

みんなの未来にわくわくを



デジタルとアナログ、  
それぞれの良さを生かして  
1人でも多くの人に伝えたい。

特集

広報×DX

日常も緊急時も。伝わる仕掛けづくり

# 日常も緊急時も。伝わる仕掛けづくり

市では、皆さんが今読まれているこの広報紙のみならず、デジタルツールを含むさまざまな方法で広報業務を行っています。今月は、市の情報が「伝わる」ために行っている工夫やツールをご紹介します。

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



私たちがご紹介します

桑名市役所  
秘書広報課 広報広聴係  
伊藤さん(左) 江夏さん(右)

## 市の広報方法・工夫

### メールマガジン

災害時緊急メールなどをお届け。緊急時は多言語配信あり。



### マチイロ・マイ広報紙

広報紙をスマートフォンなどで閲覧。



### 子育てAIチャットボット

子育てに関する疑問・質問に24時間365日いつでも回答。



### フェアナビ

市ホームページを弱視や老眼など症状別に見やすく設定可能。

### X(旧Twitter)

観光情報やまちの出来事など、情報はバラエティ豊か。



### デジタルサイネージ

庁舎南玄関・イオンモール桑名に設置。公示や啓発情報などを発信。

### Instagram

自然、食べ物、まちのにぎわいなどを写真や動画で投稿。



### 桑名駅前LEDビジョン

2024年4月にリニューアル。観光情報などをお届け。

### LINE

市政情報配信や、子育てなどに関する申請手続きも可能。



### 声の広報

目の不自由な人を対象に、ボランティアの協力により広報紙を音訳し、声による広報を行い、市ホームページで公開。



### YouTube

イベント情報や説明動画などを分かりやすく発信。



## 情報発信についてご意見をお聞かせください

※回答期限:3月31日  
※ウェブ回答ができない人は、秘書広報課に設置してあるアンケート用紙をご利用ください。



大切にしていることは「伝わる」広報であること  
広報業務を担当している部署は、「秘書広報課 広報広聴係」です。市の情報を「伝える」のではなく、「伝わる」ことを意識しています。単に伝えるだけでは行政からの一方通行となり、市民の人たちに理解してもらえない可能性があるからです。「分かりにくいところはありますか」「行政特有の用語を使っていないか」など発信する情報は全て係内全員がチェックします。

市の情報を市民に届けることはもちろんですが、市外の人にも届ける工夫が必要です。そこで、X(旧Twitter)やLINEなどのSNSを活用して、移住先・旅行先・企業の新たな進出先などを探している人たちへ桑名の魅力を発信。そのためには、情報の提供を待つのではなく、自ら情報がないか探して回る毎日です。

- 02 キラリ★くわな人
- 03 **特集** 広報×DX 日常も緊急時も。伝わる仕掛けづくり
- 06 令和6年分 税の申告が始まります
- 08 子育て広場 図書館・六華苑・博物館
- 10 メディカルニュース くわな防災教室
- 11 人気の給食レシピ みんなの掲示板
- 12 EVENT ALBUM(イベントアルバム)

- 14 くわな INFO
- 20 無料相談
- 21 くわなスタートアップ・オープンフィールド 取り組みレポート! 市長まちなか探索
- 22 HAPPY BIRTHDAY 桑名のイトコ教えてください。

### 今月の表紙

市博物館で動画を撮影している様子です。市民の皆さんや市外の人に情報や魅力がより伝わるよう、さまざまなツールを取り入れながら広報活動を行っています。



オペラ歌手 はれ晴さん  
伊藤 晴さん

## キラリ★くわな人

桑名市出身の伊藤さんは、ソプラノ歌手としてコンサートやオペラ公演の舞台で活躍しています。新国立劇場主催の『夢遊病の女』のリーザ役や、三重県文化会館で行われた、日本で90年続き、最も歴史のあるオペラ団体「藤原歌劇団」の『蝶々夫人』の表題役などを務めたほか、2月から新国立劇場で上演される『カルメン』ではミカエラ役として出演されます。

オペラを始めたきっかけは大学のファイナルコンサート。初めて衣装を付けて大勢の前で歌唱した時、歌うことの魅力を感じ、この活動を続けたいと思ったそうです。桑名への思いを尋ねると、3歳の頃から高校卒業まで市内のピアノ教室に通っていたことや、多度の自然豊かな環境で遊んだことなど、桑名で過ごしてきた時間の中で、オペラや歌曲の歌詞を読み解く上で重要な感受性を養ってきた、大切な故郷だと教えてくれました。今後は、いろいろな場所で歌い、オペラの魅力を広めていくとともに、桑名でこれまで得てきたものを後世に伝えていく活動を、ゆくゆくは桑名で演奏会を催したいと笑顔で話してくれました。



2021年 藤原歌劇団公演「蝶々夫人」  
©公益財団法人日本オペラ振興会



p9「図書館」  
p12「EVENT ALBUM」  
p21「まちなか探索」  
から閲覧できます。

これが目印!



「イベントアルバム」は、魅力的なのにあまり知られていない市内のイベントがたくさんあるため、より多くの人に参加してもらいたいという気持ちで動画を作

成しています。「市長まちなか探索」は、市長が地域を探索する様子を動画にすることで、市長がどんな考えやビジョンを持っているのか、市民に取り組んでいるのか、市民にもっと知ってもらいたいと撮影を始めた。「図書館」は多くの人が興味を持つ「今月の本」の中から1冊をピックアップし、より詳しく紹介しています。動画の公開は発

成しています。「市長まちなか探索」は、市長が地域を探索する様子を動画にすることで、市長がどんな考えやビジョンを持っているのか、市民に取り組んでいるのか、市民にもっと知ってもらいたいと撮影を始めた。「図書館」は多くの人が興味を持つ「今月の本」の中から1冊をピックアップし、より詳しく紹介しています。動画の公開は発

行日から2カ月と期間限定ですが、今後は市公式YouTubeチャンネルでも動画をストックしていきたいと考えています。動画は毎月、広報広聴係職員が自ら撮影、編集しています。動画作成は独学なので拙いところもありますが、ぜひいろいろな人に見てほしいです。



文字や写真だけじゃない市の情報が知りたい!

広報紙内にあるモーションペイパを活用してみてください!



### モーションペイパの使い方



#### 1 QRコードを読み取る

「動」アイコンのあるページにある、「AR動画」と書かれたQRコードを読み取ります。モーションペイパのサイトにアクセスし、カメラへのアクセスを許可します。



#### 2 動画マークをタップ

「動」アイコンのついた写真にカメラをかざすと、スマートフォンの画面上に「動」アイコンが浮かび上がります。アイコンをタップします。



#### 3 動画タップで拡大できる

すると紙面上で動画が流れます。動画をタップすれば拡大することもできます。スマートフォンであれば、横画面で視聴することも可能です。



「マイクワナ」で検索を。トップページにある各メニューバーから閲覧できます。



「マイクワナ」で検索を。トップページにある各メニューバーから閲覧できます。ぼりアルタイムでの投稿が可能です。「今度の土日はこんなイベントがある」「桑名のこのお店がおいしいよ」「今日はこのスーパーで〇〇が安い」「こんなサークルがメンバー募集している」など、桑名の魅力や情報をみんなで伝え合い、まち全体がもっともっと活性化していけたらと願っています。行政発信や個別で発信している桑名の魅力を集約し、サイトを訪れた人に「桑名の情報はここに来たら得られる」と思ってもらうためにも、もっと利用者を増やしていくことが、現在の課題です。

### My KuWannaの主な機能

#### 1 観光情報やルート検索にもアクセス

神社、公園、風景・街並、体験施設、祭り、温泉という6ジャンルのアイコンが表示され、詳細情報を確認することができます。観光スポット間の移動ルートの検索も可能です。あなたが知らないスポットが見つかるかも?



#### 2 求人情報の閲覧や投稿もOK

市内の正社員・パート・アルバイトなどの求人情報を掲載。サークルメンバーなどの募集が掲載されている場合もあります。フルタイムやパートなどの求人区分や、キーワードでの検索もできます。事業者からの投稿もできます。

#### 利用者の声

以前は市内の求人情報がたくさん掲載されており、便利でした。今は投稿が減っていますが、地元の情報が知れる良いツールなので、もっと利用者が増えたらいいと思います。

#### 3 イベント情報が投稿できる

地域のお祭りやサークルの発表会、ワークショップ、スポーツ大会など、市内で開催予定のイベント情報を誰もが投稿できます。投稿フォームに沿って項目を入力していただくだけで簡単。写真やPDFファイルも投稿OKです。

#### 利用者の声

思っていたより簡単に投稿ができました。イベント情報が無料で何回でも投稿ができてよかったです。またイベントがあるときは投稿したいと思います。

市内で行われるイベント情報が知りたい!



イベント主催者です。みんなにイベント情報を届けたいんだけど...



My KuWanna(マイクワナ)をご覧ください!

My KuWanna(マイクワナ)とは、市民と行政で作るウェブサイトです。「KuWanna」と「Wanna(〜したい)」という単語からネーミングされており、桑名でいたいことが自由にできるという意味が込められています。

イベント情報や観光情報、地元の話、求人情報など、さまざまな情報が掲載されていますが、一番の特徴は、行政だけでなく、市民の皆さんや団体、事業者が自由に情報を掲載できることです。運営会社が事前

イベント情報や観光情報、地元の話、求人情報など、さまざまな情報が掲載されていますが、一番の特徴は、行政だけでなく、市民の皆さんや団体、事業者が自由に情報を掲載できることです。運営会社が事前

ぼりアルタイムでの投稿が可能です。「今度の土日はこんなイベントがある」「桑名のこのお店がおいしいよ」「今日はこのスーパーで〇〇が安い」「こんなサークルがメンバー募集している」など、桑名の魅力や情報をみんなで伝え合い、まち全体がもっともっと活性化していけたらと願っています。行政発信や個別で発信している桑名の魅力を集約し、サイトを訪れた人に「桑名の情報はここに来たら得られる」と思ってもらうためにも、もっと利用者を増やしていくことが、現在の課題です。

# 所得税および市・県民税申告フローチャート

下記に該当する場合、下表にかかわらず、所得税の確定申告が必要です。

- ・納めすぎた所得税の還付を受ける場合
- ・各種控除(社会保険料、生命保険料、医療費、扶養など)を追加・変更する場合

収入種類	申告内容	申告種類
・収入なし ・非課税収入のみ (遺族年金、障害年金など)	・税法上、誰の扶養にもなっていない	市・県民税の申告
	・桑名市在住でない親族の税法上の扶養である	申告不要
	・桑名市在住の親族の税法上の扶養である	申告不要
公的年金収入	・公的年金収入が400万円以下で、ほかの所得がなく、年金の源泉徴収票の内容に変更がない	申告不要
	・公的年金収入が400万円を超える	所得税の確定申告
	・公的年金収入以外の所得が20万円を超える	市・県民税の申告
給与収入	・公的年金収入以外の所得が20万円以下である	市・県民税の申告
	・年末調整された給与の源泉徴収票の内容に変更がない(給与の支払いを1カ所のみから受けている場合に限る)	申告不要
	・給与収入が2,000万円を超える	所得税の確定申告
	・給与収入以外の所得が20万円を超える	
・2カ所以上からの支払いを受けており、年末調整されなかった給与収入とその他の所得金額の合計が20万円を超える	市・県民税の申告	
公的年金・給与以外の所得 (農業、不動産、配当など)	・給与収入以外の所得が20万円以下である	市・県民税の申告
	・所得金額より所得控除が少ない場合(所得税が課税される)	所得税の確定申告
	・所得金額より所得控除が多い場合(所得税が課税されない)	市・県民税の申告

複数の項目に該当する場合、手続きの優先順位は、①所得税の確定申告②市・県民税の申告③申告不要です。また、所得税の確定申告をした場合は、市・県民税の申告は不要です。例年確定申告を行う義務がなく市・県民税の申告をしている人でも、令和6年分の所得税の確定申告をすることで、定額減税による所得税の還付を受けられる場合があります。

## 申告に必要なもの

- 筆記用具
- 申告書(事前に送付されている人)
- 個人番号を確認できる書類および本人確認書類  
マイナンバーカードまたは通知カードと免許証など
- 収入(所得)を証明する書類
  - 令和6年中に支払いを受けた給与・公的年金・配当などの源泉徴収票、支払通知書、支払証明書など
  - 収支内訳書(営業・農業・不動産収入のある人)
- 控除を証明する書類
  - 生命保険料・地震保険料などの控除証明書
  - 医療費控除の明細書(医療費控除を受ける人)
- 申告者名義の金融機関・口座情報が分かるもの  
(所得税の還付を受けようとする人)

## ご注意ください

- ・まちづくり拠点施設では、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付済額確認書を交付できません。
- ・申告をしないと国民健康保険税の軽減措置の適用が受けられなかったり、各種証明書などの発行ができなかったりする場合があります。忘れずに申告してください。
- ・確定申告または市・県民税の申告をすると「ふるさと納税ワンストップ特例制度」は適用されなくなります。正しく控除を受けるために、必ず寄付金控除の内容を含めて申告してください。



# 令和6年分 税の申告が始まります

## 所得税の確定申告について

**とき** 2/17(月)～3/17(月)

9:00～17:00 ※土曜・日曜・祝日を除く

**場所** 桑名税務署 1階および2階会議室

### 入場整理券について

会場の混雑緩和のため、入場には「入場整理券」が必要です。整理券の配布状況に応じ、後日の来場をお願いすることがあります。

### 入場整理券の取得方法

- ・当日、会場で配布
- ・LINEアプリによる事前発行



国税庁HP

※令和7年1月から、申告書などの控えに収受日付印の押なつを行わなくなりました。

**問** 桑名税務署(☎ 22-5121)

## 税務署に行かなくても、確定申告ができます!

令和6年分の確定申告は、スマートフォンとマイナンバーカードを利用してご自宅から申告できるe-Taxをご利用ください。



### ○マイナンバーカードを利用した申告が便利です

マイナンバーカードを利用して、マイナポータル経由で、申告に必要な各種証明書などのデータを一括取得し、確定申告書の該当項目へ自動入力できます。1件ずつ入力する手間が不要で大変便利です。ぜひご利用ください。

詳しくは右記QRコードからご確認ください。



マイナンバー  
カード利用



作成方法  
動画

### ○申告の作成方法を動画で紹介しています

右記QRコードからご覧いただくか、「確定申告 動画」で検索してください。

## 市・県民税の申告について

**とき** 2/17(月)～3/17(月)

9:00～17:00 ※土曜・日曜・祝日を除く

**場所** 桑名市役所 5階中会議室

## 共通のお知らせ

### 来場者へのお願い

- ・駐車スペースが限られているため、公共交通機関をご利用ください。
- ・青色申告決算書、収支内訳書および医療費控除の明細書の提出が必要な人は、事前に作成の上、ご来場ください。

### 作成済みの申告書の提出

- 混雑緩和のため、郵送での提出にご協力ください。
- ※確定申告書を郵送で提出する場合  
桑名税務署(〒511-8510 江場7-6)
- ※市・県民税申告書を郵送で提出する場合  
税務課(〒511-8601 中央町2-37)

**問** 税務課(☎ 24-1149・1150 FAX 24-1253)



ブックリサイクル

中央図書館では、図書館の保存期限を過ぎた雑誌などを無償で提供します。より多くの人に行き渡るよう、お一人につき10冊程度でお願いします。詳細は図書館からのお知らせ・館内掲示をご覧ください。

- とき 3/8(土) 9:00~15:00(なくなり次第終了)
場所 くわなメディアライヴ2階 第1会議室
定員 状況に応じて、入室人数に制限をかける場合があります。
持ち物 持ち帰り用の袋 問 中央図書館

第20回 桑名市図書館を使った調べる学習コンクール表彰式

11/29(金)にくわなメディアライヴで表彰式が行われました。全142作品の応募の中から20作品、21人が入賞し、その中で最優秀賞、優秀賞を受賞した4作品が全国コンクールに出品されています。

- 最優秀賞 服部 永和さん(長島北部小3年)
優秀賞 平井 理菜さん(大山田南小5年)、山田 一輝さん・山田 理奈さん(伊曾島小2年)(子どもと大人の部)
優秀賞・地域賞 米澤 慶さん(多度中小3年) 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 「お風呂」



懐かしくて新しい「銭湯学」 町田 忍/監修(メイツ出版)
銭湯の壁によく描かれている富士山。なぜ富士山の絵なのでしょう。昔懐かしい銭湯の由来や、変わった建物などを紹介。

大人向け



とことん楽しむサウナの世界 松永 武/著(日本文芸社)
近年人気のサウナ。フィンランド発祥のサウナについての定義や種類、体への効果や利用方法などを動物のキャラクターと共に解説。

児童向け



おふろにいらア せな けいこ/作・絵(ポプラ社)
「ぼくもいらしてください」とどうぶつたちがおふろにやってきた。おやおや、入りたいのはどうぶつだけじゃなかったようで!?



おふろだいすき 松岡 享子/作, 林 明子/絵(福音館書店)
おふろが大好きなぼくが、あひるのプッカをつれて入ると、かめやかば、くじらまで登場して…。
スマートフォンでAR動画のQRコードを読み込んでから写真にかざしてください。

六華苑

24-4466 FAX 24-4627 休 2/3(月)・10(月)・17(月)・25(火)

はなちようず 花手水~フローティングフラワー~



六華苑の庭園内にある7つの手水鉢をこの季節ならではの小花で色鮮やかに彩ります。今年度最後の開催となる花手水をぜひ、お楽しみください。

- とき 2/21(金)~24(祝) 9:00~17:00(入苑は16:00まで)
料金 入苑料(大人460円、中学生150円)のみ

博物館

21-3171 FAX 21-3173 休 毎週月曜(ただし2/24祝は開館)、2/25(火)から展示入替のため休館

新春企画展 とっても♡いいもの



《九谷 赤絵龍文平水指》館蔵

「若者による博物館の新たな魅力創出事業」として、若者の意見を反映した展覧会・イベントを開催します。今回の展覧会では、全ての作品の撮影が可能です。

- とき 開催中~2/24(祝) 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!

子育ての悩みにについて



子ども総合センター

1歳6カ月ごろのお子さんの保護者から相談が多いのが、「かんしゃく」への対応です。自分の思い通りにいかないことに対して、「物を投げる、噛みつく、泣き叫ぶ」などとしてお子さんも必死に訴えます。そんな時は、お子さんの安全を確保し、危険な行動は止め、「できないこと」の理由を短く簡潔に伝え、一貫した態度で接しましょう。お子さんが自分の気持ちを整理して、泣きやみ落ち着くのを待ち「我慢できてえらいかったね」と褒めてあげましょう。気持ちを切り替えられる遊びなどを提案してあげるのも良いでしょう。子どもは、「何でも自分の思い通りにはならないんだ」と少しずつ学んでいきます。

子育てサロン

「ママカフェいちごみるく」は、子育てサークルのスタッフが中心となり、毎月第1月曜日にガーデン大山田で開催されています。おもちゃで遊んだり、スタッフが絵本の読み聞かせをしたり、皆さん楽しく過ごしています。

季節ごとにイベントを開催し、11月は公園で秋散歩と絵の具遊びを行いました。絵の具遊びでは、絵の具の入った穴あきの容器を振って絵の具を飛ばすので、年齢に関わらず楽しむことができ、とても好評です。また、子どもたちが遊んでいる間に保護者同士で子育て情報を共有するなど、交流ができるのも子育てサロンの良いところです。利用される場合は、申込みが必要になりますのでお問い合わせください。



- ママカフェいちごみるく
場所 ガーデン大山田
とき 3/3(月)
対象 市内在住の人、市内に実家がある人
問 子ども未来課 24-1172

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 3/4(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 2/15(土)~24(祝)



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 3/21(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 2/15(土)~3/14(金)



Q&A 一時預かり保育は誰が利用できるのですか?

一時預かりとは、月に数回仕事をしている、用事で外出するなど、さまざまな理由により一時的にお子さんを有料で預かりする事業です。市内の9つの施設で実施しています。詳細は各施設にお問い合わせください。 ※認可外保育施設は、保育・教育施設に通っていても利用可能です。(幼保支援課)



市HP

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.

# 栄養バランスバッチリ! 人気の給食レシピ

今月のメニュー **なばなふりかけ**



問 秘書広報課 (☎ 24-1492 FAX 24-1119)

## この日の他メニュー

- 麦ごはん ○牛乳
- いわしのかば焼き
- 野菜と厚揚げの煮物
- 福豆

## 栄養データ(1人分)

エネルギー	23kcal
たんぱく質	1.5g
脂質	1.2g
炭水化物	2.3g
食塩相当量	0.4g

## 材料2人分

- なばな 50g
- いりごま 小さじ1
- 赤しそ粉 小さじ1

## 作り方

- 1 なばなは熱湯でゆで、水で冷やし、しぼる。
- 2 なばなを2~3mmほどに、細かく刻む。
- 3 いりごま、赤しそ粉であえる。

## 〈アレンジ〉

なばなの他に、大根の葉やかぶの葉、小松菜などの青菜でも作ることができます。

## 栄養ポイント

免疫力を高め、風邪を予防するカロテンを多く含むなばなはビタミンCの含有量も野菜の中でトップクラスです。ごはんに入れて食べるので、子どもたちにも人気のメニューです。

## 作る時のコツ

しっかりしぼると、水っぽさがなくなり、ふりかけらしく仕上がります。ごはんに混ぜやすいように細かく刻みましょう。

# みんなの掲示板

● **第10回デュオ・エクイノックスコンサート**  
ヴァイオリンとギターのコンサートです。メディア出演もある奏者の楽しいトーク付きで、どなたでも楽しめるプログラムです!

とき 2/23(日) 場所 柿安シティホール 小ホール  
料金 一般2,500円 学生1,000円  
申込 柿安シティホール、または下記問合せ先へ  
問 デュオ・エクイノックス 山口方 ☎ 080-4213-2030  
メール miyuzuviolin@gmail.com

## ● 第2回伊勢西国三十三所巡礼体験

伊勢西国三十三所巡礼。太江寺~松尾観音寺まで約10kmをゴミ拾いをしながら歩きます。

とき 4/6(日) 10:30~16:00ごろ  
場所 太江寺~松尾観音寺※途中名所ガイド有  
対象 一般・当日健康な状態で参加できる人(中学生未満は保護者同伴)  
定員 先着30人 料金 100円  
申込 QRコードから 締切 3/31(月) 申込  
問 潮音山 太江寺 ☎ 0596-43-2283

## ● ①紙袋をリメイク小物づくり! ②モノ・コトショップ

とき ①2/22(土) 10:00~、13:00~ (約90分)  
②2/11(祝)・19(水)・22(土)・26(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  
定員 ①各回先着5組25人程度  
申込 ①QRコードから  
期間 ①2/3(月)0:00~20(木)16:00  
各イベントの詳細はHPからご確認ください。  
問 リサイクルの森 ☎ 87-5133 FAX 87-5152

## ● 桑名市地域包括支援センター 職員募集

募集場所 ①東部 ②西部 ③北部西、北部東  
職種 ①社会福祉士 1人  
②主任介護支援専門員、介護支援専門員、地域包括支援相談員 各1人  
③保健師、看護師、社会福祉士、介護支援専門員 各センター 若干名  
問 ①もりえい病院 総務 ☎ 23-0452  
②社会福祉法人憩 ☎ 25-2666  
③桑名市社会福祉協議会 ☎ 22-8311

# メディカル ニュース

今月の  
テーマ

## 脊椎疾患の診断と治療について



桑名市  
総合医療センター  
脳神経外科  
あつし  
山本 篤志 さん

脊椎、いわゆる背骨は日々の生活を支える重要な部位であり、脊椎疾患は生活の質に大きく影響を及ぼします。手足のしびれ・痛み、手足の脱力、腰痛、排尿障害などの症状により日常生活を損なってしまう。脊椎疾患には、腰椎椎間板ヘルニアや頸椎症、脊柱管狭窄症、脊椎すべり症、骨折など、加齢や生活習慣、外傷が原因となるものが多く見られます。また、脊髄腫瘍や感染症といった稀な病気も存在します。近年は高齢化の影響もあり、脊椎疾患は増加傾向であり、特に加齢に伴う変形性脊椎疾患や骨粗鬆症が原因である椎体骨折(圧迫骨折)は増加しています。脊椎疾患の診断には症状に加え、神経診察や画像検査(レントゲン、CT、MRI)などを行うことで、症状の原因となる疾患をみつけます。多くの脊椎疾患では、まずは内服薬やブロック注射を行う保存療法を行

います。それでも症状が強い場合には手術療法を行います。また、骨粗鬆症を伴っている場合も多く、骨粗鬆症に対する治療も必要です。脊椎疾患は日本では整形外科というイメージが強いですが、欧米では脳神経外科が多くの脊椎疾患の手術を行っています。当院の脊椎脊髄外来では患者さま一人一人の声に耳を傾け、生活背景や希望を考慮しながら、最適な治療方針をともに考え、保存療法から手術療法まで幅広い治療を行っています。痛みやしびれを軽減し、より良い日常生活を取り戻せるよう全力を尽くしますので、脊椎疾患による症状で困っていることなどあれば、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  
防災グッズも衣替えが必要  
です!

自然災害に備え、ご家庭で備蓄品や非常用持ち出し袋など防災グッズを準備されている人も多いと思いますが、季節によって必要となる防災グッズが異なることをご存じでしょうか?皆さんが季節に合わせて衣替えをするように、防災グッズも衣替えが必要です!  
夏から秋にかけて発生する台風とは異なり、地震は季節を問わずいつ発生するかわかりません。特に大規模な地震が発生すると停電を伴うことが多く、冷暖房器具が使えない状況で、長期にわたりご自宅や避難所で生活を送らなければならぬ場合があります。今回は季節に合わせて備えておきたい防災グッズをご紹介します。

【冬場に必要な防災グッズ(例)】  
○厚手の衣服  
↓厚手の服や靴下、ニット帽、手袋、ブランケット、防寒・防風性の高いジャンパー など  
○暖房器具  
↓石油ストーブ、灯油、カセットガス暖房機、カセットボンベ など  
○低体温症への備え  
特にオール電化の家庭では、季節を問わず、カセットコンロとカセットボンベの備蓄は必須です。また、この他にも非常食や飲料水、携帯ラジオ、常備薬、マスク、消毒液、除菌シート、体温計、上履きなど季節に関係なく準備をしておきたい防災グッズもありますので、個人や家庭の状況に合わせて必要なものを今一度確認しておきましょう。

問 防災・危機管理課  
☎ 24-1397 FAX 24-2945

1年の安全を  
心からお祈りします



### 1/6 シラウオの初競り

シラウオの初競りが行われました。全国的にも獲れる場所が少なく、非常に貴重な魚で桑名の特産品です。今年のシラウオは大きく育っていて、白く透き通っていました。

これからも人生の軌跡を大切に歩んでください



### 1/12 二十歳のつどい

新桑名市誕生20周年記念「令和7年桑名市二十歳のつどい」が柿安シティホールで開催されました。久しぶりの再会に喜び、皆さん笑顔で会話や皆さんの写真を撮ったりするなど、楽しんでいました。

### 1/1-3 桑名港(赤須賀)大漁旗

桑名港(赤須賀)で、1年の漁の安全と豊漁を祈願して、漁船にそれぞれの船の名前が入った大漁旗が掲げられました。ずらりと並ぶ船がとても勇壮な光景を作り出していました。



### 1/11 イングリッシュ・フレンドリー・シティ ~桑名市のグローバル化に向けて~

桑名市唯一のインターナショナルプリスクール「KUWANA FOREST」の園児による英語の歌の披露や、ラジオDJのクリス・グレンさんと市長が国際化について語るトークイベントが行われました。

# 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。



AR動画



スマートフォンでAR動画のQRコードを読み込んでから写真にかざしてください。

素晴らしい1年になりますように



### 1/1 初日の出

元日の早朝、住吉神社には多くの参拝者が集まりました。初日が出てきた瞬間、周りからは歓声が沸き上がり、新しい1年の幸運を祈りました。



### 12/24 重要無形民族文化財 伊勢大神楽

増田神社で総舞奉納が行われました。伊勢大神楽は、伊勢神宮に参拝できない人の代わりに神楽を奉納する神事で、豪壮な獅子舞、皿回し、曲芸などもあり、境内は大勢の歓声と拍手でにぎわいました。



### 12/21 北勢線サンタ電車

四日市大学と北勢線が連携した「サンタ電車」が運行しました。サンタ姿の学生たちが乗客をお迎え。東員駅にはゆめはまちゃんなどのご当地キャラも集合し、多くの人でにぎわいました。



## F1日本グランプリの観戦ご招待について

本市を含め、鈴鹿サーキット周辺の5市1町(桑名市、四日市市、鈴鹿市、亀山市、津市、菟野町)は、F1日本グランプリの開催を契機とした地域活性化を促進するため、「鈴鹿F1日本グランプリ地域活性化協議会」に参画し、さまざまな事業を展開しています。

この度、主催者のホンダモビリティランド(株)鈴鹿サーキットは、F1日本グランプリ開催期間中、鈴鹿F1日本グランプリ地域活性化協議会に参画する市町の15歳以下の皆さんを招待します。

- とき** 4/3(木)・4(金) **場所** 鈴鹿サーキット **料金** 無料(現地までの交通費は各自で負担してください)
- 対象** 15歳以下(平成22年4月2日以降生まれ)の人および同居の家族
- 内容** 4/3(木) ピットウォークなど、4(金) フリー走行の観戦など
- 申込** 3/21(金)までにQRコードから登録
- 問** 鈴鹿サーキット(☎059-378-1111 代表:9:30~18:00)  
観光課(☎24-1231 FAX 24-1140)



申込

## 桑名市版エンディングノートを無料で配布します

今後の人生も自分らしく過ごすための準備をしませんか。

本市では、認知症になったり、医療(延命治療や緩和ケアなど)や介護が必要となったりした時など、いざという時に備えて、ご自身の希望や思いを書き残しておくための「エンディングノート」を配布します。このノートは、これまでの人生を振り返りながら、ご自身の気持ちを整理し、終活(元気なうちに人生の最期を考えて準備しておく)のお手伝いをするものです。エンディングノートの保管場所をご家族や大切な人に伝えておくことで、いざという時に備えることができます。

**配布場所** 介護高齢課(市役所1階介護窓口)、地域包括支援センター

**配布時期** 令和7年2月~(予定) ※数に限りがあります。

**配布対象** 市内在住の人(おおむね65歳以上の人)

**書く内容**

- ・介護や医療に関する希望
- ・不動産などの財産に関すること
- ・お葬式やお墓に関する希望
- ・ご家族や大切な人へのメッセージ など



### ● 高齢者に関する総合相談窓口

地域包括支援センター名	所在地	電話番号	担当地区
東部地域包括支援センター	内堀82	☎ 24-8080	精義・立教・城東・修徳・大成
西部地域包括支援センター	西金井170	☎ 25-8660	桑部・在良・七和・久米
南部地域包括支援センター	江場776-5	☎ 25-1011	日進・益世・城南
北部東地域包括支援センター	長島町松ヶ島66	☎ 42-2119	深谷・大和・長島
北部西地域包括支援センター	多度町多度1-1-1	☎ 49-2031	筒尾・大山田・野田・松ノ木・藤が丘・
	大山田1-7-4	☎ 41-2114	新西方・星見ヶ丘・陽だまりの丘・多度

**問** 介護予防支援室(☎24-5104 FAX 26-1548)

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

### 子宮頸がんワクチン予防接種の接種期間に変更がありました

以下の対象者は、公費で接種できる接種期間に変更がありましたのでお知らせします。

**対象** キャッチアップ接種対象者(平成9年4月2日~平成20年4月1日生まれの女性)および定期接種の令和6年度高校1年生相当の女子

**変更内容** 令和4年4月1日から令和7年3月31日までに1回以上接種している人は、令和8年3月31日までは、残りの回数分の接種が公費でできるようになりました。

※必要な予診票がお手元にない人は、母子健康手帳をご持参の上、子ども総合センターまでお越しください。

**問** 子ども総合センター(☎ 24-1380 FAX 24-5497)



市HP

### 高齢者インフルエンザおよび新型コロナワクチン定期予防接種期間を延長します

今年の流行状況を踏まえ、高齢者を対象とした予防接種期間を3/15(土)まで延長します。接種を希望する人は、お早めに接種をお願いします。※接種期間中1人1回までの接種となります。

**問** 保健医療課(☎ 24-1182 FAX 24-3032)



インフルエンザ



新型コロナワクチン

### 令和6年度三重県地球温暖化防止啓発ポスター最優秀賞を受賞しました

三重県主催の令和6年度三重県地球温暖化防止啓発ポスターコンクールにおいて、多度中学校1年生の川平和奏さんが、中学生の部で最優秀賞に輝きました。地球温暖化を身近な問題と感じたことが、ポスター作成のきっかけになったそうで、川平さんは、多くの人にもっと地球温暖化について問題意識をもってほしいとの思いを込めてポスターを作成しました。

桑名市ではゼロカーボンシティの実現に向けた取り組みを進めています。近年の猛暑など身近なことから問題意識を持ち、地球温暖化防止・ゼロカーボンの取り組みを進めましょう。

**問** グリーン資産創造課(☎ 24-1229 FAX 24-6312)



多度中1年生 川平 和奏さん



武藤牧場直売店

山嘉では、地元桑名の武藤牧場で肥育した黒毛和牛を直売させていただいております。

電話0120-55-4129

桑名市蓮花寺1576-1

牛ふん堆肥 無料です

武藤牧場直売店 山嘉

※有料広告掲載欄

**弁護士法人 心**

電話・TV電話 相談対応 **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  
過払金・借金・在留資格・企業法務・労務・刑事事件他

相談料0円(相続・遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・過払い金・借金以外については、初回30分以降30分原則5,500円(税込) ※その他の費用は別途お見積り)  
※主な業務内容は受取済資産を所信<>内は各所管弁護士による。 ※受任の際には弁護士との直接面談が原則です。  
※費用につきましては例外があり、また変更になる可能性もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。 ※本広告は今令和6年11月時点のもので、

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 0.5分	津駅 0.5分
名古屋駅 2分	名古屋駅 2分	名古屋駅 2分

弁護士法人 心 名古屋法律事務所 <三井弁護士>  
弁護士法人 心 四日市法律事務所 <三井弁護士>  
弁護士法人 心 栄法律事務所 <三井弁護士>  
弁護士法人 心 津法律事務所 <三井弁護士>

※有料広告掲載欄

## 令和6年度 まちづくり拠点施設文化祭

まちづくり拠点施設で活動している講座・サークル生が制作した作品や日ごろの稽古の成果を発表します。

会場(まちづくり拠点施設)	作品発表	舞台発表	問い合わせ
久米	2/15(土)・16(日)	2/15(土)	☎ 31-2234 FAX 32-5218
在良	2/15(土)・16(日)	—	☎ 22-0035 FAX 23-2710
桑部	2/22(土) 10:00~12:40	2/22(土) 10:00~12:40	☎ 22-0033 FAX 24-2586
日進	3/1(土)・2(日)	3/2(日)	☎ 25-0919 FAX 25-0919

## 令和7年度 学級・講座・サークル受講生を募集します

パブリックセンターおよび市内18カ所のまちづくり拠点施設では、学級・講座・サークルの受講生を募集します。詳しくは、各施設で配布する冊子「令和7年度 学級・講座 サークルのごあんない」をご覧ください。

**配布開始日** 2/1(土) ※施設休館日には冊子をお渡しすることができませんので、ご注意ください。

**場所** パブリックセンター、各まちづくり拠点施設、生涯学習課、地域コミュニティ課、市役所1階ふれあい案内、柿安シティホール、ヤマモリ体育館、NTN総合運動公園、各図書館、くわなメディアライヴ、総合福祉会館、博物館、スター21、ぽかぽか、光精工コミュニティプラザ、らいむの丘 など

**問** パブリックセンター (☎ 23-4103 FAX 23-5255)

## 募 集

### 市営住宅の入居者(2月募集分)

**募集戸数** 5戸

**団地名** 川成町住宅(3階:ひとり親優先)、吉之丸住宅(2階)、日物谷住宅(3階)、岳見町住宅(4階)、柚井住宅(長屋:障害者・高齢者優先)※都合により、募集戸数が変更になる場合があります。

**抽選方法** 公開抽選

**入居資格** ①募集受付日に市内在住または在勤の人

②同居する親族があること(※特定単身者の人を除く)

③入居予定者全員の所得合計額が公営住宅法に定める所得基準以下であること

④入居予定者全員が市営住宅の家賃の滞納がないこと

⑤入居予定者全員が市町村税の滞納がないこと

⑥入居予定者全員が現在、住宅に困窮していることが明らかであること

⑦入居予定者の中に暴力団員がいないこと ※入居資格の詳細については、都市管理課まで。

**家賃** 入居者全員の所得合計額を基に計算します。

**申込** 都市管理課(市役所4階)で配布する申込用紙を受け取り、必要事項を記入し、同課へ。

※申込書配布期間は、2/3(月)から受付終了まで。

**受付期間** 2/17(月)~21(金) 8:30~17:00 **抽選日** 3/19(水) 10:00 ※時間厳守

※今回入居者が決定しなかった住宅について、抽選日当日に再募集を実施します。

(注)3/20以降の随時募集は実施しません。

**問** 都市管理課 (☎24-1220 FAX 24-1472)



サポートご利用 20分 あたり 1000円

全国210店舗 三重北勢地域の皆さまの

『生活のお困りごと』をサポートします。



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

まごころサポート三重桑名

お店コード: 19149

受付時間 8:00~18:00

桑名市多度御衣野4022



※有料広告掲載欄

## イ ベ ント

### オレンジカフェ(認知症カフェ)・家族のつどい

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

	とき	ところ	問い合わせ先
①	2/9(日) 14:00~15:30	きいろいおうち (新地104)	南部地域包括支援センター ☎25-1011
②	2/11(祝) 14:00~15:00	桑名の杜「私ん家」 (桑部1464-1)	西部地域包括支援センター ☎25-8660
③	2/11(祝) 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
④	2/18(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
⑤	2/18(火) 13:30~15:00	フラワー薬局 桑名北別所店 (北別所字福地416-1)	東部地域包括支援センター ☎24-8080
⑥	2/21(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
⑦	2/22(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
⑧	2/22(土) 14:00~15:30	きいろいおうち (新地104)	南部地域包括支援センター ☎25-1011
⑨	2/27(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

※②⑥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お申し込みください。※参加費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。

**家族のつどい** 認知症の人と家族の会による「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。詳細は、QRコードからご参照ください。

**問** 介護予防支援室 (☎ 24-5104 FAX 26-1548)



家族のつどい

### 松平定敬京都所司代就任160年記念講演会 第二弾

桑名藩最後の藩主松平定敬は、実兄の会津藩主松平容保とともに幕末京都の治安維持にあたりました。兄の容保が京都守護職を務め、定敬は京都所司代に任命されていました。就任したのが元治元年(1864)、昨年で160年になりました。幕末の歴史で、最も有名な坂本龍馬と桑名藩との関わりについて、『龍馬暗殺』(吉川弘文館)の著者、桐野作人氏にご講演いただきます。

**とき** 3/20(祝) 13:00~14:30(受付開始12:30)

**場所** 柿安シティホール 小ホール **講師** 桐野 作人 氏(歴史作家)

**演題** 坂本龍馬暗殺と桑名藩

**定員** 300人(要事前申込・先着順)

**申込** QRコードまたは電話

**開始** 2/18(火) 9:00

※手話通訳、要約筆記、磁気ループがあります。

**問** 観光課 (☎ 24-1361 FAX 24-1140)



申込



桐野 作人氏



サポートご利用 20分 あたり 1000円

全国210店舗 三重北勢地域の皆さまの

『生活のお困りごと』をサポートします。



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

まごころサポート三重桑名

お店コード: 19149

受付時間 8:00~18:00

桑名市多度御衣野4022



※有料広告掲載欄

## 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。

見学・詳細は  
お気軽にお問い合わせください

一泊体験も  
受付中

(食事・送迎ありで無料)



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

検索



※有料広告掲載欄

**焼き絵 無料体験会**

詳しくは、ホームページをご覧ください。

- とき** 2/27(木) 9:30~11:30
- 場所** 多度体育センター
- 対象** 一般・シニア **定員** 10人
- 料金** 無料
- 申込** 下記へ電話
- 期間** 2/3(月)~
- 問** スポーツステーション多度  
☎ 080-4525-5231



**ジュニアテニススクール受講生募集**

- とき** 4月~令和8年3月の通年  
月曜日 16:30~18:00  
木曜日 16:30~18:00  
土曜日 17:00~18:30
- 場所** NTN総合運動公園
- 対象** ①小学新3~5年生(未経験か経験の浅い人) ②小学新4年生~中学新2年生(経験2年以上)
- 定員** 各コース①10人②若干名
- 料金** 月額5,000円
- 申込** 申込用紙を提出
- 期間** 3/8(土)9:30~15(土)21:00
- 問** NTN総合運動公園  
☎ 32-2000 FAX 32-2001

なまこべい れんがぼし れんがぐら  
海鼠塀と煉瓦橋・煉瓦蔵の修理の様子をご覧ください。雨天決行ですが、警報級の荒天が予想される場合は中止します。

- とき** 3/4(火) 13:30~14:30ごろ
- 場所** 諸戸氏庭園主屋前集合
- 料金** 無料※アンケートの記入にご協力をお願いします。
- 申込** 不要
- 問** 諸戸財団  
☎ 25-1004  
(月~金曜日 10:00~16:00)

**バドミントンをやってみよう**

- とき** 3/15(土) 9:30~11:30
- 場所** ヤマモリ体育館
- 対象** 小学2~6年生
- 料金** 500円
- 定員** 20人程度(先着順)
- 持物** 体育館シューズ、ラケットなど
- 申込** メールまたは電話で名前(フリガナ)、学年、性別、連絡先を伝えてください。
- 期間** 3/8(土)まで
- 問** バドミントン協会 後藤 方  
☎ 090-6806-5489  
✉ viviyellow511@gmail.com

**ニコニコBOX**

市関係団体のイベントなどを掲載しています

**最低賃金が改定に**

三重県最低賃金は、昨年10/1から50円引き上げられて時間額1,023円になりました。  
なお、特定の産業に該当する事業場で働く労働者には、特定(産業別)最低賃金が適用されます。  
また、中小企業支援のための業務改善助成金制度などの支援策がありますので、ぜひご利用ください。

- 問** 三重労働局賃金室  
☎ 059-226-2108

**諸戸氏庭園工事説明会**

諸戸氏庭園の修理工事の現場を見学します。

- ③「こちらは、ぼうさいくわなです」
- ④下りチャイム音
- 【試験メール】**  
件名:国民保護関係情報  
本文:これは、Jアラートのテストです。
- 問** 防災・危機管理課  
☎ 24-1185 FAX 24-2945

**献血にご協力ください**

- とき** 2/12(水) 14:30~16:00
- 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

**第18回美し国三重市町対抗駅伝**

- 県内29市町の代表選手が、スタート(県庁前)からゴールの三重交通Gスポーツの杜伊勢(県営総合競技場)までの10区間をたすきをつないで走ります。  
桑名市は、過去3度優勝しています。桑名市選手を応援しましょう。
- とき** 2/16(日) 8:45スタート
- 【三重テレビ放送時間】**  
2/16(日) 8:15~11:30
- 問** スポーツ振興課 **HP**  
☎ 24-1251 FAX 24-1355



**コミュニティ助成事業**

宝くじの助成金で、消防団の投光器を整備しました。この助成は、一般財団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業によるものです。



消防団の投光器

- 問** 消防本部総務課  
☎ 24-5274 FAX 24-5287

- 締切** 2/21(金) 17:00 必着
- 問** パブリックセンター
- ☎ 23-4103
- FAX 23-5255



**市立小・中学校 園の学校看護師募集**

- 職種** 園・学校看護師
- 勤務時間** 週5日(8:30~16:00)  
※曜日・時間については要相談
- 資格** 看護師・准看護師の免許をお持ちの人
- 問** 人権教育課  
☎ 24-1192 FAX 24-1358

**陶芸体験【要予約】 手びねり・電動ろくろ体験**

- とき** 3/9(日) 13:30~15:30
- 料金** 1口1,040円(手びねり1口分、電動ろくろ2口分)
- 定員** 最大10人(中学生以上)
- 申込** 2/1(土)~(窓口で体験料を添えてお申し込みください)  
※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。
- 問** 長島ふれあい学習館  
☎ 41-1041 FAX 41-1011

**お知らせ**

**情報伝達試験**

- 地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた情報伝達試験が全国で行われます。市内の浸水想定区域に整備したデジタル同報系防災行政無線と緊急防災ラジオから一斉に放送されます。また、この試験に合わせ、災害時緊急メールを用いた試験送信も実施します。実際の災害と間違えないよう、ご注意ください。
- とき** 2/12(水) 11:00ごろ
- 内容** 【試験放送】  
①上りチャイム音  
②「これは、Jアラートのテストです」

**募集**

**「STATION Ai見学ツアー&スタートアップ・チャレンジトーク」開催**

- 昨年開業した名古屋市のスタートアップ支援施設「STATION Ai」の見学と、起業家などの新たな取組に挑戦している人たちの話を聞く中高生向けイベントを開催します。普段は入れないフロアを見学でき、また新たな挑戦に取り組む姿勢を養います。
- とき** 2/22(土) 10:00~12:00
- 場所** STATION Ai(愛知県名古屋市中区鶴舞1丁目2-32)
- 対象** 市内在住・在学の中学生・高校生
- 料金** 無料
- 定員** お子さんの定員30人(申込多数の場合抽選)  
※お子さん一人につき、保護者一人ご同席いただけます。
- 申込** QRコード
- 期限** 2/11(祝)まで
- 問** スマートシティ推進課  
☎ 24-1338 FAX 24-1435



**くわな市民大学2025 スペシャルお話し講座**

- 美術館巡り感覚で世界の名画や芸術作品を紹介します。
- とき** 3/12(水) 9:30~11:30
- 場所** パブリックセンター
- 内容** 世界の美術館でアートを学ぶ「美術の魅力と感動とその時代」
- 講師** 画家・現代美術造形作家 浅井 清貴氏
- 料金** 無料
- 申込** はがきまたは、QRコード<はがき>「郵便番号、住所、名前(ふりがな)、電話番号」を記入し、パブリックセンター「くわな市民大学」係(〒511-0068 桑名市中央町3-44)まで郵送。  
※同時に通年の講座・学級の募集も行っていますので、くわな市民大学と必ず明記してください。

**皆さんは「カスハラ」という言葉を聞いたことがありますか。ハラスメントには「パワーハラ(パワーハラスメント)」「セクハラ(セクシャルハラスメント)」「マタハラ(マタニティーハラスメント)」などありますが、「カスハラ」は「カスターハラスメント」のことを指します。**

「カスターハラスメント」とは飲食店や小売店などの事業所や従業員に対して顧客が著しい迷惑行為などをすることです。日本の企業には顧客を第一に考える風土がありましたが、それを逆手に取った悪質な行為が全国的に増加してきて、大きな社会問題となってきました。

本市では働くすべての人が安心して事業活動ができるよう「桑名市カスターハラスメント防止条例」を制定しました(令和7年4月1日施行)

**問** 商工課  
☎ 24-11199  
FAX 24-11140

【人権啓発推進本部 企業部会】

誰かが安全安心に生きていけるようあらゆるハラスメントを防止していき、一人一人の人権が尊重される社会の実現をめざしましょう。



**まずは 知る ことから**

**人権 って なに?**

2023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。

**カスターハラスメント問題について**

皆さんは「カスハラ」という言葉を聞いたことがありますか。ハラスメントには「パワーハラ(パワーハラスメント)」「セクハラ(セクシャルハラスメント)」「マタハラ(マタニティーハラスメント)」などありますが、「カスハラ」は「カスターハラスメント」のことを指します。

この条例では悪質なケースに対する制裁措置を盛り込んでいますが、これはあくまで手段であり、目的はカスターハラスメントの発生を未然に防止することです。これから「何がカスハラにあたるのか」など分かりやすくガイドラインをまとめて公表していきます。



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

くわなのWell-Beingの実現をめざして

# くわなスタートアップ・オープンフィールド 取り組みレポート!

## 「MASH UP! KUWANA 2024」実施中!

本市では、桑名をフィールドとした課題解決や新たなチャレンジを通じて、スタートアップとの共創を生み出し続けることを理念とした「くわなスタートアップ・オープンフィールド」という仕組みづくりを進めています。

令和6年度は、スタートアップとの事業共創プログラム「MASH UP! KUWANA 2024」を実施しており、昨年12月には、書類審査を通過したスタートアップや市役所の関係部署、市内事業者、金融機関、桑名商工会議所などが一堂に会するイベント「MASH UP! KUWANA2024 Special Day～KAIKA～」を開催しました。

現在、プログラムに採択された5社のスタートアップによる実証実験が、市内各地で実施されています。

※スタートアップとは、革新的なアイデアや技術で、急成長する企業

問 スマートシティ推進課 ☎ 24-1338 FAX 24-1435



12月のイベントの様子



## 市長まちなか探索

### もっと伝わる桑名の魅力!

今月のテーマは「広報×DX」です。

桑名市では、市民の皆さんにより情報が伝わるよう、さまざまなツールを使用して広報活動を行っています。例えば、LINE公式アカウント。市政情報の配信や、子育てなどに関する申請手続きを行っており、2020年の開設以来、実に26,000人に登録されるまでになりました。まだ登録されていない皆さんも、これを機に、是非「友だち登録」してご活用ください!

また、市外の人にも桑名を知ってもらえるよう、PRする必要があります。その手法の一つが『大型ビジョン』です。昨年4月、桑名駅東口前のビジョンが新しくなったのをご存じですか? 以前と比べ、液晶が大きくなり、色も鮮やかになりました。音声もクリアになり、駅からも自然に聞こえます。

今回は、このビジョンを運営している桑名市観光協会の渡辺さんから話を伺いました。

今、このビジョンでは、イベント情報や市からのお知らせの他、地元企業のCMなどを放送しています。

昨年の夏には、なんと花火大会や石取祭の様子をライブ配信されたとのこと。現地に行かなくても、駅前でも楽しむことができるんですね。

通勤・通学中の人や、桑名に電車で遊びに来た人に興味を持っていただけるよう、工夫しながらさまざまな情報を発信しているそうです。

今後も、このビジョンを積極的に活用して、桑名市の情報を発信していきますので、桑名駅をご利用の皆さん、是非ご注目ください!



桑名市観光協会の渡辺さん(左)に大型ビジョンを活用した取り組みについてお話を伺いました。



スマートフォンでAR動画のQRコードを読み込んでから写真にさざしてください。

## 今月のテーマ

### 広報×DX

## 無料相談

名称	とき	詳細
弁護士による交通事故相談 弁護士の法律相談	第1火曜 9:00~12:00【予約制・前日まで】 【予約制】予約日の8:30~電話予約(毎回5人) ①予約日:2/5(水)→相談日:2/12(水)13:00~15:30(1人30分)②予約日:2/19(水)→相談日:2/25(火)9:00~11:30(1人30分)	弁護士の交通事故相談 示談・慰謝料・損害賠償など 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 公証人相談	第1木曜 9:00~12:00【予約不要】 2/17(月) 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 司法書士相談	第2木曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】 第3火曜 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・測量に関する事など
土地家屋調査士相談 宅地建物取引士不動産相談	第3火曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】 第4水曜 9:00~12:00【予約制・前日まで】	宅地建物取引士の不動産相談 土地、建物の売買・賃貸住宅の入居・退去に関する事など
行政書士相談 市民相談	第4木曜 14:00~16:00【予約制・前日まで】 月~金曜 8:30~17:00	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
女性弁護士による女性法律相談	3/8(土) 9:00~11:55(1人30分)【予約制】 ※新規申し込みの人優先	場所 市民相談室(市役所地下1階) ☎ 24-1188 FAX 24-4102 対象 市内在住または在勤の女性 定員 5人 問 地域コミュニティ課 締切 2/25(火)必着 ☎ 24-1413 FAX 24-1735 ✉ ccollabo@city.kuwana.lg.jp

名称	とき	詳細
人権擁護委員による人権相談	2/18(火) 10:00~12:00、13:00~15:00 2/19(水) 10:00~12:00、13:00~15:00 2/20(木) 10:00~12:00、13:00~15:00 火・木・金曜(祝日を除く) 9:00~16:00	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ブ2階) ☎ 27-6677 FAX 27-6678 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
人権相談	月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:00	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	2/20(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

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 ☎ 24-1298 FAX 24-5497
青少年相談	月~金曜 9:00~15:00【予約制】	場所 生涯学習課 ☎ 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
依存症相談	毎月第3日曜9:30~12:30【予約制※ホームページから】	問 福祉支援室 ☎ 24-7440 FAX 24-1457

### 国際交流・日本語教室

とき	2/2(日)・16(日)14:00-15:30
場所	修徳まちづくり拠点施設
問	ブランド推進課 ☎ 26-1512 FAX 24-2474

### 納期限のお知らせ

2/28(金)まで

固定資産税4期、国民健康保険税8期

### 交通事故発生状況

(令和6年12月31日現在)

	12月中	本年累計	前年累計同期比
総件数	410件	4,306件	+7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)  
9日・16日・24日 青木内科 ☎ 22-1111  
2日・11日・23日 桑名病院 ☎ 22-0460

# HAPPY BIRTHDAY

2月に誕生日を迎える  
子どもたちが集合!



3歳のお誕生日  
おめでとう!

そらま  
田中 蒼真 くん  
2月16日で3歳です



4歳おめでとう!  
大好きだよ♡

ふうか  
鈴木 楓佳 ちゃん  
2月9日で1歳です



笑顔いっぱい  
元気に育ってね!

しきな  
伊藤 式南 くん  
2月25日で4歳です



1歳おめでとう♡  
だいすきだよ♡

むい  
松葉 夢唯 ちゃん  
2月20日で1歳です

にこにこ  
むいたん!  
1歳おめでとう♡



元気いっぱい  
大きくなってね♡

かいと  
和田 凱翔 くん  
2月18日で1歳です



ねね  
伊藤 寧音 ちゃん  
2月1日で1歳です

## 応募方法

4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!



ずっと行きたかった  
オオスミフルーツさん  
いちごババロアとっ  
ても美味しかったです

re.mi6954 さん



伊勢神宮と同じく  
鳥居の真中から朝  
日が昇ります

wakirin1227 さん

なばなの里  
紅葉した景色を眺  
めて撮影

yyyyurikoooo1 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



わくわくわな  
KUWANA  
令和7年2月号  
発行日:令和7年2月1日  
発行:桑名市役所秘書広報課広報広聴係  
桑名市の人口 男68,413人(-45) 女69,565人(-44)  
合計137,978人(-89) ※括弧内は前月比  
〒511-8601 三重県桑名市中央町二丁目37番地  
(HP) <https://www.city.kuwana.lg.jp/>  
(E-mail) [hisyom@city.kuwana.lg.jp](mailto:hisyom@city.kuwana.lg.jp)  
(TEL) 0594-24-1492