!

お子様から大人まで
33回レッスン/年間
月謝9,000円/月
講師 伊藤里紗子

詳しくはこちら
<https://risakoito.vn.com>

東海ろうきん 桑名支店
冬の預金キャンペーン

キャンペーン期間
2023年 12/1(金)
2024年 1/31(水)

キャンペーン詳しくはこちら

東海ろうきん 桑名支店 ☎0120-191503 平日9:00~17:00 (土・日・祝日除く)

東海ろうきんホームページ <https://tokai.rokin.or.jp>

2023年11月15日現在

※相談は無料ですが、通話料がかかります。また、相談は30分程度をめぐにお伺いします。
※開始時間直後は相談が集中し、つながりにくくなることがあります。その場合は、時間を空けてからおかけ直してください。

問 三重県環境生活部くらし・交通安全課
☎059-224-2400

優良運転者表彰

優良運転者として表彰を受けるには申し込みが必要となりました。

- 要件**
- ①三重県交通安全協会の個人会員
 - ②県内に住所がある
 - ③運転免許取得後、30年以上、自己の責任による交通事故がない
 - ④5年以内に交通違反がない
 - ⑤5年以内に罰金以上の刑に処せられたことがない

申込 要件を全て満たし表彰を希望する人は12/28(水)までに所定の手続きを終えてください。

問 三重県交通安全協会
☎059-253-7744

いちばの朝市

新鮮な野菜・果実・鮮魚・魚介類など安心安全、美味しいものをたくさんそろえています。「マグロの解体ショー」や「模擬セリ」などのイベントも予定しています。ご家族や友人など、お誘いの上、ぜひ遊びに来てください。

とき 12/10(日) 7:00~12:00
場所 北勢地方卸売市場(四日市市河原田町)

問 北勢地方卸売市場 管理事務所
☎059-347-8111

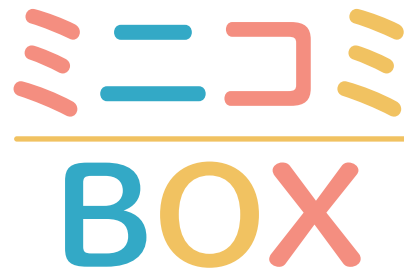
借金のお悩み電話相談

ご家族や知人からの相談もOK! 法律の専門家が直接お話を伺います。

とき 12/3(日)・17(日) 10:00~16:00

対応者 弁護士(三重弁護士会)および司法書士(三重県司法書士会)

☎059-224-3114
※相談日当日のみの専用ダイヤルです。



市関係団体のイベントなどを掲載しています

モノ・コトショップ

家庭で不用になったけれど、まだきれいで活躍しそうなモノをお持ちいただき、必要な人に譲る不用品交換のお店を開催します。

とき 12/2(土)・6(水)・13(水)・20(水)・27(水) 10:00~15:00

場所 リサイクルの森
対象 桑名市、木曾岬町、東員町 在住の人

取扱 家具類、衣類、食器類、おもちゃ、絵本

※持ち込み・持ち帰りともお一人様5点まで(家具は1点)

問 リサイクルの森
☎87-5133 FAX 87-5152

年末年始、市役所の業務をお休みします

12/29(金)から1/3(水)まで市役所・各地区市民センターはお休みです。主な施設の年末年始のお休みは下記のとおりです。戸籍の届出などは、夜間・休日受付で休み中も受け付けます。

●主な施設の休業日

問 各施設

施設名	休業日
市役所、地区市民センター、まちづくり拠点施設、パブリックセンター、柿安シティホール、くわなメディアライヴ、福祉なんでも相談センター、光精工コミュニティプラザ、スター21、ぼかぼか、にこにこ、キラキラ、長島地域子育て支援センター、体育施設(ヤマモリ体育館、NTN総合運動公園、長島B&G海洋センター、多度体育センター)、サテライトオフィス	12/29(金)~1/3(水)
斎場「おりづるの森」	1/1(祝)

●ごみの収集 12/30(土)~1/3(水)はお休みです。

問 環境対策課(☎24-1436 FAX 22-5183)

	桑名地区		プラスチック	多度地区		長島地区	
	可燃			可燃・プラスチック		可燃	プラスチック
	南(月・木)地区	北(火・金)地区	A地区	B地区			
年末最終収集日	12/28(木)	12/29(金)	12/27(水)	12/28(木)	12/29(金)	12/29(金)	12/26(火)
年始収集開始日	1/4(木)	1/5(金)	1/10(水)	1/4(木)	1/5(金)	1/5(金)	1/9(火)

※筒尾・陽だまりの丘の不燃・資源物回収は1/6(土)に行います。

※藤が丘・松ノ木の不燃・資源物回収は1/13(土)に行います。

※野田・大山田の不燃・資源物回収は1/20(土)に行います。

業務内容	休業日
清掃センター(土砂・ガレキ類搬入)	12/29(金)~1/3(水)
粗大ごみ予約受付 ※電話予約	12/29(金)~1/3(水)
スーパー等資源物回収	12/30(土)~1/3(水)
リサイクルの森(一般廃棄物搬入)	12/31(日)~1/3(水)

●し尿・浄化槽の汲み取り、清掃

問 環境対策課(☎24-1436 FAX 22-5183)

年末は混雑することが予想されますので、12/15(金)までに地区指定の許可業者までお申し込みください。

地区	業者名	連絡先
桑名	株式会社東城	☎22-1041 FAX 22-8528
	有限会社桑名クリーンワールド	☎22-2283 FAX 22-2284
	有限会社桑名環境サービス	☎22-7776 FAX 22-0262
	株式会社コスモ	☎22-2211 FAX 21-7001
多度	有限会社桑名クリーンワールド	☎22-2283 FAX 22-2284
長島	株式会社コスモ	☎22-2211 FAX 21-7001
	有限会社キムラ	☎42-5515 FAX 42-5516

年末年始歯科診療のご案内

診察日	担当医院	住所	電話番号
12/30(土)	星見いとう歯科	星見ヶ丘6-105	☎33-3366
	桑名歯科	長島町出口63	☎42-1811
12/31(日)	たか歯科クリニック	太一丸687-1	☎87-5320
	中野歯科医院	北寺町30	☎21-8148
1/2(水)	六石歯科医院	いなべ市北勢町麻生田3315-1	☎72-6601
	医療法人 ヒルカワ歯科	矢田765	☎22-8336
1/3(木)	津田歯科医院	長島町又木62-5	☎42-3711
	みずの歯科	大福宮東305-1	☎27-5511

診療時間 9:00~12:00

1/1(祝)は休診です。受診には、健康保険証、受給者証(お持ちの人)をお持ちください。

問 保健医療課(☎24-0562 FAX 24-3032)

12月4日~10日は「人権週間」です



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、入選したものの一部を紹介しています。

昭和23年12月10日、国連総会で世界人権宣言が採択されました。この日を最終日とする1週間は「人権週間」です。市では、これに合わせて街頭啓発や人権相談などを実施します。この機会に、皆さんも人権について正しい理解と知識を持ち、身近にある人権問題について考えてください。お互いの人権を尊重できる豊かな社会をめざしましょう。

本年度は人権週間内の12月4日(月)に市内で街頭啓発を実施します。

■世界人権宣言

第一条 すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である。人間は、理性と良心とを授けられており、互いに同胞の精神をもって行動しなければならぬ。

■法務局職員・人権擁護委員の特設人権相談

とき 12月5日(火) 10時~15時(法務局は9時~16時)

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
津地方法務局桑名支局(星見ヶ丘1丁目101-2)

申込 不要

■人権擁護委員の特設人権相談

とき 12月9日(土) 11時30分~15時

場所 柿安シティホール3階和室

申込 不要

※「人権フェスタ」の開催に合わせて設けています。

問 人権センター
☎27-6677 FAX 27-6678



桑名の未来をもっと明るく!

デジタルファースト

取りくみレポート



デジタルを活用してもっと便利に

●キャッシュレス決済導入

市では、デジタルを活用した住民サービスの向上に取り組んでおり、その一環として、窓口での証明書発行手数料など、一部の支払いにキャッシュレス決済を導入しています。

今年2月に、戸籍・住民登録課の窓口でキャッシュレス決済を開始し、税務課の窓口でも利用できるようになりました。現金を準備する必要がなく、お手持ちのスマートフォンやクレジットカードでスムーズにお支払いができます。

さらに、大山田・多度・長島の各地区市民センター、サンファールサテライトオフィスの窓口にも拡大し、身近な場所での支払いに利用できるようになりました。

これからも、デジタルを活用した住民サービスの向上に努め、皆さんの生活がより良くなるよう取り組んでいきます。

問 スマートシティ推進課 ☎ 24-1338 FAX 24-1435

●LINEからオンライン申請

市LINE(ライン)公式アカウントの友だち募集中!ぜひ「友だち登録」して、オンライン申請をご利用ください。



オンライン申請の一部

- ・身分証明書・マイナンバーカード受取予約
- ・保育所(園)入所・職員採用試験・寄付
- ・障害者医療費助成(県外分)・バス検診など



市長まちなか探索

舞台上で活躍! 大人気俳優

今月のテーマ

俳優 三浦 宏規さん

今月の特集は「COOL KUWANA」。桑名市出身で活躍されているミュージカル俳優の三浦宏規さんと、漫画家・イラストレーターのヤスタ スズヒトさんをご紹介します。

今年の8月、三浦さんが出演している舞台「千と千尋の神隠し」を御園座で観劇しました。三浦さんにお会いするのは実に9年ぶり。身長もグッと伸び、立派に成長された姿に、私はまるで親戚のおじさんのような気持ちになりました。

三浦さんは「千と千尋の神隠し」で、ハク役を熱演。クラシックバレエの出身らしい、しなやかな動きと凛とした表情に魅了されました。ちなみに相手の千尋役は橋本環奈さんでしたが、紅白の司会を務めるほどの女優さんに負けない三浦さんの存在感に、大変感動しました。三浦さんが出演するのは「レ・ミゼラブル」「キングダム」「のだめカンタービレ」など、人気の作品ばかりで、なかなかチケットが手に入らないほど。聞くと、なんとスケジュールは4年先まで埋まっているそうです!

多忙のため、めったに地元桑名に帰ってくるのができないとのことですが、この夏は一日だけ帰省することができ、実家で次の舞台に向けてピアノの稽古をしたと話してくれました。久々の帰省でも、舞台のための稽古に励む三浦さんのストイックな姿勢に感服です。桑名出身の人がエンタメの世界で大きく羽ばたかされていることを大変うれしく思います。市民の皆さんにとっても、同郷人の頑張りは、誇らしいですね。

三浦宏規さんをはじめ、桑名から羽ばたき、各界で活躍されている人たちを、これからも応援し続けたいと思います。



公演終了後に三浦さんと撮影



御園座の前

無料相談

	名称	とき	詳細
行政・法律・市民相談	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】	弁護士の交通事故相談 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
	行政相談	第1木曜 9:00~12:00【予約不要】	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
	公証人相談	第2水曜 10:00~12:00【予約制・前日まで】	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
	司法書士の相続相談	第2木曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】	土地家屋調査士相談 土地の境界・測量に関することなど
	司法書士相談	第3火曜 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ことなど
	土地家屋調査士相談	第3火曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】	場所 市民相談室(市役所地下1階) ☎ 24-1188 FAX 24-4102
	行政書士相談	第4木曜 14:00~16:00【予約制・前日まで】	場所 総合福祉会館 ☎ 22-8218 FAX 23-5079
	市民相談	月~金曜 8:30~17:00	問 福祉後見サポートセンター(社会福祉協議会)
	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	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 12/25(月)必着 ☎ 24-1413 FAX 24-1735 ✉ hatarakim@city.kuwana.lg.jp
女性弁護士による女性法律相談	1/13(土) 9:00~11:55(1人30分)【予約制】 ※新規申し込みの人優先		
人権	人権擁護委員による人権相談	12/5(火) 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
	人権相談	火・木・金曜(祝日を除く) 9:00~16:00 月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:00	場所 多度地区市民センター ☎ 49-2002 FAX 48-3979 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
消費	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
年金・税金	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
福祉	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	12/21(木) 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
その他	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 12/10(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

12/25(月)まで

固定資産税3期
国民健康保険税6期

●交通事故発生状況

(令和5年10月31日現在)

	10月中	累計	前年累計同期比
総件数	410件	3,516件	+148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事業者(有料)
公道漏水やその他 お客さま総合センター ☎ 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・30日 青木内科 ☎ 22-1111 10日・24日・31日 桑名病院 ☎ 22-0460

HAPPY BIRTHDAY

12月に誕生日を迎える
子どもたちが集合!



れい
野見山 澪ちゃん
12月1日で1歳です

祝1歳!
いつもありがとう
う♡大好き♡



ななは
積木 菜々花ちゃん
12月29日で1歳です

大好き♡これか
らもたくさん
笑おうね!!



ゆうま
近藤 佑磨くん
12月20日で1歳です

たくさん食べて
大きくなってね♡



りお
山崎 凌央くん
12月6日で1歳です

1歳
おめでとう!
大好きだよ♡



みずき
阪口 瑞季ちゃん
12月16日で2歳です

2歳
のお誕生日
おめでとう!



はろ
川上 晴路くん
12月20日で1歳です

ハッピーバース
デー!! 2年目も
よろしくね!

応募方法

2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!



桑名市内にある
お茶カフェ「茶
輪」さんに、最近
ハマっています
♡

highhappy987さん



桑西竹の十三夜。
幻想的な竹藪の中で
心地よい時間でした。
fuku5chizu7さん

上之輪の田んぼで
たくさんのイヌタデ

katasan1101さん



桑名市
公式SNS、
やっています。

X (旧 Twitter)
@kuwana_city



LINE
@kuwana987



Instagram
@kuwana_official



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

避難勧告・指示、災害発生時の各種
情報、子育て情報、博物館情報、観光・
イベント情報などをメールでお知
らせします。右のQRコードから登
録できます。

●音声でお伝えする「声の広報くわな」
は、ホームページに掲載しています。

あなたに
合わせて
情報をお届け

