

「目の前の困っている人を助けたい」
その気持ちで、未来の自分につながっていく。

特集

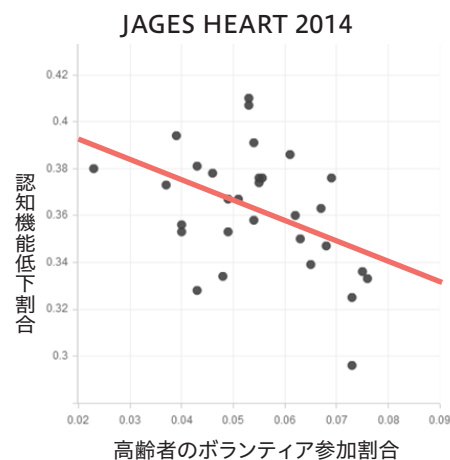
くわなのウェルビーイング「ボランティア」
未来につなげたい 地域とのつながり

くわなのウェルビーイング「ボランティア」 未来につなげたい 地域とのつながり

全てのの人に訪れる高齢期、あなたはどう過ごしたいですか。
市内の各地域には、高齢者の暮らしを支える
ボランティアが多く存在しています。
今月はそんな人たちにスポットをあて、
活動の様子や各制度を紹介します。

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

ボランティアへ参加していると 認知機能の低下割合が低い



知識と経験を生かして社会参加を

全てのの人に訪れる高齢期。身体機能の低下が見られるようになり、筋力や認知機能が低下した状態「フレイル」になってしまいうこともあります。フレイルは適切な予防や支援により回復することも可能ですが、悪循環を起こしてフレイルが進行し、要介護状態に陥ってしまうこともあります。

健康な高齢者が要介護状態へと進んでいくきっかけとなるのが、社会とのつながりの低下です。定年退職など社会とのつながりがなくなると、生活が不活発となり、身体活動の減少や気分の落ち込みが起こります。役割を持つ社会とつながるボランティアへの参加割合が高いと認知機能低下割合が低いという相関も確認されています(左図)。

健やかな高齢期を過ごすために、今、高齢者を支えるためのボランティア活動や高齢者によるボランティア活動が注目されています。ボランティア活動は「人のためにする、特別なこと」と思われがちですが、実は自分自身のためにもなることです。また、特別な経験や技術が必要でなく、それぞれの活動可能時間に合わせたボランティアを求めている団体も多くあります。

- 02 キラリ★くわな人
- 03 特集 くわなのウェルビーイング「ボランティア」
未来につなげたい地域とのつながり
- 06 三重県知事選挙・三重県議会議員補欠選挙
- 07 対象店舗で最大20%戻ってくるキャンペーン第4弾
- 08 桑名ほんぱく2025プレイベント
- 09 こころとカラダを大切に 女性が自分らしく輝くまち
便利で簡単! 証明書コンビニ交付サービスや電子申
請をぜひご活用ください
- 10 子育て広場、図書館・六華苑・博物館
- 12 メディカルニュース、くわな防災教室

- 13 人気の給食レシピ、みんなの掲示板
- 14 EVENT ALBUM(イベントアルバム)
- 16 くわなINFO
- 26 無料相談
- 27 多文化共生で活力を
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

「柚井生活支援の会」の活動の様子です。
病院や買い物先への移動手段がなく困っ
ている人を、地域の人同士で助け合っ
ています。



ストリートダンスの大会、
「JUDO ASIA - PACIFIC
CHAMPIONSHIPS 2025」
ソロ部門U12で3位入賞、バト
ル部門 BREAK U16ではTOP
8に入賞した出口さん。今大会
の結果、出口さんは8月にイギ
リスで開催される世界大会決
勝に出場されます。世界大会は
2002年から開催されており、
世界約40カ国から予選を勝ち抜
いたダンサーが集まります。

今大会で入賞した感想を尋ね
ると「うれしくて感情が爆発した」
と笑顔で教えてくれました。

出口さんは5歳のときに6歳
上のお兄さんがダンスをやっ
ていた姿に憧れてダンスを始めた



星見ヶ丘小学校 5年生
りゅうせい
出口 竜聖 さん

そうです。現在は東京の先生に
オンラインでレッスンしてもらい、
日々練習に励んでいるとのこと。
出口さんのストリートダンスの
アピールポイントは技。「毎回自
分でネタを考えて踊り、ずっと技
を練習してきたから得意」と教
えてくれました。

ストリートダンスをやってい
ることで、さまざまな県や外国
に行き、いろいろな友達ができる
ことがうれしいそうです。

今後の目標を尋ねると「今は
8月に行われる世界大会のこと
だけを考えて、練習に励んでいま
す。まずは楽しむことを目標に、
1位めざして
がんばりたい」と話してくれ
ました。

みんなで出
口さんを応援
しましょう!



UDO アジア大会の写真

キラリ★くわな人

介護支援ボランティア制度

介護支援ボランティア制度とは

高齢者がボランティア活動に参加することにより、社会参加や地域貢献を実現でき、高齢者自身の健康増進・介護予防を狙いとした「介護支援ボランティア制度」。対象は市内在住の65歳以上の人で、登録時にボランティア手帳を受け取り、活動を開始します。活動場所は、市内にある99カ所（令和7年4月3日現在）の受け入れ施設です。活動後には手帳にスタンプをもらい、集めたポイントに応じて交付金をもらうことができます。

活動内容は、受け入れ施設によって異なりますが、催事に関するお手伝いや利用者の話し相手、散歩補助など、難しいことはありません。また、健康推進委員や民生委員などと一緒に活動することも多いため、地域に関する情報を得ることができ、地域への愛着や交流を深めることができます。

介護現場をより良いものにするために

この制度は、登録者の介護予防などを目的としながらも、受け入れ施設、特に介護施設にも多くのメリットがあります。慢性的な人材不足に陥っている介護現場においては、イベント時の手伝いや話し相手といった「ちょっとしたお手伝い」にも人手が必要のため、専門知識を必要とする支援に多くの人と時間を割り当てることが難しい状況です。介護現場をより良いものにするために、介護支援ボランティア制度が注目されているのです。



大成地区宅老所「門前の宿」で介護支援ボランティアを行う庭山さん(左)



皆さんの楽しそうな様子を見ていると、こちらも元気になります。地域の知らなかったことを教わる機会にもなっているので、勉強にもなり、楽しみながら参加しています。



活動の流れ

登録

社会福祉協議会で介護支援ボランティアの登録をし、ボランティア手帳を受け取ります。登録には介護保険者証とボランティア保険の加入が必要になります。



活動

受け入れ施設一覧から活動先を選んで、活動日を相談。活動スタート。



スタンプGET



活動終了後、手帳にスタンプをもらいます。活動1時間につき1スタンプ、1日最大2スタンプまでです。



ポイント申請&活用

社会福祉協議会で申請し、交付金を受けとります。

「門前の宿」では市健康推進委員の皆さんも活躍しています



「門前の宿」にはみんなに会えるのを楽しみに、毎週通っています。こういう場があると、家にこもりがちになるのを防げるのでありがたいです。



日常生活の困りごとを、住民主体で解決へ

ささえあい支援事業

住民主体で行う

「ささえあい支援事業」とは

「近隣の病院へ通いたいけど公共交通機関がありません」「スーパーへ買い物に行きたいけど免許を返納して車がない」「庭の雑草を刈りたいけど、体がつらい」など、高齢になると日常のちょっとしたことが困難に感じることがあります。「目の前でそんな風に困っている人を助けたい」と活動しているのが、ささえあい支援事業の各団体です。市内には現在10の団体が活動しており、ご近所同士で支え合っています。



柚井生活支援の会の皆さん

およそ半年前に発足した

「柚井生活支援の会」

多度町柚井地区で活動している「柚井生活支援の会」は、現・OB民生委員の4人と元自治会長の計5人で結成した会です。それぞれが地域の高齢者の話を聞いているうちに「病院までの交通手段がなく困っている」ということが分かり、なんとかしたいと立ち上がりました。ささえあい支援事業の団体として認定されれば、市から補助金が交付されます。利用者は利用者登録の後、200円券10枚を1セットとして購入し、支援内容に応じてガソリン代程度をチケットで支払います。利用者からは「チケット制になることで、気兼ねなく頼めるからありがたい」と感謝を伝えられることも多いそう。「今後は自治会とも連携し、活動を継続して困っている人を助けたい」と話してくれました。

活動内容



ゴミ出し

可燃ごみなどを指定場所まで持っていくことが大変な時に利用されることがあります。



買い物代行

近隣スーパーへの買い物に付き添うほか、買い物の代行も行います。宅配サービスもありますが、一人暮らしの場合は量が多くて無駄になることもあり、買い物に行きたい高齢者は多いそうです。

初めは不安もあり活動の内容も少しずつ見直しながら進めてきました。運営費用面で苦しいところもありますが、地域の高齢者の人たちの感謝の笑顔が活動の励みになります。皆さんもぜひ各地区で支援団体の結成を検討してみてください。

柚井生活支援の会
はじめ
会長 伊藤 肇 さん



三重県知事選挙・ 三重県議会議員補欠選挙

私たちの未来を託して、県政を任せる人を決める大事な選挙です。

投票日

9月7日
7時～20時

期日前投票

投票日に「仕事がある」「旅行に行く」「冠婚葬祭の予定がある」などの理由で投票所へ行けない人は左記の場所で期日前投票ができます。

7月の参議院議員通常選挙に引き続き、サンシティでは実施ませんが、6月にオープンした消防庁舎等複合施設内の「大山田まちづくり拠点施設」に期日前投票所を開設します。

投票所		日時	
市役所5階中会議室	8月22日(金) 9月6日(土)	8時30分～ 20時	
多度地区市民センター1階ロビー	8月30日(土) 9月6日(土)	8時30分～ 20時	
長島地区市民センター1階ロビー	8月30日(土) 9月6日(土)	8時30分～ 20時	
桑名駅自由通路	9月1日(月) 9月5日(金)	17時～ 20時	
大山田まちづくり拠点施設	9月5日(金) 9月6日(土)	17時30分～ 18時	

コミュニティバスを利用して期日前投票に出かけてみませんか

期日前投票にK-バス(桑名市コミュニティバス)を利用してお越しいただく場合は運賃が無料になります。

- ▶行きは、投票所入場券を降車時に運転手に提示してください。
- ▶帰りは、投票所で投票済証明書を受け取り、降車時に運転手に提示してください。
- ▶長島地区のデマンド乗合タクシーも対象です。

当日投票

7月の参議院議員通常選挙に引き続き、今年は第13投票区の投票場所が「光陽希望ヶ丘保育園」から「在良小学校屋内運動場」に変更しています(保育園舎建て替え工事のため)。

投票所入場券は8月21日(木)前後に皆さんのご家庭に届くよう郵送する予定です。入場券に記載されている投票所をご確認の上、お出かけください。
※市役所5階中会議室は期日前投票所と同じ投票所ですが、期日前と異なり選挙日当日は第10投票区に選挙券をお持ちのしか投票できませんのでご注意ください。

未来の有権者へ お子さまに『記念証』をお渡しします

子どもたちが将来、選挙に関心を持ち、自分の一票を大切にできるように…
将来の有権者である子どもたちにも、早い段階から選挙への関心を持ってもらい、将来の投票行動につなげてもらうことを目的として、投票所に親子連れなどで来られたお子さまを対象に『記念証』を配布します。

総務省が平成28年に実施した調査によると、子どもと一緒に投票所へ行った経験のある人は、そうでない人に比べて投票率が20%以上高いという結果が出ています。

『記念証』を希望される人は、投票所の職員にお気軽にお声がけください。



問 市選挙管理委員会(総務課内) ☎ 24-1216 FAX 24-1350



市と各キャッシュレス決済事業者は、市内の対象店舗において、キャッシュレス決済サービス「PayPay・d払い・au PAY(コード支払い)」で決済すると、決済金額の最大20%が戻ってくる
「がんばれ桑名!対象店舗で最大20%戻ってくるキャンペーン 第4弾」を実施します。

実施期間 8/1(金)～31(日)

対象店舗 市内の各キャッシュレス決済事業者加盟店のうち、各キャッシュレス決済事業者と市が対象として指定する店舗(大企業、コンビニエンスストアなど一部対象外)
※対象店舗にはキャンペーンを告知するポスターが掲出される予定です
○対象となるキャッシュレス決済事業者:PayPay・d払い・au PAY(コード支払い)



付与上限(キャッシュレス決済事業者あたり)

1回あたり3,000円相当(不課税)、期間あたり10,000円相当(不課税)

〈支払い例〉1回あたり3,000円相当が上限とは ?

5,000円/1回の決済の場合	20%分1,000円相当のポイントが後日付与 ※5,000円×20%=1,000円
20,000円/1回の決済の場合	上限分の3,000円相当のポイントが後日付与 ※20,000円×20%=4,000円 (上限3,000円相当を超えた分は付与されません。)



キャンペーン
ホームページ
はこちら▼

※ポイント・残高付与や支払い方法などについては一定の条件があります。
※ご利用状況に応じて有効期限が更新されるキャッシュレス決済事業者もございます。詳細はキャンペーンホームページをご確認ください。

利用者向け説明会・個別相談会開催(事前予約不要)

スマートフォンの操作説明とともに、実際にキャッシュレス決済を体験することができる利用者向け説明会・個別相談会を開催します。
事前予約不要で参加できますので、お気軽にお越しください。

※下記日時の講座時間はそれぞれ最初の30分で、その後は個別相談会・体験会となり出入り自由です。
7/31(木) 10:00～12:00、13:00～16:00
8/8(金) 10:00～12:00、13:00～16:00
場所:パブリックセンター1階学習室

説明会

個別
相談会

桑名郵便局	8/1(金)・5(火)・7(木)・13(水)・14(木)・19(火)・22(金)・25(月)・27(水)
長島郵便局	8/4(月)・12(火)・15(金)・20(水)・28(木)
多度郵便局	8/6(水)・8(金)・18(月)・21(木)・26(火)・29(金)

【相談会時間】10:00～16:00

郵便局主催のイベントではございません。

※また、商工課内(市役所2階)にも相談窓口を設けます。

8/1(金)～29(金) 9:00～12:00、13:00～17:00 ※月～金(祝日除く)

問 桑名市キャッシュレスキャンペーン事務局

☎ 052-559-1744 (全日9:00～17:00) ※10/5(日)(土日祝含む) まで
商工課 ☎ 24-1199 FAX 24-1140

こころとカラダを大切に 女性が自分らしく輝くまち

●こころ・カラダラボ発足

本市は、ALL KUWANA で女性のこころとカラダの不調に向き合い、市民の皆さんがいいき輝けるまちをめざし、7月9日、女性が自分のこころとカラダに向き合うためのイベントなどを行う場として「こころ・カラダラボ」を発足しました。



問 SDGs推進課 (☎ 24-7441 FAX 24-2474)

こころ・カラダラボ発足！ &ラボ応援・参加企業の募集

●ラボ応援・参加企業の募集



第一期申込
8/20(水)まで



ラボ申込詳細

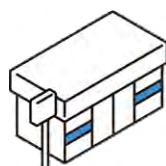


ラボ申込フォーム

便利で簡単！証明書コンビニ交付サービスや電子申請をぜひご活用ください ～時代にあった市役所をめざして「行かない窓口」推進！！～

本市では、マイナンバーカードを利用した各種証明書のコンビニ交付サービスを実施しています。また、オンライン申請ポータルサイトを利用して、各種申請がオンラインで手続きできます。

お近くのコンビニやご自宅で、ご都合の良い時間に待ち時間なくご利用いただけるサービスですので、ぜひご活用ください。



証明書コンビニ交付サービス



オンライン申請ポータルサイト



10月6日(月)から市役所の開庁時間を「9時から16時30分」に変更します (広報くわな7月号に詳細掲載)

対象となる施設 ※まちづくり拠点施設、図書館、体育館などは除く

- 市役所本庁舎
- 大山田・多度・長島地区市民センター
- 環境対策課(清掃センター内)
- 上下水道部(多度地区市民センター内)
- 桑名市人権センター・地域コミュニティ課・生涯学習課・スポーツ振興課(くわなメディアライヴ内)

問 政策創造課 (☎ 24-1129 FAX 24-1412)

桑名本物力博覧会 桑名ほんぱく KUWANA HONPAKU 2025 プレイベント



ミッション達成型おにごっこ 【逃走ゲーム】& パルクールショー・パルクール体験会

午前 ミッション達成型おにごっこ 【逃走ゲーム】

テレビでもおなじみの「ミッション達成型おにごっこ」が桑名ほんぱくプレイベントになって登場！
通常のハンターに加えて日本トップクラスのパルクール選手がハンターに変身！
みんなで力を合わせて、桑名にまつわるミッションにチャレンジしよう！
最後まであきらめずにハンターをかわし、スリル満点のおにごっこで勝利をめざせ！

午後 パルクールショー・ パルクール体験会

壁？段差？そんなのへっちゃら！体育館が、ドキドキの大冒険フィールドに変身！
テレビやYouTubeでも話題の「パルクール」が桑名にやってくる！
パルクールショーでは世界で活躍する選手たちが、目の前でびっくりするような大技を披露します。パルクール体験会ではパルクール選手が参加者に基礎から優しく教えます。

- 日時 9/15(祝) 10:00～16:00
- 場所 ヤマモリ体育館
- 参加対象 小学校低学年50人、小学校高学年50人
- 参加費用 1人 5,000円
- 見学費用 ①参加者ご家族 無料 ②①以外の人 1人500円

参加申込
受付 桑名ほんぱく公式webサイト
(<https://kuwanahonpaku.net/>)



申込期間 8/9(土) 12:00～9/10(水) 12:00(先着順)
※見学ご希望の人は、当日受付窓口で対応します(事前申込不要)

当日は、世界選手権で活躍中の鈴木 智也選手をはじめ、関 慎太郎選手や 齊藤 颯人選手が来場予定です。



問 ブランド推進課 ☎ 24-1258 FAX 24-2474
桑名ほんぱく事務局／桑名エリアマネジメント(株)松本 方 ✉ info@kuwanahonpaku.net ☎ 080-9110-1296



中央図書館

第21回「図書館を使った調べる学習コンクール」を開催

図書館を使った「調べる学習」の作品を募集します。市内在住・在学の小学生の部、中学生の部、子どもと大人の部を設け、受け付けます。テーマは、興味があることなど、自由に設定できます。夏休みに公共図書館などの資料(本など)を使って調べて、まとめあげたレポートを応募してください。

申込 学校または、中央図書館へ提出
締切 9/5(金) **問** 中央図書館

ふるさと多度文学館

リサイクルブック

保存期限を過ぎた雑誌などを無償で提供します。

とき 9/6(土)・7(日) 9:00～16:30 **場所** ふるさと多度文学館2階視聴覚室 **持物** 持ち帰り用の袋 **問** ふるさと多度文学館

夏休みの期間、ふるさと多度文学館視聴覚室を学習室として開放します

とき 7/23(水)～8/31(日)※休館日を除く ①9:00～12:50、②13:00～16:50 ※2回に分けて完全入替制とします。**番号札の配布時間** ①8:30～、②12:30～ **利用方法** 午前、午後ともに各回カウンターで番号札を渡します。電話などでの予約はできません。 **問** ふるさと多度文学館

図書館スタッフによる

今月のおすすめ本

今月のテーマ

「お盆」

盆おどる本

盆踊ろう会／編(青幻舎)

日本の夏の風物詩、盆踊りの入門書。知るほどに奥深くじわじわ楽しい「盆踊り」の世界。今年の盆踊りがもっと楽しみになる1冊。

今日も盆踊り

小野 和哉／著、かとう ちあき／著
(タバックス)

盆踊りに心奪われた著者が各地の盆踊りを踊り歩く! 読めば踊りたくなる、心地良い熱気や一体感が伝わってくる盆踊り体験記。



おじいちゃんのおじいちゃん

長谷川 義史／作(BL出版)

おじいちゃんのおじいちゃんはどうな人? 子どもの疑問から、時がどんどんさかのぼる。この絵本で、ご先祖に思いをはせてみては?



8月のえほん

長谷川 康男／監修(PHP研究所)

8月の行事、自然、旬の食べ物、遊びなどを絵で楽しく学べる絵本。お盆についても詳しく紹介されています。

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。

☎ 24-4466 FAX 24-4627
休 8/4(月)・12(火)・18(月)・25(月)

涼風はまぐり風鈴



桑名の地場産業である鋳物技術を生かして制作された「涼風はまぐり風鈴」を現在、内玄関棟ロビーで展示中です。

涼しげな音に癒されながら、風鈴越しにみえる中庭の景色をぜひお楽しみください。

協力: 桑名商工会議所

とき 8/17(日)まで 9:00～17:00(入苑は16:00まで)
料金 入苑料のみ(高校生以上460円、中学生150円)
場所 内玄関棟ロビー(喫茶スペース窓際)

☎ 21-3171 FAX 21-3173
休 毎週月曜日・火曜日

2階学習支援展示

御樋代木と幻の遷宮



《木曾川から船頭平開門へ》館蔵

第63回式年遷宮の準備のため、御神体を入れる「御樋代木」が木曾から桑名に集められました。これを記念して最後の川流しとなった「御樋代木」運搬と、幻に終わった遷宮を紹介します。

とき 8/31(日)まで 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
会場 2階展示室 **会期中休館日** 月・火曜日

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!

「子どもの熱中症を
防止しよう」

今年の夏も暑い日が続いています。熱中症とは高温多湿な環境下で、発汗による体温調節がうまくいかなくなり体に熱がこもった状態です。屋外だけでなく屋内で何もしない時でも発症し、重症化すると亡くなることもあります。子どもは体温の調節機能が未発達で体に熱がこもりやすく、身長も低いので地面からの照り返しを強く受け、大人よりも高温にさらされています。

また自動車内での子どもの閉じ込めも危険です。夏場の車内は短時間で高温になります。短時間でも子どもを車内に残して離れるのはやめましょう。子どもは年齢が低いほど、症状をうまく訴えることができません。周りの大人が子どもの様子に注意し熱中症の予防、早期発見をしましょう。

熱中症予防にはエアコンや扇風機で温度調節や外出時は日傘や帽子を着用する。また、バランスの取れた食事や十分な睡眠も大切です。日頃から家族全体で生活習慣を整えましょう。

(子ども総合センター)

情報

「こども食堂って
こんなところですよ!」

今月から市内のこども食堂を月替わりで紹介します。
最初は、こども食堂ことりさんです。

「こども食堂ことり」は、不登校という課題を中心にしながら、全ての子どもと子どもを応援する大人が集える居場所を運営しています。こども食堂としての食事の提供の他、駄菓子屋の運営もしており、月に数回活動をしています。

「だがしやことり」には、助成金・寄付・売上を活用して用意している「子ども応援チケット」があり、子どもは誰でもチケットでお買い物ができます。仕入れや接客は子どもたちが手伝ってくれていて、ご要望があれば、単発で出張もしています。



ことりハウス

とき 第2金曜日
10:00～15:00

場所 城南まちづくり拠点施設



Instagram

(子ども総合センター)

すくすく離乳食教室
初期・中期

成長時期に応じた離乳食・子育てに関する講話など

とき 9/9(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 8/15(金)～9/1(月)



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 9/19(金) 10:00～11:00
場所 くわなメディアライヴ
定員 30人(先着順)
申込 下記QRコード
期間 8/15(金)～9/12(金)



Q&A 初めて保育施設に入所(園)申込をしますが、何から始めたら良いですか?
A ご家庭の状況やお子さんにあった入所(園)になるよう、まずは希望施設を選ぶことから始めましょう。
希望施設を選ぶポイントとしては、保育方針・保育時間や延長保育、受け入れ年齢や月齢、諸経費、アレルギーの対策、送迎の距離やルートなどが考えられます。ご家庭で相談し、情報収集をしたら、保育施設の見学に行き、施設環境や保育の様子などを実際に確かめてください。
(幼保支援課)

無料相談

名称	とき	詳細
家庭児童相談	月～金曜日 8:30～17:00	場所 子ども総合センター ☎ 24-1298 FAX 24-5497
ことばの相談	8/15(金) 9:00～17:00【予約制】	場所 子ども発達・小児在宅支援室 ☎ 24-3040 FAX 22-7811
発達検査を伴う相談	月～金曜日の指定日 9:00～17:00【予約制】	場所 子ども発達・小児在宅支援室 ☎ 24-3040 FAX 22-7811
子ども電話相談	月～金曜日 9:00～17:00	場所 教育研究所 ☎ 24-1880 FAX 27-5827
くわっば教育相談	8/4(月)・18(月)・25(月)・27(水) 9:00～11:45 8/6(水) 10:30～16:45 8/20(水) 13:00～16:45 8/7(木)・21(木)・28(木) 10:00～16:40	対象 市内の保育所(4・5歳児)、幼稚園、小学校、中学校に通うまたは市内在住の子どもとその保護者 子育て、発達発達、不登校(園)など子どもの教育全般に関する相談を行います。※くわっば教育相談は予約制

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

ガパオ



問 秘書広報課 (☎ 24-1492 FAX 24-1119)

この日の他メニュー

- ごはん
- 牛乳
- ビーフンスープ

栄養データ(1人分)

エネルギー	129kcal
たんぱく質	10.2g
脂質	6.5g
炭水化物	8.0g
食塩相当量	1.1g

栄養ポイント

お肉だけでなく大豆も入っているため、良質なたんぱく質をしっかり摂ることができます。また野菜もたくさん入っているので、一皿でいろいろな栄養が摂れます。ごはんと混ぜて食べてください。

作る時のコツ

赤や黄色のパプリカを入れると色どりがよくなります。材料をみじん切りにしたら、炒めていくだけで簡単に作れます。トウバンジャンはお好みの辛さに調整して入れてください。

材料2人分

● 鶏ひき肉	70g	● たまねぎ	70g
● おろししょうが	少々	● ピーマン	10g
● おろしにんにく	少々	● しめじ	10g
● 塩	少々	● 砂糖	小さじ1弱
● こしょう	少々	● しょうゆ	小さじ1弱
● 炒め油	適量	● みりん	小さじ1と1/2
● 乾燥バジル	少々	● オイスターソース	小さじ1弱
● 大豆水煮	40g	● トウバンジャン	少々
		● ナンプラー	小さじ1/2

作り方

- 1 たまねぎ、ピーマン、しめじ、大豆水煮を粗めのみじん切りにしておく
- 2 フライパンに炒め油を熱し、Aを炒める
- 3 肉の色が変わったら、たまねぎを入れて炒める
- 4 たまねぎがしんなりしたら大豆水煮、ピーマン、しめじを入れてさらに炒める
- 5 Bの調味料で味付けをし、乾燥バジルを入れる

みんなの掲示板

● 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北部東、北部西

職種

- ①社会福祉士、主任介護支援専門員、介護支援専門員
- ②保健師、看護師、社会福祉士、介護支援専門員など

問 ①もりえい病院 総務 岩戸 方 ☎ 23-0452

②桑名市社会福祉協議会 総務企画 一戸 方 ☎ 22-8311

● 第6回ココロノカタチ「4人展」

桑名市内の小中学校の元教師である4人のそれぞれの「想い」を自由に広げ「記録」した作品展です。

とき

8/8(金)～14(木) 10:00～19:00(14日(木)は15:00まで)

場所

川スミメガネ本店ギャラリー

出品者

植田 恵子、奥川 豊、水貝 紀美子、高井 宏和

料金

無料

問 植田 方 ☎ 090-4465-7118

● 忍者deリトミック

秘密基地みたいなイベントスペースで、ピアノに合わせて体を動かしませんか？忍者になりきって遊びましょう♪

とき 8/30(土) ①10:00～ ②11:00～

場所 イオン桑名3番街ブックオフ隣

対象 ベビーからシニアまでどなたでも楽しめます

料金 1人300円(ファミリーは何人でも1000円)

申込 ホームページから

問 NPO法人ワンダーポケット 滝澤 方

☎ 090-5635-7089



● 桑名税務署からのお知らせ

名古屋国税局では、「内部事務のセンター化」を実施しており、桑名税務署も7/10からセンター化の対象署になりました。

桑名税務署に書面で申告書、申請書及び添付書類などを提出する場合は、名古屋国税局業務センター津分室(〒514-8544津市桜橋2-99)へ郵送してください。なお、e-Tax(データ)により提出する場合は、従来通り桑名税務署への送信となります。

問 桑名税務署 総務課 ☎ 22-5121

メディカルニュース

今月のテーマ

救急医療を支える薬剤師の活躍
「命を救う現場で、薬の専門家が果たす重要な役割」



桑名市
総合医療センター
救急専門薬剤師
よしひろ
西川嘉広 さん

救急車のサイレンが響く中、病院では医師や看護師が懸命に患者さんの治療にあたっています。実は、そこには薬の専門家である薬剤師も重要な役割を担っていることをご存じでしょうか。

近年、救急車で運ばれる患者さんの数は年々増えています。救急医療や集中治療の現場では、患者さんの命に関わる重要な薬が数多く使われるため、薬剤師の期待がますます高まっています。

そのため、救急医療に特化した「救急認定薬剤師」や、さらに専門性の高い「救急専門薬剤師」といった資格が生まれました。救急専門薬剤師は、急性薬物中毒の解毒剤選択、人工呼吸器装着患者への鎮痛・鎮静薬の調整、腎機能や肝機能に応じた薬物投与量の設計、血液浄化療法時の薬物動態管理など、高度で専門的な薬学的知識を

駆使して患者治療を支援するとともに、救急認定薬剤師の指導的役割も担っています。全国でもわずか28人しか認定されておらず、三重県では1人という極めて希少な専門資格ですが、今後は救急医療の質向上のためにも、救急認定薬剤師と救急専門薬剤師の両方の増加が期待されます。

当院でも、救急専門薬剤師が集中治療室で、医療チームの一員として活動しています。また、がん、感染症、糖尿病などのさまざまな分野の専門薬剤師も在籍し、各専門知識を発揮して患者さんの治療にあたっています。皆さんやご家族が救急医療を受ける際には、医師や看護師と一緒に薬剤師も皆さんの命を守るために働いていることを、ぜひ覚えていただければと思います。

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

風水害に対する備えと行動



台風が多く接近する時期となりますが、雨や風は事前に予測することが可能です。いざという時に慌てることがないよう風水害が発生する前に備えと行動をいま一度考え、万全の準備を整えましょう。

【自宅周辺のリスクを認識しよう】

ハザードマップなどで自宅や勤務先など周辺にはどのようなリスクがあるか事前に確認しましょう。浸水想定区域内や土砂災害(特別)警戒区域内に含まれている場合、台風・大雨の際に避難が必要になる可能性があります。浸水想定区域は『洪水や高潮ハザードマップ』で確認することができ、土砂災害(特別)警戒区域は『土砂災害ハザードマップ』で確認することができます。『桑名市ハザードマップ』は市ホームページや窓口で公開しています。

【いつ・どこに「何を持って」避難するかを考えよう】

災害時には「いつ・どこに」「何を持って」避難するかを事前に考え、知っておくことが大切です。避難情報、開設する避難所は市ホームページやLINE、公式X、災害時緊急メールなどで確認することができます。

いつ・桑名市からの避難指示を待つだけでなく、ご自身でも情報収集し、安全な時に余裕をもって避難することを心がけましょう。

どこに…安全な場所へ避難しましょう。市が開設する避難所だけでなく、安全な場所にある親戚や友人宅(縁故避難も検討するなど複数の避難所を確保しておきましょう。※浸水想定地域にある避難所は、風水害時には原則、開設されませんので注意が必要です。何を持って…食料品や衣類などの非常用持ち出し品を防災リュックなどに事前に準備しておきましょう。避難時は、両手を自由に動かすことができる状態で避難するのがベストです。一年に一度は点検し、持ち出しやすい場所に置いておくことが大切です。

○非常用持ち出し品(例)

食料品、飲料水、着替え、貴重品(通帳・保険証などは「コピー可」、生活用品、衛生用品、懐中電灯 など

地震だけでなく、台風や大雨でも停電が発生することがあります。停電への備えもしておきましょう。

問 防災・危機管理課
☎ 24・1185 FAX 24・2945

桑名の新しい
玄関口が誕生！



6/21 桑名駅西ロータリー・ 西桑名西方線開通式典

桑名駅西ロータリーと都市計画道路西桑名西方線が開通しました。翌22日からは駅西口への路線バスの乗り入れが始まり、桑名駅をより便利に利用いただけるようになりました。



6/29 桑名子ども食堂 ネットワークへの贈呈式

「佃煮の日」に合わせて、貝新物産から時雨あさり、「納豆の日」にちなんで、小杉食品から納豆を桑名子ども食堂ネットワークへ寄付され、それぞれ七里の渡し公園、(株)小杉食品本社で贈呈式が行われました。



6/29 大阪・関西万博の関西パビリオン 三重県ブース「桑名の日」開催

大阪・関西万博の関西パビリオン三重県ブースで「桑名の日」が開催されました。この日は、デジタルサイネージを使用した本多忠勝の甲冑姿などのバーチャル着せ替えを皆さんに楽しんでいただきました。

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。

7がそろう
貴重な瞬間に
みんなで乾杯！



水辺で乾杯

揖斐川河畔の住吉神社付近で令和7年7月7日午後7時7分7秒にみんなで乾杯するイベント「水辺で乾杯」が開催されました。会場はステージイベントや飲食ブース、七夕短冊などもあり、多くの人でにぎわいました。



6/15 ~9/7 市民プールオープン

市民プールがオープン。家族や友達と一緒に朝から爽快地泳ぎ、皆さんが素敵な夏のひとときを楽しんでいました。ぜひご利用ください。

6/14 桑名ボ連協まつり

総合福祉会館で、桑名ボランティア連絡協議会による桑名ボ連協まつりが開催されました。バザーや模擬店などがあり、当日は雨にも関わらず多くの人でにぎわっていました。

特定不妊治療費助成事業に着床前胚染色体異数性検査(PGT-A)が対象になりました

不妊治療において、体外受精で得た受精卵を子宮に戻す「胚移植」は最も効果の高い治療法の一つとされており、着床前に胚の染色体数を調べる「PGT-A」は、体外受精によって得た受精卵を体外で育て細胞が増えた胚(受精卵)に対して行います。

対象の治療は、PGT-Aについて公益社団法人日本産科婦人科学会に承認されている保険医療機関で実施された保険適用外の特定不妊治療です。

※令和7年4月1日以降に受けたPGT-Aを含む特定不妊治療費が助成対象です。

※その他、対象者・助成金額・申請書類などについては、市ホームページからご確認ください。



市HP

問 子ども未来課(☎ 24-1491 FAX 24-1393)

第20回「昭和の記憶」収集資料展

桑名の昭和時代の記憶の風化を防ぐことを目的に、市民の皆さんから桑名に関する郷土資料を提供いただいている事業です。

■展示「戦争と桑名」 **とき** 8/28(木)～9/25(木) **場所** 中央図書館 各展示コーナー

■講演会「桑名の戦争遺跡」 **とき** 9/21(日) 13:30から **場所** くわなメディアライヴ

講師 郷土史家 西羽 晃 氏 **料金** 200円(資料代) **定員** 30人(先着順)

申込 8/18(月)11:00から 直接または電話で中央図書館へ

問 中央図書館(☎ 22-0562 FAX 22-0795)

外国人財セミナー

スタートアップとの事業共創プログラム「MASH UP! KUWANA2024」で採択された、株式会社StarBoardによる、「外国人財セミナー」を実施します。持続的な人材確保と地域活性化の実現に向け、最新動向や受け入れの具体的なノウハウなどを紹介します。

とき 8/27(水) 14:00～16:00 **場所** パブリックセンター 1階学習室

料金 無料 **申込** 右記QRコードから

問 商工課(☎ 24-1199 FAX 24-1140) 桑名商工会議所(☎ 22-5155)



申込フォーム

保育のお仕事就職相談会を開催します

「子どもが好き」「ブランクがあるけどまた働きたい」…そんなあなたを応援するため、保育の仕事に関心のある人や就職をお考えの人を対象にした「保育のお仕事就職相談会」を開催します。

当日は、市内の私立保育園などの採用担当者から園の特色や勤務条件などを聞くことができます。就職活動の第一歩として、お気軽にご参加ください。

とき 8/10(日) 13:00～15:00 **場所** くわなメディアライヴ 多目的ホール

対象 保育園・認定こども園などでの就職を考えている学生
復職を考えている人、その他、保育の仕事に興味のある人

料金 無料 **申込** 不要 ※入退場自由。服装自由。履歴書不要。

問 幼保支援課(☎ 26-1513 FAX 24-1111)



市HP

電話番号の
市外局番は

0594

●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)

くわな INFO

お知らせ

障害者手当や児童扶養手当の手続きはお済みですか

市では、障害者やその保護者、一人親家庭などの人に次の手当を支給しています。受給要件に該当する人でまだ受給していない人は、手続きをしてください。所得制限がある手当は年に1回現況届・所得状況届を提出しないと受給できなくなる場合があります。

名称	対象者	手当(月額)
① 特別障害者手当	精神または身体に政令で定める程度の著しい重度の障害があるため、日常生活に常時特別の介護を必要とする20歳以上の人	29,590円
② 障害児福祉手当	精神または身体に政令で定める程度の著しい重度の障害があるため、日常生活に常時特別の介護を必要とする20歳未満の人	16,100円
③ 特別児童扶養手当	政令で定める程度の障害を有する20歳未満の児童の養育者	1級 56,800円 2級 37,830円
④ 桑名市障害者(児)福祉手当	(1)身体障害者…身体障害者手帳1～4級 1級…2,000円 2級…1,500円 3・4級…700円 (2)知的障害者…知能指数70以下(療育手帳A・B) A1・A2・B1…2,000円 B2…700円 (3)精神障害者…精神障害者保健福祉手帳1～3級 1・2級…2,000円 3級…700円	左記のとおり
⑤ 児童扶養手当	以下の(1)または(2)の条件に当てはまる児童(18歳年度末まで)を監護している父、母または養育者 (1)父母が婚姻を解消したなどで父または母と生計を共にしていない (2)父または母に重度の障害がある	扶養児童1人 11,010円～46,690円 ※扶養人数により加算 ※所得に応じて支給額が変わります

※①は施設に入所または、病院に3カ月以上継続して入院していないことが要件です。

※②③は施設に入所していないことが要件です。

※④は特別障害者手当、障害児福祉手当、生活保護費を受給していないことが要件です。

※④以外は所得制限があります。

問 障害福祉課(☎ 24-1171 FAX 24-5812)

児童扶養手当は子ども未来課(☎ 24-1491 FAX 24-1393)



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

※有料広告掲載欄

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。

令和8年度 保育施設「4月新入園児入所申込」一次募集

今年度も市LINE公式アカウントのメニューから申請ができます！

8月中旬から各保育施設、幼保支援課、各地区市民センター、サテライトオフィスで「令和8年度 保育施設入所(園)申込案内」を配布します。提出書類などをご確認の上、お申し込みください。
※提出書類などは、市ホームページからも8月中旬ごろよりダウンロードが可能です。

申込 提出書類を次のいずれかで幼保支援課へ

- ①市LINE公式アカウントのメニューから提出書類を写真で送付して申請
- ②郵送(〒511-8601 中央町2-37 幼保支援課「令和8年度保育施設入所」担当宛)
- ③市LINE公式アカウントのメニューから来庁予約して、幼保支援課の窓口で申請
- ④来庁予約せずに幼保支援課の窓口で申請

期間 ①②は9/1(月)～30(火) 17:00まで

③④は9/16(火)～30(火) 9:00～17:00(土・日・祝日を除く)

※①②は9/1(月)から先行して申請を受け付けています。



LINE



市HP

問 幼保支援課(☎ 24-1284 FAX 24-1111)

65歳以上のあなたへ 結核健診・肺がん検診の追加募集

若い頃に感染した結核菌が原因となり、加齢に伴い体力・抵抗力が低下した時に結核を発病する人が増えています。新たに結核と診断された人の半数以上が高齢者です。早期発見・早期治療のため、年に1回は結核健診(胸部X線検査)を受けましょう。受診をご希望の人は、お申し込みください。

対象 市内に住民登録のある65歳以上の人

期間 8～9月(健診日程など詳細は、市ホームページをご覧ください)

料金 結核健診のみ無料。※肺がん検診 300円。

※市国民健康保険に加入している人、市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は、検診当日に申し出ることで検診料無料。

申込 右記の申込フォームまたは市役所2階保健医療課へ

期限 各健診日の2週間前まで。最終申込9/10(水)まで

問 保健医療課(☎ 24-1182 FAX 24-3032)



申込フォーム



市HP

木曽三川流域開放講座

木曽三川の治水・利水・環境・文化について学んでいただくための講座です。

内容 「赤須賀船の話 -北勢と熊野灘の漁村を繋いだ船-」

講師 鳥羽市立海の博物館 館長 平賀 大蔵 さん

とき 8/31(日) 13:30～15:30 **場所** くわなメディアライヴ 多目的ホール

料金 無料 **申込** 申込フォームまたは木曽川下流河川事務所ホームページから

定員 100人(先着順) **期間** 8/1(金)～20(水)

※主催:国土交通省 中部地方整備局 木曽川下流河川事務所

問 観光課(☎ 24-1361 FAX 24-1140) (公財)河川財団名古屋事務所(☎ 052-963-5533)



申込フォーム



木曽川下流河川事務所HP

募集

令和8年度採用 桑名市職員採用試験【B日程】を実施します

受付期間 8/18(月)～9/5(金)

申込方法 市ホームページまたは市LINE公式アカウントから

募集職種 下記のとおり

※試験内容などの詳細については、8月に市ホームページでお知らせします。



LINE



市HP

職種	募集人数	受験資格	
		年齢	学歴
事務職	高卒以上 7人程度	平成3年4月2日以 降に生まれ た人	高等学校以上*を卒業した人もしくは令和8年3月に卒業見込みの人または同等以上の学力が認められる人
障害者対象(高卒以上)	2人程度		※高等学校・専修学校専門過程・高等専門学校・短期大学・大学・大学院のいずれか
一般技術職(高卒以上)	6人程度		専修学校専門課程・短期大学・大学のいずれかを卒業した人もしくは令和8年3月に卒業見込みの人および管理栄養士資格を有する人または令和8年3月31日までに取得見込みの人
管理栄養士	1人程度		

※令和7年度も、職務経験者を対象とした採用試験(通年採用)を実施予定です。

詳細が決まり次第市ホームページで公開します。

問 人事課(☎ 24-1126 FAX 24-1268)

人権・同和問題学習講座

とき	場所	内容	講師(敬称略)
9/3(水) 13:30～15:00	多度地区市民センター	知っていますか?同対審答申 ～部落問題の解決は国民的課題であると訴えてから60年～	(公財)反差別・人権研究所みえ 原田 朋記
9/17(水) 14:00～15:30	くわなメディアライヴ	性は人権～いのちと性を守る取り組みから～	NPO法人MCサポートセンター みつみえ 代表助産師 松岡 典子
10/1(水) 13:30～15:00	くわなメディアライヴ	桑名市カスタマーハラスメント防止条例の紹介と最新の消費者トラブルの事例と対処法について	桑名市職員 桑名市消費生活相談員
10/15(水) 13:30～15:00	くわなメディアライヴ	ひきこもる人の家族からのメッセージ	NPO法人なでしこの会 理事長 田中 義和
10/29(水) 13:30～15:00	くわなメディアライヴ	認知症の人と家族の人権について	(公財)認知症の人と家族の会 三重県支部代表 中川 絵里子
11/21(金) 15:00～16:30	長島防災コミュニティセンター	このまちが好きだから ～被差別の歴史をもつまちに生まれて～	崇仁発信実行委員会 代表 藤尾 まさよ

料金 無料 **申込** 申込フォーム、電話、ファクス、直接のいずれかの方法でお申し込みください。※手話通訳・要約筆記有り ※申込フォームでのお申し込みは8/31(日)までです。

問 人権センター(☎ 27-6677 FAX 27-6678)



申込フォーム

第26回 柳家三三独演会

2025

9月28日

午後1時30分

開場:午後1時

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)

桑名市市民会館

チケット発売中

★柳安シティホール(桑名市市民会館) 0594(22)8511

★光緒エコミュニティプラザ(大山田) 0594(32)1820

★チケットぴあ / t.pia.jp(コード535-490)

★ローソンチケット / l-tike.com(コード41707)

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、どなたでも気軽に集えるカフェ(認知症カフェ)です。市内にお住まいの人はどなたでも参加いただけます。参加者とおしゃべりをしたり、お茶を楽しんだり、ほっとするひとときを一緒に過ごしませんか。

認知症の本人・家族・本人と家族のつどい

同じような体験や悩みを持つ仲間と、それぞれの悩み相談や情報交換など行います。

※オレンジカフェ・家族のつどいの開催予定・活動内容は市ホームページまたはQRコードからご確認ください。
認知症に関する相談窓口については市ホームページまたはQRコードをご確認ください。

問 介護予防支援室 (☎ 24-5104 FAX 26-1548)



オレンジカフェの様子



活動内容



相談窓口

ゲートキーパーになろう～誰でも、いつでも、あなたにもできること～

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。専門家でなくとも、ちょっとした心構えで誰でもなることができます。これを機会にちょっとしたコツを身につけ、あなたの大切な人を支えてみませんか。お気軽にご参加ください。

内容 ①一般市民向けゲートキーパー養成講座

②福祉関係者向けゲートキーパー養成講座

とき 9/8(月) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00

場所 くわなメディアライヴ2階 第1会議室

対象 ①市内在住、在勤 ②医療・福祉・介護・教育・保育関係の業務に関わっている人

講師 臨床心理士 古井 由美子さん

定員 各30人(先着順)

申込 QRコードからまたは電話、ファクス

問 保健医療課 (☎ 24-1182 FAX 24-3032)



申込フォーム

原爆写真展

核兵器廃絶と平和を考える原爆写真展を三重県原爆被災者の会と共同で開催します。

とき 8/5(火)～15(金) 9:00～17:00

場所 くわなメディアライヴ・ふるさと多度文学館・長島輪中図書館

※各会場では、三重県原爆被災者の会 会員の人以上による講話があります。

・くわなメディアライヴ 8/5(火)・9(土) 10:00、14:00、8/15(金) 10:00

・ふるさと多度文学館 8/6(水) 10:00 ・長島ふれあい学習館 8/6(水) 14:00

問 総務課 (☎ 24-1131 FAX 24-1350)

ヤマモリ体育館 後期スポーツ教室

種目	受講日	時間	定員	申込開始
バドミントン	毎週水曜日(9/3から10回)	9:30～11:30	40人	8/18(月) 9:00
壮健体操	毎週水曜日(9/3から10回)	10:00～11:30	70人	
健康体操	毎週水曜日(9/3から10回)	13:30～15:00	70人	
エアロビクス	毎週水曜日(9/3から10回)	13:30～14:30	30人	
ひめトレ&ストレッチ	毎週水曜日(9/3から10回)	14:45～15:45	30人	
ふれ愛体操	毎週金曜日(9/5から10回)	13:30～15:00	70人	8/19(火) 9:00
MYストレッチ	毎週木曜日(9/4から10回)	13:00～14:30	30人	
ヘルシーヨガ	毎週金曜日(9/5から10回)	13:00～14:30	30人	
太極拳	毎週金曜日(9/5から10回)	18:45～20:30	60人	
練功	毎週土曜日(9/6から10回)	10:00～11:30	30人	
フラダンス	毎週金曜日(9/12から10回)	13:30～14:45	30人	
卓球	毎週土曜日(10/11から10回)	9:30～11:30	70人	

対象 18歳以上 料金 5,000円【保険料込】

申込 ヤマモリ体育館で申込用紙を受け取り、各教室申込開始日以降に直接同所へ。

※電話での申し込みはできません。代理による申し込みは1人までです。

※8:30から西側入り口玄関(スロープ側)で整理番号札を配布し、9:00から先着順で受け付けます。

※ヘルシーヨガの講師が9月から変わります。

問 ヤマモリ体育館 (☎ 22-6741 FAX 22-6770)

NTN総合運動公園 第2期教室開催のお知らせ

種目	受講日	時間	定員	申込開始
バランスボール	毎週月曜日(9/8から10回)	10:00～11:00	12人	8/19(火) 9:30
バランス体操	毎週月曜日(9/8から10回)	13:30～14:30	15人	
フラダンス	毎週水曜日(9/10から10回)	10:00～11:15	15人	
姿勢改善ストレッチ	毎週木曜日(9/11から10回)	10:00～11:00	15人	
太極拳	毎週木曜日(9/11から10回)	13:30～15:00	15人	
筋膜リリース	毎週金曜日(9/12から10回)	10:00～11:00	15人	
ヨガ	毎週金曜日(9/12から10回)	13:30～14:30	15人	

対象 18歳以上 料金 5,000円【保険料込】

申込 NTN 総合運動公園クラブハウス受付で申込用紙を受け取り、各教室申込日に受講料を添えて直接同所へ。

※電話での申し込みはできません。代理による申し込みは1人までです。

※先着順のため、定員になり次第締め切らせていただきます。

問 NTN 総合運動公園 (☎ 32-2000 FAX 32-2001)

全国230店舗 サポートご利用 20分 あたり 1100円

『生活のお困りごと』をサポートします。

草むしり

重い物の移動

病院の付添い

- ・見守り訪問
- ・安否確認
- ・倉庫の片付けや解体
- ・家事やお掃除
- ・その他 生活支援

○ご利用時間は1回40分より承ります ○女性スタッフ在籍《スタッフ募集中》

まごころサポート

0120-979-141

三重県名スマイルプロジェクト店

まごころサポート三重県名

お店コード: 19149

受付時間 8:00～18:00

桑名市多度御衣野4022

無料相談開催中!!

住まいの相談会

事前予約制

Q こんなお悩みはございませんか?

- リフォームして快適にしたい
- バリアフリーで安心な家にしたい
- 断熱・耐震のことを知りたい
- 理想の外構を作りたい
- 資金計画を詳しく教えてほしい

10時～16時の間2時間ほど
水曜定休日
陽だまりの丘
ショールームにて

※相談会のご予約は電話にて

住宅コンサルタント
代表 佐藤 有加

二級建築士
ファイナンシャルプランナー
シニアライフインストラクター

リフォーム施工例
和室→洋室

BEFORE

AFTER

新築注文住宅・リフォーム・中古リハ・リノ・外構・店舗デザイン

桑名市陽だまりの丘七丁目 1815

0594(33)3737

取り、作品と一緒に市総合福祉会館大会議室へ。
※申込用紙は市ホームページからダウンロードできます。



市HP

期間 9/3(水) 13:00～16:30
問 桑名発明会事務局(商工課内)
☎ 24-1199 **FAX** 24-1140

学校のしごと、ちょっと聞いてみませんか「働き方説明会」

市内の小中学校の仕事に興味を持たれている人に向けて、実際の教育現場のイメージをもっともらうために、「働き方説明会」を実施します。

とき 9/27(土) 10:00～11:00
場所 市役所 2階 教育委員室
内容 学校でのさまざまな働き方の紹介・ICT機器を用いた市の学習の様子など(詳しくは市ホームページをご確認ください。)

申込 QRコードまたは電話



市HP 申込フォーム 講師登録

問 学校教育課
☎ 24-1239 **FAX** 24-1358

ワークショップ「風鈴づくり」

風鈴をみんなで一緒に作りませんか。

とき 8/23(土) 13:00～14:30
場所 長島ふれあい学習館2階 多目的ホール

対象 5歳以上 保護者同伴
講師 絵本作家 福永 純平さん(人気絵本『へびながすぎる』)

料金 無料

定員 先着15人(市内在住の人優先)

申込 電話または直接窓口へ

問 長島輪中図書館

☎ 41-1040 **FAX** 41-1044

②8/15(金) 10:00～11:30

③8/22(金) 12:30～16:00

④9/5(金) 9:30～11:30

※詳しくは右記QRコードをご確認ください。



問 市民活動センター

☎ 24-1184

✉ kuwana-sksc@tuba.ocn.ne.jp

詳細

募集

子ども・子育て市民情報部会部員

市の子育て情報について一緒に考えませんか。

定員 若干名

任期 1年間(令和7年10月～令和8年9月)更新あり

対象 市内在住の18歳以上で子育て支援に興味のある人、かつ、月1回程度(平日午前)開催の部会に参加できる人

申込 「住所」「名前」「生年月日」「電話番号」を記入し、直接持参、郵送または、申込フォームから。
(〒511-0068 中央 申込フォーム 町3-21)



締切 8/22(金) **選考方法** 面接
※9月に面接で選考後、結果を通知します。

問 子ども・子育て応援センター「キラキラ」**☎** 84-6039

「創意くふう展」出展作品

桑名発明会では、9/6(土)・7(日)、市総合福祉会館で開催する「創意くふう展」への出展作品を募集します。もれなく参加賞も進呈します。

対象 市内在住の小・中学生

テーマ

・工作品「暮らしをもっと楽しく住みやすくする工夫・発明品」

・絵画「未来の科学の夢や未来の世界を描いたもの」

申込 商工課で申込用紙を受け

イベント

プラネタリウム夏休み平日特別上映

8月は平日に特別上映を行います。

とき 8/1(金)～29(金)

【夏休み特別上映】

火～金曜日 14:00、15:00

【通常上映】

土・日 10:00、11:00、14:00、15:00

休 月曜日

問 長島ふれあい学習館

☎ 41-1041 **FAX** 41-1011

くわっぼサイエンスコンテスト

小学3年～中学3年生の子どもたちが、夏休みを中心に組みんだ理科の実験・観察・研究などの作品を展示します。

とき 9/6(土) 10:00～16:30、7(日) 9:00～15:00

場所 総合福祉会館 大会議室

問 教育指導課

☎ 24-1240 **FAX** 24-1358

第5回桑名市福祉サービスフェア

障サ連加盟40事業所の障害福祉サービス事業所のパネル展示をします。作業所で作った菓子や作品の物販も行います。昨年よりグレードアップした、無料の体験ワークショップ、なぞとき(プレゼント付き)を行うのでぜひご来場ください。

とき 8/1(金)・2(土) 10:00～15:00

場所 大山田まちづくり拠点施設

問 障害福祉課

☎ 24-1171 **FAX** 24-5812

市民活動センターイベント

①ボランティアビギニング

②スチューデントカフェ

③サマーエキスポ

④子どもたちの未来と笑顔のために!

とき ①8/8(金) 9:30～11:00

第62回桑名市民スポーツ大会

種目	開催日	会場	申込期限
バスケットボール	一般の部 シニアの部	ヤマモリ体育館 アリーナ	7/18(金)
	中学生の部		8/8(金)
水泳	8/31(日)	市民プール	8/8(金)
ソフトテニス	ジュニア男・女	NTN総合運動公園 テニスコート	各中学校
	一般男・女 シニア男・女 ミックスの部		9/24(水)
ゴルフ	9/8(月)	ナガシマカントリークラブ	7/28(月) 8:00から ファクスで
陸上	9/14(日)・15(祝)	LA・PITA東員スタジアム	9/2(火)メールにて
ボウリング	9/15(祝)	アサヒボウル	9/5(金)
卓球	中学生の部 小学生の部	ヤマモリ体育館 アリーナ	9/3(水)
	一般、高校生 ラージボール		
パワーリフティング	10/5(日)	ヤマモリ体育館 大会議室	9/7(日)
弓道	10/5(日)	桑名工業高校弓道場	当日受付
テニス	10/5(日) 予備日12(日)	NTN総合運動公園 テニスコート	9/22(月)
ソフトボール	10/12(日) 予備日19(日)	ノザキ製菓アイリスパークグラウンド	9/20(土)
グラウンド・ゴルフ	10/12(日) 予備日19(日)	NTN総合運動公園、多目的運動公園、グラウンドゴルフ場	8/23(土)
バレーボール	女子の部 小学生の部	ヤマモリ体育館 アリーナ	9/30(火)
	男女混合の部		
バドミントン	10/19(日)	ヤマモリ体育館 アリーナ	9/28(日)～10/5(日)
剣道	11/2(日)	ヤマモリ体育館 アリーナ	9/21(日)
軟式野球	11/2(日)・9(日) 予備日16(日)・23(祝)	九華公園・深谷・北部野球場 ノザキ製菓アイリスパーク野球場	9/21(日)メールにて
柔道	11/3(祝)	ヤマモリ体育館 柔道場	10/4(土)

※大会要項と申込書は、市または市スポーツ協会ホームページからダウンロードできます。

問 スポーツ振興課 (☎ 24-1251 **FAX** 24-1355)

市スポーツ協会事務局 (☎ 23-4826 **FAX** 41-4826)



市HP



協会HP

第59回桑名市民水泳大会

とき 8/31(日) **対象** 市内在住・在勤・在学 **料金** 500円/人 ※大会が中止になっても返却しません。

場所 市民プール **申込** スポーツ振興課または市スポーツ協会へ **期限** 8/8(金)

問 スポーツ振興課 (☎ 24-1251 **FAX** 24-1355) 市スポーツ協会事務局 (☎ 23-4826 **FAX** 41-4826)

1930年創業 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

福祉文化教室

各教室への参加者を募集しています。詳細はお問い合わせください。

対象 市内在住で障害者手帳をお持ちの人

内容 編物、朗読、絵画、書道、俳句、絵手紙、手芸、料理、生け花など

問 市在宅障害者デイサービス事業運営委員会 福祉文化教室

☎・FAX 22-5003

下水道排水設備工事責任技術者試験

とき 11/27(木)

期間 8/4(月)～9/8(月)

問 三重県下水道公社 総務課

☎0598-53-2331

福祉ヴィレッジ内店舗リニューアル

「らいむショップ」が7/24(木)から「アルモニカフェ」として生まれ変わりました。手作り料理、デザート、ドリンクをお楽しみ下さい。お弁当の販売やテイクアウトもやっています。

問 社会福祉協議会多世代共生課

☎41-3820 FAX 41-3828

星空観望会

とき 8/22(金) 19:00～20:30

場所 NTN総合運動公園フットボール場

料金 無料 **定員** 40人(先着順)

申込 NTN総合運動公園クラブハウス窓口

期間 8/8(金) 9:30～21(休)

※小学生以下の参加者は保護者同伴

問 NTN総合運動公園クラブハウス ☎ 32-2000

自衛官募集

職種 ①航空学生 ②一般曹候補生 ③自衛官候補生

受験資格

①海上自衛隊：高卒者(見込み含む)で23歳未満の人

航空自衛隊：高卒者(見込み含む)で24歳未満の人

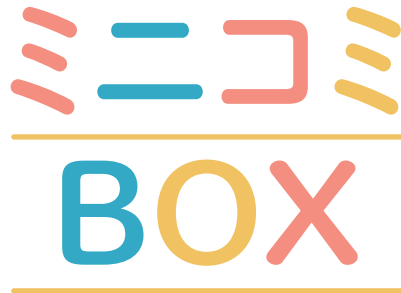
②・③採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の人

締切 ①8/29(金) ②9/2(火)

③年間を通じて行っています。

問 自衛隊四日市地域事務所

☎ 059-351-1723



市関係団体のイベントなどを掲載しています

「リサイクルの森」夏休みイベント

第2回ソーラーカーを作って走らせようを開催します。

とき 8/24(日) ①10:00、②13:00

場所 リサイクルの森

対象 桑名市、木曽岬町、東員町在住の人

申込 リサイクルの森ホームページ

期間 8/1(金)～(先着順)

【モノ・コトショップ開催】

とき 8/6(水)・13(水)・24(日)・27(水) 10:00～15:00

詳しくはホームページをご覧ください。

問 リサイクルの森

☎ 87-5133

FAX 87-5152



水辺の活動を楽しむために

夏に向けて、水辺に涼を求め、レジャーを楽しむ機会が増えるとともに、水辺の事故も増えていきます。水辺の事故は年間1,300件ほど発生しており、本市でも昨年中に9件の水難事故が発生しています。水辺で楽しく安全に活動するために次のことに気を付けましょう。

①遊ぶ前に天気予報を確認しよう

②ライフジャケットを着よう

③水辺には一人で行かない

④おぼれている人がいたら「飛び込まず助けを呼ぼう」

⑤水に落ちたら「あわてず、浮いて助けを待とう」

問 スポーツ振興課

☎ 24-1251 FAX 24-1355

運転免許証自主返納支援

運転免許証を自主返納した高齢者(65歳以上)を支援します。

支援内容 K-バス回数券(13枚綴り4冊)、交通系ICカード4,000円分のいずれか

申込 運転免許証を自主返納のうえ申請書類を危機管理室へ提出

問 危機管理室

☎ 24-1337 FAX 24-2945

結婚新生活支援補助金

新生活をスタートする新婚世帯に対して、住宅に関する費用などの一部を最大60万円補助します。

対象 令和7年以降に婚姻届を提出し、受理された夫婦のうち、婚姻日の年齢が夫婦共に39歳以下の人。

※世帯所得の制限など条件があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 SDGs推進課

☎ 24-7441

FAX 24-2474



市HP

広報くわな7月号の訂正とお詫び

16ページ「桑名水郷花火大会」の会場および駐車場マップ図中の記載内容に誤りがありました。(誤)光風小学校(正)光風中学校訂正して、お詫び申し上げます。

問 観光課

☎ 24-1231 FAX 24-1140

講座です。

とき 9/20、10/18、11/15(全3回)※いずれも土曜日 10:00～11:30

場所 長島ふれあい学習館

講師 天文研究家 浅田 英夫さん

対象 小学3年生以上

※小学生は保護者も同伴で受講

定員 30人(先着順)

料金 高校生以上1,500円

中学生以下1,000円

申込 直接または電話

期間 8/1(金)～31(日)

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いたします。実際の災害と間違えないよう、ご注意ください。

とき 8/20(水) 11:00ごろ

内容 ①上りチャイム音、②「これは、Jアラートのテストです」、③「こちらは、ぼうさいくわなです」、④下りチャイム音※放送内容は変更される場合があります。

問 防災・危機管理課

☎ 24-1185 FAX 24-2945

戦没者追悼式

戦後80年を迎えるにあたり、戦没者の冥福と世界の恒久平和を祈念し、追悼式を開催します。

とき 8/7(木) 10:00～12:00

場所 柿安シティホール

問 福祉総務課

☎ 24-1168 FAX 24-1351

献血にご協力ください

とき 8/13(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

中学生の主張大会2025

中学生が自ら考え、行動する力を養うと共に、自らの主張を正しく伝え、理解してもらう力を身につけることを目的に開催します。

テーマ 「夢」など(自由なテーマ可)

対象 市内在住・在学の中学生

申込 募集要項を確認の上、必要事項を記入し、直接または、郵送、メールで生涯学習課(くわなメディアライヴテ511-0068 中央町3-79)または、在学の市内中学校へ。

※1600文字(400字詰め原稿用紙4枚)程度で用紙の指定はありません。

期限 9/12(金)

※入選者は11/12(水)16:30からくわなメディアライヴで発表会を行います。

問 生涯学習課

☎ 24-1244 FAX 24-1355

体験型交通安全教室

高齢ドライバーの交通事故防止を図るため、体験型交通安全教室を実施します。

とき 9/30(火) 13:30～16:00

対象 市内在住で自動車運転免許を持った65歳以上の人

場所 北勢自動車学校(市役所南立体駐車場前から送迎)

持物 自動車運転免許証、その他運転に必要な眼鏡など

料金 無料 **申込** 電話

期間 8/1(金)～29(金)

問 桑名地区交通安全対策会議(危機管理室)

☎ 24-1337 FAX 24-2945

陶芸体験【要予約】

手びねり・電動ろくろ体験

とき 9/14(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 8/1(金)から

※体験料を添えて窓口へお申し込みください。

※キャンセルの場合、体験料は返金しません。

問 長島ふれあい学習館

☎ 41-1041 FAX 41-1011

なるほど天文楽講座

ふしぎ!わかった!を味わう星空と宇宙の楽しいお話が聞ける

SNSは、情報収集や人となることが健全なSNS利用につながる手段として多くの人に利用されています。最近では、利用者の低年齢化が進み、子どもたちにも広がっています。一方、顔が見えないやりとりでは誤解が生じやすく、何気ない一言でトラブルになることもあります。また、不確かな情報をうのみにし、偏見や差別が広がることも心配されています。

では、子どもたちに「SNSは使わないで」と伝えることで問題は解決するのでしょうか。大切なのは、子どもたちがSNSを使わないことではなく、正しい使い方を知り、身に付けていくことです。学校だけでなく、家庭や地域の中でも、SNSの適切な使い方について話し合い、相手を思いやる言葉選びや正しい情報を見極める力を育むことが大切です。

一人一人が思いやりと責任を持って行動することで、誰もが安心してつながる社会を築いていきましょう。

言葉を選ぶ力を育てよう SNSと人権を考える

まずは
知ることから
人権
って
なあに?



2024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。

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

桑名市外国人支援コンシェルジュサービスに 新メンバー＆新サービスが加わりました

“外国人にとっても住みやすいまち”をめざして、外国人の生活相談などに多言語で対応する窓口「外国人支援コンシェルジュサービス」の開設から1年が経過しました。

窓口の利用件数は毎月増加しており、1年間で3,000件を超える問い合わせがありました。特に市役所での手続きや生活に関する相談が多く、6月からは新たに1人のフロアコンシェルジュ（窓口案内人）がメンバーに加わっています。

また、外国人住民から「市役所でどこに相談したらよいかわからない」といったお問い合わせも多いことから、新たに「桑名市通訳コールセンター」を開設し、外国籍の人からの電話でのお問い合わせなどについても、相談をワンストップで多言語対応できるようになりました。

国籍に関わらず、誰もが利用しやすい市役所をめざして、今後も外国人支援のさらなる充実を進めていきます。

CALL CENTER 桑名市通訳コールセンター ☎ 26-1560



Se você tiver alguma dificuldade,
por favor, venha ao balcão de
atendimento no 1º andar da prefeitura.

お困りごとがあれば、市役所1階に
相談にきてね！



新コンシェルジュメンバー
ポルトガル語担当
奥村さん

問 ブランド推進課
(☎ 26-1512 FAX 24-2474)



市長まちなか探索 地域の中での支え合い

今月のテーマは「高齢者支援ボランティア」です。
今や、人生100年時代が到来しました。

長寿は大変喜ばしいことです。でも、ご本人にとっては、生活するのにちょっと不便なことも増えてきます。そんな人たちの暮らしを支えようと、各地で活動しているボランティアがたくさんおられます。

そこで、そんな活動のひとつ『ささえあい支援事業』をご紹介します。地域にお住まいの人たちが、高齢者の日常生活におけるちょっとした困りごとに対する支援を行う取り組みです。

今回は多度地区でささえあい支援事業を行っている「柚井生活支援の会」の皆さんに、お話を伺いました。

こちらでは、主に70歳以上の人に対して、病院や買い物先への移動支援や、ゴミ出しの代行などを行っています（現在は登録制）。もともと自治会長や民生委員などの活動を通じて、地域の中で困っている人が多くいることを実感。地域で困っている人を助けたいという思いで活動を始めたそうです。

活動を通じて、利用者の人に喜んでいただけるのがうれしい、とお話いただきました。とはいえ活動を続ける中で、支援を必要とする人が増え、支援内容も多岐に増えてきたため、今はどうやって進めていくか、工夫しながら取り組んでいるとのことでした。

長寿化が進むこれからの時代、住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らし続けられるよう、地域の中で支えあうことは非常に重要です。市では、こうした「ささえあい支援事業」に対して支援を行っていますので、ぜひそれぞれの地域で活動していただければと思います。



柚井生活支援の会の皆さんに活動内容などを伺いました。

今月のテーマ

高齢者支援 ボランティア



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。

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 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 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
	行政相談	第1木曜 9:00～12:00【予約不要】	土地家屋調査士相談 土地の境界・測量に関することなど
	公証人相談	第2水曜 10:00～12:00【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・退去に関することなど
	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】	場所 市民相談室（市役所地下1階）☎ 24-1188 FAX 24-4102
	土地家屋調査士相談	第3火曜 13:00～16:00【予約制・前日まで】	問 総合福祉会館 ☎ 23-2856 FAX 23-5079 問 福祉後見サポートセンター（社会福祉協議会）
	宅地建物取引士の不動産相談	第4水曜 9:00～12:00【予約制・前日まで】	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 8/25(月)必着 ☎ 24-1413 FAX 24-1735 ✉ ccollabo@city.kuwana.lg.jp
	行政書士相談	第4木曜 14:00～16:00【予約制・前日まで】	
	市民相談	月～金曜 8:30～17:00	
人権	司法書士の成年後見相談	第1水曜 9:00～12:00【予約制】 ※4月のみ第2水曜	
	女性弁護士による女性法律相談	9/13(土) 9:00～11:55（1人30分）【予約制】 ※新規申し込みの人優先	
消費・年金・税金	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
福祉	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
その他	名称	とき	詳細
	生活更生相談	第2・第4木曜 9:00～15:00	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
その他	名称	とき	詳細
	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 サンファール南館2階（桑名商工会議所内）☎ 24-1515 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
その他	名称	とき	詳細
	精神保健福祉相談	8/21(木)13:30～15:30【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
その他	名称	とき	詳細
	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	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
その他	名称	とき	詳細
	経営相談	月～金曜 9:00～17:00【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
その他	名称	とき	詳細
	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 サンファール南館2階（桑名商工会議所内）☎ 24-1515 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
その他	名称	とき	詳細
	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
その他	名称	とき	詳細
	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
その他	名称	とき	詳細
	母子・父子家庭の親相談	月～金曜 9:00～17:00【予約制】	場所 子ども総合センター ☎ 24-1298 FAX 24-5497
その他	名称	とき	詳細
	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
その他	名称	とき	詳細
	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
その他	名称	とき	詳細
	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
その他	名称	とき	詳細
	カスタマーハラスメント相談	月～金曜 9:00～12:00、13:00～16:00	場所 福祉支援室 ☎ 24-7440 FAX 24-1457 場所 商工課 ☎ 26-1555

国際交流・日本語教室

とき 8/24(日) 13:45～15:30
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

9/1(月)まで

市(県)民税2期、
国民健康保険税2期

交通事故発生状況

(令和7年6月30日現在)

	6月中	累計	前年累計同期比
総件数	382件	2,243件	+172件
死者数	0人	1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
・休日診療医療機関
毎月第2・第4日曜日（17:00～20:00）
8/10(日)、24(日) 桑名病院 ☎ 22-0460

HAPPY BIRTHDAY

8月に誕生日を迎える
子どもたちが集合！



ゆうき
繁田 結葵 くん
8月24日で1歳です

あつという
間の
0歳でした



まき
松尾 麻来 ちゃん
8月10日で4歳です

うちの可愛い
愛されっ子
です



はると
太田 陽翔 くん
8月31日で3歳です

3歳の誕生日
おめでとう♡



かなで
鳥谷尾 奏 ちゃん
8月20日で2歳です

これからも
元気いっぱい
でね！

♡ 2歳♡
スクスク
育ってネッ♡



とうや
川北 燈矢 くん
8月12日で1歳です

1歳
おめでとう♡
我が家の
癒し担当
ありがとう♡



みつ
川又 心葵 ちゃん
8月3日で1歳です

応募方法

10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！



桑名のイトコノ
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！



六華苑～フローティ
ングフラワー～

highhappy987さん



七里の渡し

saki.m.curator さん

今朝のウォーク&
ラン

katasan1101 さん



桑名市
公式SNS、
やってます。

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。