

広報 くわな

KU WANA

みんなの未来にわくわくを

2025

11

vol.251



自分の「好き」をかたちに
地域に根ざした文化活動



特集

くわなのウェルビーイング「文化」
感性を育み輝く未来へ

特集

くわなのウェルビーイング「文化」

感性を育み 輝く未来へ

文化は豊かな人生を送るために
必要な要素の一つ。
市内では、桑名市文化協会を中心に
多くの人々がさまざまな文化活動に
取り組んでいます。
今月はそこから、
桑名少年少女合唱団と
若手演劇集団Cブレンドを紹介します。

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

桑名市民芸術文化祭が 開催中!

桑名市文化協会HP



**市民の文化創造と
豊かな地域社会を育む
桑名市文化協会**

文化活動を行う個人や団体をサポートする桑名市文化協会。毎年10月から12月にかけて行われる「桑名市民芸術文化祭」や1月の「新春六華苑祭」を開催しています。協会には、文学、美術、音楽、芸能(芸能、詩吟、洋舞)、演劇、茶華香道、社会文化、趣味教養、子ども文化の11部門があり、主に市内で活動する団体や、市内に居住または勤務・通学する個人であれば誰でも入会することが可能です。ホームページでは各団体の活動内容や公演会・イベント情報を紹介しています。鑑賞したい人、参加したい人はチェックしてみてください。

- 02 キラリ★くわな人
- 03 特集 くわなのウェルビーイング「文化」
感性を育み輝く未来へ
- 06 各種証明書10円キャンペーン
- 07 消防庁舎等複合施設の愛称決定
令和7年度秋季火災予防運動について
- 08 令和6年度 決算報告
- 09 職員の人事・給与などの公表
- 10 くわなの秋のイベント
マイナンバーカード・電子証明書のお知らせ
リチウムイオン電池などの捨て方
- 12 桑名市認知症伴走型総合相談窓口
こころとカラダを大切に 自分らしく輝くまち
11月20日は「桑名市こどもの権利の日」!
- 14 子育て広場、図書館・六華苑・博物館

- 16 メディカルニュース、防災教室
人気の給食レシピ、みんなの掲示板
- 18 EVENT ALBUM(イベントアルバム)
- 20 くわなINFO
- 28 無料相談
- 29 スマートシティ取りくみレポート
市長まちなか探索
- 30 HAPPY BIRTHDAY
桑名のイトコ教えてください。

今月の表紙

過去に行われた桑名少年少女合唱団の
「おんがく会」、若手演劇集団Cブレンドの
「鬼サミット」の写真です。文化活動を行
うさまざまな団体が活躍しています。



桑名市出身の元バレーボール
選手の宮下さんは、中学生の時、
国内トップリーグであるVリー
グに史上最年少の15歳2カ月で
デビューし、岡山シーガルズで15
シーズンにわたってプレーされ
ました。全日本女子バレーボー
ル代表としても長年活躍したほ
か、2016年のリオデジャネイ
ロ五輪にも日本代表として出場。
昨年の「黒鷲旗全日本男女選抜
バレーボール大会」で岡山シーガ
ルズを初優勝に導き、現役を引
退されました。

引退後、今年5月にヴィアティ
ン三重バレーボール事業部のバイ
スディレクター(副部長)に就任。
小学生ぶりに三重県に帰ってきて



ヴィアティン三重 バレーボー
ル事業部 バイスディレクター
はるか
宮下 遥 さん

活動されています。現在は、ヴィア
ティン三重でチームの運営に携わ
り、イベントの企画や営業活動な
どを行っているほか、これまでの
経験を生かしてバレーボール教室
の運営や講演会も行っています。

「ヴィアティン三重での活動を
通して、たくさんの人に勝ち負け
や結果だけではないスポーツの楽
しさを知ってほしい」と宮下さん。
「今後は、これまで自身が経験し
てきたことなどをいろいろな形で
子どもたちや地域に伝え、地元
に恩返しをしたい」「子どもから年
配の人までみんなが競技をしたり、
応援したりしてスポーツに関わる
ことで、地域
が一体化して
いくのが目標」
と話していた
宮下さん。
今後の宮下さ
んの活躍を期
待しています。



バレーボールイベントの様子

キラリ★くわな人

歌って踊って楽しく自由に音楽を表現

桑名少年少女合唱団



合宿を行い
団結力を
高めます！

教えてくれたのは
代表 小森 節子さん



ソリストとしてリサイタルをはじめオペラやコンサートに多数出演している小森さんが、平成4年に設立した「桑名少年少女合唱団」。歌唱と共に踊りも取り入れ、ミュージカルのように体を使って音楽を表現し、子ども達の創造性・芸術性・人間性を伸ばしていくことをめざして活動を行っています。団員は小学1年生から高校生までと幅広く、先生と一緒に歌いながら丁寧に音程を教えられるので、小さな子どもでも安心して音

楽を学ぶことができます。秋の「桑名市民芸術文化祭」、県内の「ジュニアコーラスフェス」、毎年行われる合唱団主催の発表会など、ステージやイベントで歌唱を披露する機会も多数あります。「子どもは歌の上達が早く、みんなの成長を感じられることがやがていす」と語ってくれた小森さん。合唱団の活動状況はインスタグラムで発信。見学や体験も受け付けています。



桑名少年少女合唱団
練習場所 パブリックセンター
または修徳まちづくり拠点施設
練習日時 毎週土曜
13:00～14:15(ジュニア)
14:30～16:45(シニア)
問 ☎21-6302

HP



Instagram



過去の活動

おんがく会
毎年3月に開催される桑名少年少女合唱団主催の「おんがく会」。



フラワーコーラス演奏会
桑名地区合唱団の合唱フェスティバルに出演しました。



市内各所で上演「日常密着ファンタジー」

演劇集団Cブレンド



劇団員による
朗読会も
行っています

教えてくれたのは
代表 ちかげ 相原 千景さん



本市を拠点とする「演劇集団Cブレンド」は、元高校演劇部顧問の相原さんが教え子らと平成19年に結成。型にはまらない「空間芸術としての演劇」を特徴とし、古民家やお寺の境内、九華公園などユニークな場所を舞台に芝居を上演してきました。作風のテーマは「日常密着ファンタジー」。クスツと笑えたりじんわり心に染みたり、肩の力を抜いて楽しめる「生活の中の小さなドラマ」を表現しています。団員は30代を中心とした会社員や主婦などで、子育てや仕事

を両立しながら活動。アトリエにベビーベッドを置くなど、団員が演劇を続けられる環境を大切にしています。「目標は、みんなそれぞれの生活とともに楽しく演劇を続けていくことです。コロナ禍でも写真と音声を組み合わせた映像作品や朗読公演で活動を継続してきました。今後は公演回数を増やし、演劇の楽しさを地域の人に届けることをめざします」と、展望を語ってくれた相原さん。Cブレンドの挑戦はこれからも続いています。



演劇集団Cブレンド

活動拠点 atelierC
(赤須賀526-54)
練習日時 毎週金曜

HP



Instagram



過去の活動

「女子部屋(じょしシェア)」
シェアハウスで暮らす女の子たちの物語「女子部屋(じょしシェア)」は、本物の民家で上演されました。



「鬼サミット」
鬼が島に集まった鬼たちが現状と今後について議論する「鬼サミット」。西念寺を舞台に開催されました。



消防本部 からの お知らせ



消防庁舎等複合施設の 愛称決定

6/2(月)から供用を開始した消防庁舎等複合施設の愛称が「クワナビスタ」に決定しました。5月30日から1カ月間で68件の応募があり、審査の結果、市内在住の佐藤あゆみさんの作品が選ばれました。「クワナビスタ」は「Kuwana(桑名)」と「Vista(眺望)」を組み合わせ、市民を高台から見守る施設にふさわしい名称です。さらに名称中央の「ナビ」は、市民生活を支える拠点施設としての役割を表しています。愛称選定委員会からも「呼びやすく親しみやすい」「市民を見守る思いに一致」と評価されました。10/3(金)には、クワナビスタで市長から命名者の佐藤さんへ表彰状が授与されました。

令和7年度秋季火災予防運動について

防火・防災フェアin桑名2025

市民に対し火災予防思想の普及と高揚を図り、住宅における火災の発生を防止することを目的に、「防火・防災フェアin桑名2025」を開催します。また、災害対策車両や防災関係機材の展示・普及などの防災啓発を合わせて行います。

日時 11/8(土) 10:00～15:00 雨天決行

場所 アビタ桑名店
＜屋外＞西正面出入口・南側駐車場
＜屋内＞店内2階 フードコート前

イベント内容

- ミニ防火衣着体験(記念撮影)
- 消防車、救急車、自衛隊車両、照明車、電気自動車の展示
- 訓練披露(場所:西正面出入口)
- 桑名市女性消防団による心肺蘇生法の実演・体験
- 住宅用火災警報器(取付け・点検)の受付
- 災害用グッズ作製
- マイタイムライン作成

※災害出場や天候により、中止または内容・場所を変更する場合があります



昨年のイベントの様子

問 予防課 (☎ 86-7489 FAX 86-7493)

防火ポスター展

11/9(日)から15(土)まで全国一斉に、秋季火災予防運動が実施されます。これに伴い「防火ポスター展」を開催します。展示する防火ポスターは管内の小・中学生の応募の中から入選された作品です。

期間 ① 11/7(金)～11/16(日)

② 11/18(火)～11/30(日)

場所 ① イオンモール桑名(新西方1丁目22)
② イオンモール東員(東員町大字長深510-1)

……………2025年度全国統一防火標語……………

「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

これからは、火災が発生しやすい季節を迎えます。火の元、火の取り扱いには十分注意しましょう。

住宅用火災警報器の点検 10年を目安に交換!

住宅用火災警報器が設置されていても、正常に作動しなかったケースが増えています。定期的に本体のボタンを押すか、紐を引いて音を聞きましょう。音が鳴らない場合や設置から10年以上経過している場合は、交換をおすすめします。

消防本部では住宅火災での『逃げ遅れゼロ!』に向け、次の3本柱(3つの「える」)の取り組みを実施しています。

1. 住宅防火診断「備える」
2. 住宅防火講習会「伝える」
3. 住宅用火災警報器の取付け・点検支援「支える」

住宅火災から大切な命を守るため、ぜひ皆さんのお申し込み・ご相談をお待ちしています!



簡単! 住民票などの証明書が コンビニで取れます! 便利!

マイナンバーカードがあれば、全国のコンビニエンスストアや一部の市役所の施設に設置してあるマルチコピー機から、下記の証明書を取ることができます!



キャンペーン期間

令和7年11月1日(土) ▶ 令和8年10月31日(土)(予定)

取得できる証明書

- 住民票の写し
- 戸籍全部事項証明書
- 所得課税証明書
- 印鑑登録証明書
- 戸籍個人事項証明書
- 所得証明書
- 戸籍の附票の写し

※桑名市の証明書に限ります ※戸籍関係の証明書は、本籍地が桑名市の人の現在戸籍が取得できます

コンビニ交付サービスに関する注意事項

- サービスを利用するには、マイナンバーカードと暗証番号数字4桁(利用者証明用電子証明書)が必要です。
- 戸籍・住民登録課、大山田地区市民センター、まちづくり拠点施設でマルチコピー機による証明書交付サービスを利用できるのは、桑名市民に限ります。

問 ○マイナンバーカードの申請について : 戸籍・住民登録課(マイナンバー受付窓口) ☎ 24-1343
○住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍証明書について : 戸籍・住民登録課 ☎ 24-1159
○所得課税証明書および所得証明書について : 税務課 ☎ 24-1145

職員の人事・給与などの公表

「桑名市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」の規定に基づき、職員の給与や部門別の職員数などをお知らせします。

職員数の状況など

1 職員数(令和7年4月1日現在)

一般行政部門	特別行政部門	公営企業等会計部門	合計
622人	376人	84人	1,082人

2 職員の採用状況(令和7年4月1日現在)

採用人数
42人

3 職員の退職状況(令和6年度)

定年退職	早期退職	普通退職	合計
19人	2人	14人	35人

分限処分:令和6年度中に分限処分に該当した職員は10人(休職)でした。

懲戒処分:令和6年度中に懲戒処分に該当した職員は2人でした。

給与の状況など

1 平均給料月額(令和7年4月1日現在)

区 分	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
一般行政職	338,085円	423,533円	42.5歳
教育職	402,173円	462,057円	45.5歳

※平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外手当などの諸手当(職員手当)の額を合計したものです。

2 初任給(令和7年4月1日現在)

一般行政職	
大学卒	高校卒
220,000円	188,000円

3 期末・勤勉手当

区 分	令和6年度の支給割合
期末手当	2.50月分(2.10月分)
勤勉手当	2.10月分(2.50月分)
合 計	4.60月分(4.60月分)

※期末・勤勉手当には、職務上の段階、職務などによる加算措置があります。

※()内は、管理職の支給割合

4 退職手当(令和6年度支給額)

区 分	退職手当
1人あたりの平均支給額	2,128万円(早期退職含む)

5 特別職の報酬など(令和7年4月1日現在)

区 分	給料(報酬)月額	期末手当
市長	1,056,000円	4.60月分
副市長	802,000円	
議長	598,000円	3.45月分
副議長	517,000円	
議員	466,000円	

6 人件費の状況(令和6年度普通会計決算)

(1)歳出額	(2)人件費	人件費率(2)/(1)
649億3,181万円	102億788万円	15.7%

※人件費には一般職員の給与のほか、市長、副市長、市議会議員、各種委員などの特別職に属する職員の給料、報酬などを含んでいます。

問 人事課(☎ 24-1126 FAX 24-1268)

令和6年度 決算報告

9月の市議会定例会で令和6年度決算が認定されました。
決算は、一年間にどれだけのお金が入り、どのように使われたのかを明らかにしたものです。

一般会計・特別会計・企業会計

会計			歳入(収入額)	歳出(支出額)
一般会計			677億9,567万7千円	644億3,831万3千円
特別会計	国民健康保険事業		132億1,771万3千円	131億1,034万9千円
	介護保険事業		116億6,258万4千円	114億4,425万9千円
	後期高齢者医療事業		40億7,347万2千円	40億3,261万8千円
	地方独立行政法人 桑名市総合医療センター施設整備等貸付事業		9億5,013万3千円	9億5,013万3千円
企業会計	水道事業	収益的収支	33億186万9千円	30億5,899万2千円
		資本的収支	10億1,737万4千円	14億3,556万3千円
	下水道事業	収益的収支	55億6,772万7千円	49億2,414万2千円
		資本的収支	37億745万円	47億6,036万2千円
合計			1,112億9,399万9千円	1,081億5,473万1千円

市の財政状況を示す主な指標

	令和6年度	令和5年度	比較
経常収支比率	92.9%	92.6%	0.3ポイント上昇
将来負担比率	37.9%	36.4%	1.5ポイント上昇

経常収支比率とは

地方税や地方交付税に対し、人件費や扶助費、公債費などの削減することが容易でない義務的な経費が占める割合です。この数値が低いほど、財政構造のゆとりがあり、財政は健全といえます。

将来負担比率とは

地方債の残高など、市の一般財源等が、将来負担すべき実質的な負債の規模を示す指標です。この数値が低いほど将来の負担が低く、財政は健全といえます。

市の基金と借金

		令和6年度	令和5年度	比較
基金	基金残高(一般会計)	154億4,933万2千円	159億7,052万6千円	5億2,119万4千円 減少
	内 財政調整基金	57億7,827万3千円	65億5,716万7千円	7億7,889万4千円 減少
	内 訳 其他	96億7,105万9千円	94億1,335万9千円	2億5,770万円 増加
借金	地方債残高(一般会計)	516億7,734万8千円	508億2,150万3千円	8億5,584万5千円 増加
	内 臨時財政対策債	212億1,903万6千円	228億5,844万6千円	16億3,941万円 減少
	内 訳 其他	304億5,831万2千円	279億6,305万7千円	24億9,525万5千円 増加

財政調整基金とは

経済状況の変動による大幅な税収の減少や災害などの予期できない支出に備えるための基金で、一般家庭の特に目的を決めていない貯金にあたります。

臨時財政対策債とは

地方交付税の不足分を補うために特例として認められている地方債で、償還費用は全額、国が負担するため、実質的な市の負担は生じません。

令和6年度決算の詳細については、市のHPでも公開しています

問 この記事に関する問い合わせは財政課(☎ 24-1137 FAX 24-6312)
企業会計については上下水道部企画総務課(☎ 49-2005 FAX 48-3585)



マイナンバーカード・電子証明書の更新の手続きはお済みですか？

マイナンバーカードおよびマイナンバーカードに搭載されている電子証明書には、それぞれ有効期限があります。有効期限が近づいている人には、国から「有効期限通知書」が届きますので、ぜひお早めの手続きをお願いします。

【お手続きできる場所】

種別	更新（申請）手続きができる場所
マイナンバーカード	大山田地区市民センター、市役所地下1階マイナンバー窓口
電子証明書	上記＋多度・長島地区市民センター、サテライトオフィス、郵便局（桑名・桑名播磨・桑名深谷・桑名七和・桑名正和）

大山田地区市民センターは4窓口あり、待ち時間が少なく比較的スムーズにご案内できます！

こちらの郵便局でもお手続きできます！※

※郵便局でのお手続きは本人のみ受付可能です。本人が15歳未満または成年被後見人の場合は、法定代理人（親権者など）の同行が必要です。

※11月10日から14日までの間は、システムメンテナンスのため郵便局でのお手続きはできません。

【手続きに必要なもの】

- ・マイナンバーカード
- ・有効期限通知書（お持ちの場合）
- ・本人確認書類（パスワードの再設定が必要な人のみ）

※受付時間など詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 戸籍・住民登録課（☎ 24-1343 FAX 24-1355）



市HP



リチウムイオン電池の発熱・発火を原因とする事故予防にご協力ください

スマートフォンやモバイルバッテリーなどに使用されているリチウムイオン電池をはじめとする充電式電池は、強い衝撃などにより発火の恐れがあり、ごみ収集車や処理施設の火災の原因にもなるため絶対に可燃ごみ、不燃ごみ、プラスチックごみなどで廃棄しないでください。ごみ収集車や処理施設で火災が発生すると、多額の修繕費用が必要となり、通常のごみ収集が行えなくなる可能性もあります。

廃棄は、必ず下記の方法で行っていただきますようお願いいたします。



リチウムイオン電池および小型家電の捨て方

・リチウムイオン電池本体の場合

購入先やJBRC協力店、または環境対策課にご相談ください。

膨張したリチウムイオン電池などは、平日開庁時（9:00～16:30）に下記窓口へ。

市役所地下1階 環境対策課・多度地区市民センター・長島地区市民センター・清掃センター

・小型家電（リチウムイオン電池内蔵小型家電含む）の場合

指定の29品目に限り、縦15cm×横25cmまでのものは、平日開庁時（9:00～16:30）

に回収BOX投入口へ。

※回収BOX設置場所：市役所1階北玄関・大山田地区市民センター・

多度地区市民センター・長島地区市民センター・清掃センター



<携帯電話>



<デジタルカメラ>



<ビデオカメラ>



<電子タバコ>



<モバイルバッテリー>



充電式電池
の捨て方



指定品目



問 環境対策課（☎ 24-1436 FAX 22-5183）

くわなの秋のイベント

①第50回くわな商工まつり

今年も、およそ50ブースが出店し桑名の秋を盛り上げます。

とき 11/8(土) 10:00～16:00 11/9(日) 10:00～15:00

場所 柿安コミュニティパーク

内容 桑名名物・特産品の販売、キッチンカー、職業体験コーナー（要予約）、子ども縁日、折り鶴体験、働く車大集合コーナー、ステージイベント など

問 桑名商工会議所（☎ 22-5155）



HP



昨年の商工まつりの様子

②桑名時代まつり

昨年に続き、今年も忠勝・千姫時代行列を行います。武者や姫、童子たちが勇壮に練り歩きます。また、鉄砲演武も行い、歴史を五感で感じていただきます。

とき 11/9(日) 13:00～15:00 鉄砲演武:11:30～、14:00～

場所 柿安コミュニティパーク

問 「忠勝・千姫時代行列」運営事務局 片桐 方（☎ 090-8554-0742）



昨年の時代行列の様子

③灯街道・桑名宿

ばんりゅうやぐら 蟠龍 櫓周辺に、地場産業である鋳物を使った灯籠を並べ、夜に桑名の風情を歩きながら楽しめる灯りイベントです。

とき 11/4(火)～12(水) 場所 蟠龍櫓周辺

問 桑名時代まつり実行委員会（☎ 22-5155）



昨年の蟠龍櫓周辺の様子

④商連くわな楽市 CHALLENGE FESTIVAL

子どもから大人までみんなが参加できる大運動会を開催します。

とき 11/16(日) 10:00～16:00 場所 イオンモール桑名

内容 職業体験やビンゴ大会、体力測定などみんなが参加できるイベント、子ども向け縁日、働く車ブースなど

問 桑名市商店連合会青年部事務局（☎ 27-3191）



職業体験
申込



Instagram

問 ①④商工課（☎ 24-1199 FAX 24-1140）、②③観光課（☎ 24-1231 FAX 24-1140）

デジタル観光マップ

桑名市と包括連携協定を結ぶ中部電力（株）の実証実験として、秋のイベント開催エリア周辺の観光スポットを掲載したデジタル観光マップを導入しました。秋のイベントと合わせて、周辺の観光周遊にぜひご利用ください。

ご利用は
こちらから



HP



問 スマートシティ推進課（☎ 24-1338）、政策創造課（☎ 24-1463）

講座参加者募集!!

女性がウェルビーイングなまちの実現に向けて講座を開始します。第一弾は、薬膳講座を行います!



◆薬膳ってなに? (第1回薬膳講座)

講師: 鈴鹿医療科学大学 副学長 高木久代

女性の不調を解消するための薬膳を気軽においしく日常に取り入れるための講座です。先生の解説を聞きながら、薬膳を使ったお弁当を実食します。

とき 11/30(日) 10:30~13:00
(10:30~11:45 講義、12:00~13:00 弁当実食)
場所 くわなメディアライヴ2階第一会議室
料金 2,000円 (弁当代/当日現金支払)
定員 50人 (先着順) **申込** QRコードから
申込期限 11/20(木)



申込



女性のウェルビーイング
に関する活動はこちら

◆12月以降の講座予定 ※申込日などは、改めて広報でお知らせします。

日時	講座名	費用
令和8年1/24(土)	初心者でも安心! 1時間で変わる! 姿勢が美しくなるピラティス	無料
2/8(日)	冷えを解消する薬膳 (第2回薬膳講座)	2,000円
3/8(日)	女性のための片頭痛セルフケア	無料
3/15(日)	生理との上手な付き合い方	無料

問 SDGs推進課 (☎ 24-7441 FAX 24-2474)

11月20日は「桑名市こどもの権利の日」! ～みんなでこどもの権利を考えよう～

令和7年4月1日「桑名市こどもの権利条例」が施行されました。こどもたちが安心して学び、遊び、健やかに成長できるように、市・保護者・市民が協力して権利を守ることを定めています。

本市では、「桑名市こどもの権利条例」に基づき、毎年11月20日を「桑名市こどもの権利の日」と定めています。この日は、国際的にもこどもの権利を尊重し合う大切な日とされています。

「桑名市こどもの権利の日」をきっかけに、こどもにとって大切なことを一緒に考えたり話し合ったりしてみませんか。



詳細は市HP

問 子ども未来課 (☎ 24-1172 FAX 24-1393)

令和7年10月~

桑名市認知症伴走型総合相談窓口

「桑名市認知症伴走型総合相談窓口」が、10月から下記の5カ所になりました。「最近物忘れが少しひどくなったかも…」 「もしかして、認知症かも…」こんな時、早い段階から相談ができる認知症の相談窓口です。身近な地域で、まずは認知症に関する専門職に相談してみませんか。

また、従来通りお住まいの地区の担当地域包括支援センターでも相談を受け付けています。

HP



相談窓口更新時期 令和7年10月1日(水)から

相談窓口
の機能

- ① 身近な相談窓口、伴走支援 (対象者: 認知症の人や認知症が疑われる人およびその家族、介護者)
- ② 専門職への協力、連携
- ③ 地域づくり・ネットワーク構築
(認知症バリアフリー推進・普及啓発、地域での認知症本人・家族の居場所づくり、専門職・地域とのネットワークづくりなど)

相談窓口一覧 5事業所 ※相談は、お住まいの住所に関係なく、どの事業所にもご相談いただけます

事業所	住 所	電話番号
指定居宅介護支援事業所 ふるさと	北別所字蔵金坊1607	84-7033
ケアパーク和月 グループホーム	太夫123-2	27-6610
愛の家グループホーム多度	多度町柚井33	080-7015-5677
西桑名指定居宅介護支援事業所 (若年性認知症への支援に特化した職員配置)	新西方2丁目82	25-2229
訪問看護ステーション ふくふく (精神科認定看護師配置)	安永2丁目1161-2	87-6029

認知症の人を含むすべての高齢者にやさしい地域づくり

認知症に関する相談窓口の充実に加え、認知症の人を含むすべての高齢者にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

認知症サポーター養成講座

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように、認知症の人やその家族を地域で見守る「認知症サポーター養成講座」を開催しています。次回は12月16日(火)に開催予定です。詳細は、広報くわな12月号をご確認ください。また、おむね7人以上の人が集まる場へ出張して講座も開催することができます。下記までお問い合わせください。

内容 認知症の理解、認知症の人への対応、認知症サポーターのできることなど

時間 1時間半程度 対象 市内在住および在勤の人 受講料 無料

各地域で認知症声かけ訓練が実施されています!

地域の中で、認知症らしい人が道に迷われている様子を見かけたとき、「迷っているのかどうかかわからない」「迷惑かも」「声をかけても、後はどうしたらいいの?」などと惑うことも多いのではないのでしょうか。そこで、実際に声かけや、どのように行動したらよいのか、という訓練を各地域で開催しています。困っている人がいたら、みんなで声をかけられる地域づくりをめざしています。

問 介護予防支援室 (☎ 24-5104 FAX 26-1548)



ML連携企画 セミナー
「桑名の豪商 諸戸家の至宝」博物館企画展に合わせて、博物館職員による
セミナーと関連書籍の紹介展示を行います。

ゆめはま文庫のご案内

赤ちゃん向けの絵本を5冊セットにして貸し出ししています。
子育て中で、初めての絵本や乳幼児期にどんな絵本を読んでもあれば
よいか悩まれる保護者向けのセットです。市内の司書、保育士、保健師、
文庫運営者、有識者で、乳幼児期に適した絵本を選びました。赤ちゃん
が初めて出会う絵本に、初めての読み聞かせに、ぜひご利用ください。
ゆめはま文庫の絵本を使った赤ちゃんとの保護者向けのゆめはまおはなし
会も奇数月の第2木曜日に開催しています。中央図書館で絵本の読
み聞かせ、わらべうたや手あそびで、楽しいひとときを過ごしませんか？

ゆめはまおはなし会

とき 11/13(木)、令和8年1/8(木)、3/12(木)
11:00～11:30(予約不要・無料) 問 中央図書館とき 11/16(日) 13:30～15:00
場所 くわなメディアライヴ 2階
定員 50人(先着順) 料金 200円(資料代)
申込 直接または、電話で中央図書館へ
開始 11/3(月) 11:00
※受付は各日17:00まで
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 「土木」



立体交差

大山 顕／著(本の雑誌社)

全国のジャンクションをさまざ
まな視点から撮影した写真集。
街や自然の中に溶け込む高速
道路の迫力と美しさを感じる写
真が満載です。



日常の絶景

八馬 智／著(学芸出版社)

見方のコツを掴めば、日常の風景
が絶景になる。立体駐車場や消波
ブロックなど、ふだん何気なく見
ている風景の楽しみ方を紹介して
います。



AR動画

図解絵本 工事現場

モリナガ・ヨウ／作・絵、
溝淵 利明／監修(ポプラ社)
イラストレーターモリナ
ガ・ヨウが工事現場の中へ
潜入し、ダムや橋などがど
のようにできていくのか分
かりやすく説明した絵本。

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。

たてる

サリー・サットン／さく、ブライアン・ラブロック／え、あらやしょうこ／やく(岩波書店)

人や機械が活躍する建設工事の
現場にひびく、にぎやかな音！大
きな建物ができあがっていく様子を、
迫力のオノマトペでも楽しめます。

☎ 24-4466 FAX 24-4627
休 11/4(火)・10(月)・17(月)・25(火)

桑名ほんぱく「針穴カメラを作ろう」



六華苑を舞台に、缶
を使った針穴カメラを手作り
し、歴史ある洋館や和館、
庭園を自分の視点で撮影。
カメラや写真の仕組みを
学びながら文化財への理
解も深まるワークショップ
を開催します。

とき 11/22(土) 10:00～15:30 場所 番蔵棟
料金 3,000円(入苑料別途必要) 定員 12人(先着順)
申込 事前電話予約(受付中)
詳細は<https://www.rokkaen.com/>☎ 21-3171 FAX 21-3173
休 11/4(火)・10(月)・17(月)・25(火)特別企画展 桑名の豪商
諸戸家の至宝《武蔵野図屏風》(六曲一双のうち一部分)
公益財団法人諸戸財団蔵

公益財団法人
諸戸財団が所蔵
する諸戸家ゆかり
の名品をご紹介します。

とき 11/30(日)まで 9:30～17:00(入館は16:30
まで) 料金 高校生以上500円、中学生以下無料
助成 公益財団法人岡田文化財団、公益財団法人く
わしん福祉文化協力基金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！

「虐待とトラウマ」

トラウマとは、災害や事故などにより
「こころがひどいケガを負う」ことで、
単なる怖い体験でなく、自分ではどう
することもできなかったなど、深い無
力感をもたらす体験です。

虐待を受けた子どもたちもトラウマ
を背負っていることがあり、いつ何が起
きるかわからない緊張感から、教室な
どでじっとしていられなかったり、逆に
辛い体験を当たり前のこととして、感
情を麻痺させて平然としています。

虐待を受けなくなっても症状が続く
ことがあり、自分の意思とは関係なく、
辛い体験が突然思い出され、心がさら
にしんどくなることも多くあります。
また、ゲームに没頭したり、リストカッ
トをしたりする子どもたちがいますが、
これらは辛い体験を感じないように、
考えないようにと、これらの行為でハラ
ンスをとっている場合があります。

トラウマがそうさせてい
るということを理解すると
ともに、トラウマを背負う
子どもたちが少しでも少
くなるように、虐待の心配
がある子どもたちをみかけ
たら、「相談いただきませ
うお願いします」。

問 ダイアル189(児童相
談所)もしくは子ども総合
センター ☎ 24-1298

情報

「Good Sleep(ぐっすり) KUMANA プロジェクト」

メジャーリーグ・ドジャースの太谷
翔平選手が「10時間睡眠を実践してい
ることが話題になり、改めて睡眠の大
切さが注目されています。皆さんは、毎
晩ぐっすり眠れていますか？

実は、睡眠に悩みを抱える人は多く、
本市の約4割が23時以降に就寝してい
ます。睡眠不足に悩む子どもも少なく
ありません。

日常的に質、量ともに十分な睡眠を
確保できたら、仕事や勉強も効率よく
はかどり、充実した一日となりますよね。
でも「ただ寝るだけ」とは言え、ぐっ
すり眠るのは意外と難しいもの…。

そこで、本市は行政だけでは解決が
難しい睡眠の悩みに応えるため、「寝る
子は育つ協会」と「ZAKONE」に加盟し、
専門家や民間の力と連携して睡眠に関
するさまざまな取り組みを進めます。

今後は、良い眠りのヒントにつながる
情報を桑名市公式LINEなどで発信し
ていきますので、ぜひ楽しみにしてい
てください。

●「寝る子は育つ協会」と
「ZAKONE」への加盟は
行政として全国初の取り組みです。
(子ども未来課)

すくすく離乳食教室

①初期・中期②後期・完了期

成長時期に応じた離乳食に
関する講話などとき ①12/2(火)13:30-15:00
②12/1(月)13:30-14:30
場所 くわなメディアライヴ
定員 20人(先着順)
申込 下記QRコード
期間 11/15(土)～24(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 12/19(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 11/15(土)～12/12(金)

Q&A

Q 普段学童に通っていないため、
夏休み期間の預け先に困って
います。

本市では、市内在住で普段は学童
保育所に通所しておらず、保護者
が就労で見守りできない家庭の小
学生のお子さんを対象として、夏
休み限定の学童保育所を実施して
います。普段は利用していないけ
れど、長い時間お留守番をさせる
のは不安という人はぜひご利用く
ださい。
(子ども未来課)

無料相談

名称	とき	詳細
家庭児童相談	月～金曜日 9:00～16:30	場所 子ども総合センター ☎ 24-1298 FAX 24-5497
ことばの相談	11/21(金) 9:00～16:30【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 9:00～16:30【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 9:00～16:30	場所 教育研究所 ☎ 24-1880 FAX 27-5827
くわっば教育相談	11/10(月)・12(水)・17(月)・26(水) 9:00～11:45 11/5(水) 10:30～16:45 11/19(水) 13:00～16:45 11/6(木)・13(木)・20(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

ごまみそスープ



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
- 白身魚のお好み焼き風
- じゃがコーン

栄養データ(1人分)

エネルギー	63kcal
たんぱく質	4.3g
脂質	2.8g
炭水化物	5.7g
食塩相当量	1.0g

栄養ポイント

ごまには、健康維持や病気の予防に役立つとされる栄養がたくさん含まれています。毎日摂取することがおすすめです。

作るときのコツ

スープに入れる野菜は、冷蔵庫にある野菜で大丈夫です。すりごま、ごま油を最後に入れることで、ごまの味わいや風味が豊かになります。

材料2人分

● 豚こま肉	12g	● すりごま	小さじ1
● だいこん	60g	● ごま油	適量
● にんじん	20g	● 合わせみそ	大さじ1弱
● えのきたけ	20g	● 鶏だし	小さじ1
● 豆腐	40g	● 薄口しょうゆ	小さじ1/2
● ねぎ	6g	● みりん	小さじ1/2

作り方

- 肉は一口大、だいこん・にんじんはいちょう切り、えのきたけは2〜3cmに切り、豆腐はさいの目切り、ねぎは小口切りにする。
- 水(湯)220mlで肉を煮る。
- 肉の色が変わったら、だいこん・にんじんを入れて煮る。
- だいこんが透き通ってきたら、えのきたけ・豆腐を入れて煮る。
- 沸騰したら、Aとねぎを入れて煮る。
- すりごま・ごま油を入れて、火を止める。

みんなの掲示板

● ブリエの森(マルシェ)

県内外から集まった作家さんのお店や洋菓子、パン屋さんなどが広い公園に約120店舗並びます。

とき 11/16(日) 10:00~15:00

場所 北勢中央公園(四日市市西村町1080番地)

問 ハッピーマフィン 小山 方

☑ happymuffincafe36@gmail.com

● 長良川河口堰 見学会

30年を迎えた長良川河口堰。4月に引き続き11月も見学会を行います。ぜひ、お越しください!!

とき 11/8(土) 9:00~14:00

場所 長良川河口堰

内容 巡視体験、クイズラリー、ドローン操縦体験、缶バッジ作成体験など
30周年ダムカード配布
※天候などにより中止する場合あり

問 水資源機構揖斐川・長良川総合管理所総務課
☎ 42-5012

● 桑名マンドリン倶楽部第16回演奏会

映画音楽やミュージカル、Jポップなどのほか、「きらめく夜空の物語」と題しておなじみの曲で構成したステージあり。ご家族・ご友人など、皆さんお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

とき 12/14(日) 14:00~(開場13:30)

場所 柿安シティホール(大ホール)

料金 無料

後援:市教育委員会、市文化協会

問 桑名マンドリン倶楽部

☑ kuwana.mandolin@gmail.com

● ベビーちゃんのママ集まれ~!

月齢の近いママ同士集まってほっこりおしゃべりしたり、情報交換してお友だちを作りませんか?英語の手あそびや先輩ママの子育てあるある相談もきっと役に立つはず♪

とき 12/5(金) 10:00~11:30

場所 新西方コミュニティセンター 研修室

対象 生後12カ月までのベビーちゃんとそのママ

料金 500円 申込 QRコードから

問 NPO法人Wonder Pocket 滝澤方

☎ 090-5635-7089



×ディカール ニユールス



桑名市
総合医療センター
精神科
ごうじ ひろこ
郷治 洋子 さん

今月のテーマ せん妄について

せん妄は、典型的には、ある時から急に普段と異なる様子で興奮したり、つじつまの合わない話をしたり、日時や場所が分からなくなるといった症状をきたします。高齢者や認知症の人に発症しやすい、身体の病気の悪化や手術の後、住み慣れた場所からの環境変化、また睡眠薬などある種の薬もせん妄を引き起こす原因となります。ですから高齢者が身体の病気で入院した際にしばしば発症します。症状が強いと動き回り転倒する、点滴を抜いてしまうなど、本来の病気の治療に支障をきたしてしまいます。

せん妄は脳の一時的な機能障害です。意識が障害されるため記憶が曖昧であることが多く、一見認知症が進行したようにも見えますが、認知症との大きな違いは症状が一日の中でも変動し、特に夜間に多いことや日の単位で症状が変化することです。

せん妄の治療には薬による治療と薬以外の治療があります。薬以外の治療としては、生活リズムを整えること、例えば日中はカーテンを開けて日光を浴び起きて過ごすこと、また身近な人の来訪や日時の手がかりとなる時計やカレンダーを部屋に置くことも有効です。この対応で症状が改善しない場合は薬の治療を検討します。薬の治療は本来統合失調症の治療薬である抗精神病薬を使用します。財布を盗まれるといった妄想やいじめなどの問題行動に対して有効であることが知られています。一方でふらつきによる転倒や誤嚥性肺炎などの危険性もあり、必要最小限となるよう薬の種類や量にも注意を払いながら、症状をよく観察し薬の使用を検討します。

問 総合医療センター
☎ 22-1211 FAX 22-9498

くわな 防災教室

防災グッズや非常食などを準備して、防災対策は十分と思っていまいませんか? 防災対策には備蓄と共に避難などに関する正しい知識の習得も大切な対策です。

防災に関する知識(常識)は社会環境などの変化とともに、変わりつつあります。今回は地震が発生した時の対応として、とりわけ火災対策に着目し、防災の常識について考えてみましょう。

● 火災対策

地震が起きたら「まず火の始末」と習った人も多いのではないのでしょうか。しかし、近ごろでは、IHクッキングヒーターを使われるご家庭も増えていきますし、ガスを使う場合でも震度5相当以上を感知すると自動的にガスの供給が遮断されます。さまざまな火災対策が進んだこともあり、今では地震発生により火災が発生するリスクよりも、火を消そうとして怪我をするリスクの方が大きいのです。地震発生時には「まず火の始末」ではなく、「まず身の安全を確保」して、「それから火の始末」をするのが、防災の常識となりました。消せない火の始末は揺れが収まってから行いましょう。また、避難する時はブレーカーを落

今月のテーマ 防災の対策は万全ですか 「地震による火災対策」

としておくことが火災対策として有効です。

いざというときに慌てず柔軟な行動ができるよう、平時から災害について考えておきましょう。

● 桑名市地震ブレーカー設置事業補助金

地震発生時は冷静な判断をすることが困難な場合があります、必ずしもブレーカーを落として避難できるかは分かりません。こういった場合に備え、地震発生時に自動的に電気の供給を遮断することができ「感震ブレーカー」の設置を検討してください。

阪神・淡路大震災や東日本大震災で発生した火災の原因は半数以上が電気とされており、昨年度能登半島地震においても同様の火災が発生しています。原因が電気となる火災とは、通電時に破損した配線から火花が発生し、可燃物に引火することで発生する火災などをいいます。市では感震ブレーカーの設置に対して、補助金を交付しています。詳細はホームページをご覧ください。

問 防災・危機管理課
☎ 24-1185 FAX 24-2945



市HP

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。

本物の日本刀は
迫力満点！



9/21

長島八幡神社 獅子舞

長島町の八幡神社で300年にわたって行われている芸能で、市の無形民俗文化財にも指定されています。本物の日本刀で獅子が舞う「刀舞」や色とりどりの飾りを獅子が食いちぎる「花舞」など、披露された6つの舞に観客は釘付けになっていました。



9/20-28

プログラミング教室

小学生を対象に、プログラミング教室が市役所で開催されました。総勢40人の小学生が参加し、プログラミングを使ってゲームを作ったり、ロボットを動かしたりして楽しみながら学んでいました。



9/9-26

子どもの 夢・未来創造事業

子どもたちの体験の機会を増やす事業、子どもの夢・未来創造事業で、市内の小学校で世界平和に関する授業や、パッカー車に乗ったり見学したりする授業を行いました。子どもたちは体験授業を楽しんでいました。



9/26

伊勢湾台風のつどい

1959年(昭和34年)9月26日に東海地区を襲った伊勢湾台風。伊勢湾台風のつどい実行委員会により、この甚大な被害を忘れず、次世代に語りつなぐために「伊勢湾台風のつどい」が城南河川防災ステーションで開催されました。

雨の中でも
大盛り上がり！



10/5

ないも 内母神社石取祭

多度の内母神社で石取祭が開催されました。香取から2台、上之郷・東福永・西福永から各1台ずつの計5台の豪華な祭車が集まりました。迫力満点の鉦と太鼓の音に、雨の中でも会場は活気にあふれていました。



9/22

大阪・関西万博「～三重のお祭り 大集合～ MIE フェスティバル in EXPO」

三重県内のお祭り・美味しいもの・伝統工芸品などが大集合！その名も「MIE フェス」が開催されました。桑名石取祭も登場し、代表で東常盤町が祭りばやしを披露。太鼓と鉦の音が響き渡り、会場は盛り上がっていました。



9/28

桑名でサップクルージング

住吉浦堤防防災棧橋 住吉神社付近で、サップイベントが開催されました。桑名にしながら非日常体験。桑名うまいもん横丁のできたてグルメなどもあり、水と風を感じながら、秋のはじまりを満喫していました。

11月30日は「人生会議(ACP)の日」

「人生会議」とは、アドバンス・ケア・プランニング(Advance Care Planning)の愛称で、もしもの時のために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、信頼する人たちと話し合い、共有する取り組みです。

ホームページにはACPシートを掲載しています。この機会にあなたの考えを大切な人に伝えてみませんか。



市HP



問 保健医療課(☎ 24-0562 FAX 24-3032)
桑名市在宅医療・介護連携支援センター
(☎ 22-8200 FAX 22-8201)

毎年11月第3水曜日は「世界COPDデー」

COPD(慢性閉塞性肺疾患)をご存じですか? たばこなどに含まれる有害物質を長い間吸い込むことで、気管支や肺に炎症が起こり、徐々に呼吸機能が低下していく病気です。代表的な症状として、階段や坂道で息が切れる・長く続く咳や痰・風邪がなかなか治らないなどがあります。

ホームページではセルフチェックができ、COPDの診断ができる医療機関も掲載しています。



市HP



問 保健医療課(☎ 24-1182 FAX 24-3032)

2025人権作文・ポスター・標語の入選者発表

差別のない明るいまちの実現をめざし、人権に関する作文・ポスター・標語を募集したところ、7,233点の応募があり、52人の皆さんが入選されました(敬称略)。多数のご応募ありがとうございました。

入選者の表彰と作品の発表は、12/6(土)に柿安シティホール(桑名市民会館)で開催される「2025人権フェスタinくわな」内の「人権を考える意見発表会」で行う予定です。ぜひ、お越しください。

標語の部 (3,312点)				
近藤 里奈	大山田北小1	菊池 鍊	修徳小6	
阿部 依愛	在良小1	齋藤 名奈	陵成中1	
内山 健留	在良小1	廣澤 歩音	成徳中1	
平野 天道	大山田東小3	太田 楓菜	陽和中1	
山本 蒼士	在良小4	田中 紬葵	光陵中3	
小島 寧来	伊曾島小5	石川 莉桜菜	多度中3	
伊藤 碧	多度青葉小6	多湖 玲菜	多度中3	
石井 睦人	星見ヶ丘小6	小林 寛久	一般	
玉田 碧	大山田東小6	ヒロセ ユウジ	一般	
金田 倫佳	益世小6	水谷 孔祇	一般	

作文の部 (2,492点)			
岡田 紬来	多度東小1	小林 咲	正和中2
パルトンジュリア	七和小6	加藤 めのう	正和中3
池山 心菜	陵成中2	レイエス ジーナメイ	明正中3

ポスターの部 (1,429点)			
服部 叶実	大山田東小1	三宅 鈴	明正中1
山本 明奈	藤が丘小4	後藤 美杏	明正中1
水谷 董	益世小5	石井 杏奈	正和中1
日下部 旭	益世小6	西脇 唯夏	正和中1
明村 茉侑	大山田北小5	佐藤 寿咲	正和中1
野中 美翔	大山田西小6	金森 穰士	長島中1
林 怜桜	大成小6	大鹿 紗和	成徳中1
水谷 結仁	大成小6	前野 結舞	成徳中2
吉中 心那	藤が丘小6	大前 陸央	陽和中2
佐久間 璃音	藤が丘小6	細江 奈歩	陵成中2
大竹 紫莉	修徳小6	渡邊 寧々	陵成中2
伊藤 理朱	多度青葉小6	萩原 望美	陵成中2
高井 梓	多度青葉小6	明村 芭菜	光陵中2

問 人権教育課
(☎ 24-1192 FAX 24-1358)

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。

くわな INFO

お知らせ

令和8年桑名市二十歳のつどいのお知らせ

二十歳の皆さん、この度はおめでとうございます。市では、皆さんを祝い励ますために「二十歳のつどい」を開催します。式典当日は、実行委員が企画した豪華景品の「抽選会」を行う予定ですので、お楽しみに♪

とき 1/11(日) <式典開始>14:00 <開場>13:00

場所 柿安シティホール(桑名市民会館) 大ホール

対象 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの人

案内ハガキ・令和7年10月末時点で、桑名市に住民登録のある人には、11月下旬に案内ハガキを送付します。案内ハガキは式典の入場券となるため、必ず式典当日に会場へお持ちください。

・12月中旬までに案内ハガキが届かない場合は下記にお問い合わせください。

・進学や就職などによる市外への転出者は、右記フォームから申し込みが必要です。

デジタル入場券・令和7年10月末までにデジタル入場券の申し込みをされた人には、11月下旬にデジタル入場券をメールでお送りします。※案内ハガキは届きません。

・式典当日は、デジタル入場券をお持ちのスマートフォン上に表示し、ご入場ください。

・12月中旬までにデジタル入場券が届かないまたはデジタル入場券(PDF)が表示されない場合は下記にお問い合わせください。

お願い 入場できるのは、二十歳のつどい対象者のみです。

問 生涯学習課(☎ 24-1244 FAX 24-1355)



案内ハガキ
申込フォーム

大腸がん・子宮がん検診(病院検診)のお知らせ

大腸がん・子宮がん検診の受診期間は、11/30(日)までです。対象となる人には、6月末に受診券をお送りしています。希望の人はお早めに受診してください。

検診の種類	対象の人	検診料
大腸がん	40歳以上(昭和61年3月31日以前生まれ)の男女	1,000円
子宮がん	20歳以上(平成18年3月31日以前生まれ)の女性	頸部がん 1,500円 頸部がん+体がん 3,500円

※桑名市国民健康保険加入の人、市民税非課税世帯・生活保護世帯の人は無料です。

※転入・紛失などで受診券の交付を希望の人は右記申込フォームまたは窓口で申請してください。

問 保健医療課(☎ 24-1182 FAX 24-3032)



申込フォーム



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。

牛ふん堆肥
無料です

電話0120-55-4129

桑名市蓮花寺1576-1

武藤牧場直売店 山 嘉

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 受付

詳細は⇒<https://www.kokoro.law>

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(初回・通話・交通費・後遺障害・労災・障害年金・過払金・借金以外については、初回30分以降30分毎に500円(税込) ※その他の費用は別途お問い合わせください。 ※また、本事務所は愛知県弁護士会所属です。 >内は各所属弁護士会名です。 ※受任の際には弁護士の専任面談が原則必要です。 ※費用につきましては別外があり、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。 ※本広告は今月7年8月時点のものです。)

相談料0円(要予約)

交通事故損害賠償額
後遺障害通正等級
無料診断サービス

過払い金
無料診断サービス

遺言書
無料診断サービス

障害年金
無料診断サービス

名古屋駅2分
弁護士法人 心
名古屋法律事務所
<愛知県弁護士会>

近鉄四日市駅1分
弁護士法人 心
四日市法律事務所
<三重県弁護士会>

松坂屋名古屋市内
矢場町駅0.5分 栄駅5分
弁護士法人 心
栄法律事務所
<愛知県弁護士会>

津駅0.5分
弁護士法人 心
津法律事務所
<三重県弁護士会>

※有料広告掲載欄

桑名ファミリー・サポートセンター2025年度 第2回援助会員養成講座

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。

とき 11/9(日) 9:50～16:00 11/16(日) 10:00～15:00 11/23(日) 10:00～15:00
11/29(土) 10:00～16:00 12/7(日) 10:00～16:00 12/13(土) 10:00～15:10

内容 子どもの遊び、子どもの権利、子どもの身体の発育と病気など

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
※詳細は市ホームページをご確認ください。



市HP

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)

イベント

障害者週間記念行事「みんなのつどい」

12/3～9は障害者週間です。これを記念して、映画「こんな夜更けにバナナかよ」の上映会を開催します。

とき 11/22(土) 10:00～12:00 **場所** 総合福祉会館

内容 映画「こんな夜更けにバナナかよ」上映(字幕・音声ガイドあり)、福祉事業所販売会

定員 先着300人 **料金** 無料

※映画鑑賞には無料整理券が必要です。整理券は次の場所で配布します(無くなり次第終了)。
配布場所:障害福祉課(市役所1階)、総合福祉会館内デイサービス事務局

問 障害福祉課(☎ 24-1171 FAX 24-5812)

2025人権フェスタinくわな

とき 12/6(土) 10:00～15:00 **場所** 柿安シティホール(桑名市民会館)

内容

○10:00～11:45 人権を考える意見発表会 小ホール(大ホール前ロビーで入選作品を展示)

○10:00～15:00 障害者施設によるふれあいマルシェ 1階展示室

○11:30～15:00 人権擁護委員による特設人権相談 3階和室

○13:00～14:30 斉田 季実治さんによる人権講演会 大ホール

「いのちを守る気象情報」

※入場無料。整理券または申込フォームからの申し込みが必要です。

整理券は11/5(水)から人権政策課、人権センター、サテライトオフィス、多度・長島・大山田地区市民センター、柿安シティホールの執務時間中に配布します(施設によって開館時間が異なりますのでご注意ください)。

※申込フォームでのお申し込み期間は11/5(水)～12/3(水)です。

※人権講演会は、手話通訳、要約筆記、磁気テープがご利用いただけます。

問 人権センター(☎ 27-6677 FAX 27-6678)



市HP



申込フォーム

募集

スマートフォン教室(基本講座)

スマートフォンの基本的な操作を学べる教室です。日時によって会場が異なりますので、ご確認の上、お申し込みください。

とき・場所 下記①～④のとおり **定員** 各15人(申込多数の場合は抽選) **料金** 無料

内容 基本操作、マップの使い方、カメラの使い方、インターネットの利用方法 など

対象機種 アンドロイド

申込 電話または「住所、名前、連絡先、希望する講座日時」を記入し、郵送でスマートシティ推進課(〒511-8601 中央町2-37)へ。QRコードからもお申し込みいただけます。

※全日程とも貸出用スマートフォンを用意します。

日付	時間	場所(会場)	申込締切
① 11/20(木)	14:30～16:30	多度地区市民センター 3階 304西会議室	11/10(月)
② 11/26(水)	14:30～16:30	長島地区市民センター 2階 大会議室	
③ 12/18(木)	10:00～12:10	市役所 5階 中会議室	12/10(水)
④ 令和8年 1/20(火)	10:00～12:10	市役所 5階 中会議室	



申込フォーム



問 スマートシティ推進課(☎ 24-1338 FAX 24-1435)

「第58回桑名市民駅伝大会」参加者

とき 令和8年1/25(日) 13:30 スタート(予備日2/1(日))

※雨天決行。積雪時は翌週に延期する場合があります。

場所 NTN総合運動公園 多目的運動広場 ほか

コース NTN総合運動公園周辺の周回コース13,883m

チーム 監督1人(18歳以上(高校生不可))、選手5人、補欠4人以内

参加区分 第1部 一般(第1・4・5区は中学校卒業以上、第2・3区は小学生以上、男女構成自由)

第2部 高校男子(学校対抗)

第3部 中学男子(学校対抗)

第4部 中学女子(学校対抗)

第5部 一般女子(中学校卒業以上)

第6部 チャレンジ(男女構成自由)

参加資格

・第1部、第5部は市内在住または在勤の人

・第2部～第4部は桑員地区の中学校・高校

・第6部は区間走者の中に1人以上の市内在住または在勤の人を含むこと

料金 中学生・高校生 1チーム:1,000円、その他 1チーム:2,500円※登録選手全員に参加賞あり

申込 参加申込書に参加費を添えてスポーツ振興課へ。

※申込用紙は市ホームページからダウンロードできます。

締切 12/12(金)



市HP

問 スポーツ振興課(☎ 24-1251 FAX 24-1355)

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

※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。

※有料広告掲載欄

全国一斉に緊急地震速報をお知らせする訓練です。

とき 11/5(水) 10:00ごろ

試験放送の内容

①上りチャイム音

②「ただ今から訓練を開始します」

③報知音

④「緊急地震速報、大地震です。大地震です。」

⑤「訓練です、これは訓練です。」(報知音～「訓練です。これは訓練です。」を3回繰り返します。)

⑥下りチャイム音

【全国瞬時警報システム全国一斉情報伝達試験】

全国一斉に弾道ミサイル情報、津波情報などをお知らせする訓練です。

とき 11/12(水) 11:00ごろ

試験放送の内容

①上りチャイム音

②「これは、」アラートのテストです」×3

③「こちらは、ぼうさいくわなです」

④下りチャイム音

※緊急防災ラジオでも自動で放送を受信します。

問 防災・危機管理課

☎ 24-1185 FAX 24-2945



スーパー等資源物回収中止

スーパー等資源物回収をイベントおよび行事開催のため、次のとおり中止します。ご理解とご協力をお願いします。

とき 11/29(土)・30(日)

場所 F☆MART 多度店駐車場

問 環境対策課

☎ 24-1436 FAX 22-5183

北部東地域包括支援センター

☎ 42-2119

問 介護予防支援室

☎ 24-5104

FAX 26-1548



相談窓口

お知らせ

都市計画変更案に係る公聴会

次の都市計画の変更案について、皆さんに知っていただくとともに、対象区域内の住民および利害関係のある人の意見を反映させるために、以下のとおり公聴会を開催します。詳細は市ホームページからご確認ください。

【地区計画の変更案】

とき 11/8(土) 10:00

場所 市役所5階中会議室

対象 多度力尾地区

小山西地区

【区域区分・用途地域の変更案】

とき 11/8(土) 11:00

場所 市役所5階中会議室

対象 播磨西部地区

問 都市計画課

☎ 24-1223

FAX 24-3287



市HP

全国一斉情報伝達訓練を実施します

下記のとおり、11月に2回、「全国瞬時警報システム(Jアラート)」を用いた情報伝達訓練が全国一斉に実施されます。市では、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から一斉に伝達放送を行いますので、実際の災害とお間違えのないよう、ご注意ください。

※放送内容は変更される場合があります。

【緊急地震速報伝達訓練】

第二部(14:45～16:00)

記念講演「スポーツで乗り越えた障がい」

講師：青木 辰子さん(パラリンピックメダリスト)

※第一部、第二部ともに手話通訳、要約筆記があります。

定員 300人 **料金** 無料

申込 不要

問 桑名市社会福祉協議会

地域福祉課

☎ 22-8218 FAX 23-5079

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。※カフェ・つどいの開催予定、活動内容は右記市ホームページからご確認ください。



市HP

【高齢者の相談窓口】

地域で暮らす高齢者の介護・福祉・医療のさまざまな面から総合支援します。

東部地域包括支援センター

☎ 24-8080

西部地域包括支援センター

☎ 25-8660

南部地域包括支援センター

☎ 25-1011

北部西地域包括支援センター

☎ 49-2031、41-2114

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 11/28(金) 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

イベント

Re:市民カフェ

自己紹介ではない説明ができる? コーヒーを飲みながら皆さんと話し合いませんか。

とき 11/13(木) 10:00～

場所 くわなメディアライヴ

テーマ 「自分ってどんな人?」～逆の表現を見つける～

定員 先着8人

申込 電話または直接窓口へ

問 市民活動センター

☎ 24-1184

スマイルフェスタINながしま

人権尊重と地域交流をテーマに、参加型で楽しめるイベントを開催します。

とき 11/15(土) 10:00～14:00
※少雨決行

場所 長島教育集会所

問 長島地区市民センター

☎ 42-4115 FAX 42-0048

第21回桑名市社会福祉大会

とき 11/19(水) 13:30～16:00

場所 柿安シティホール

小ホール

内容 第一部(13:30～14:30) 社会福祉事業功労者表彰…社会福祉に貢献された団体や個人の表彰を行います。

【スノードーム&キャンドルづくり】

スノードームとキャンドルを作りするワークショップです。冬の思い出にぴったりな世界に一つだけの作品を作りましょう!

とき 12/20(土) 13:00～15:00
(受付 12:30～)

場所 光精工コミュニティプラザ

対象 市内在学の小学生とその家族(お子さんだけの参加も可能です)

定員 30組(先着順)

料金 無料

申込 QRコードから

締切 12/5(金)

問 光精工(株)

☎ 22-3155 FAX 22-3170

生涯学習課

☎ 24-1244 FAX 24-1355

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。

期間 1/5(月)～2/28(土)

人数 2人(定員を超えた場合は選考で決定)

報酬 月額6,700円

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

募集

TAFスポミンクラブ合気道体験会

合気道は年齢や体力に関係なく始められる武道です。効率的な身体的動作で護身術にもなりますし、親子で楽しく体験してみませんか。

とき 12/7(日) 10:00～12:00

場所 ヤマモリ体育館 武道場

対象 どなたでも気軽に参加可

料金 無料

定員 20人程度

申込 桑名市合気道サークルまでメールまたは電話

期間 11/10(月)～30(日)

問 桑名市合気道サークル

代表 森平方

☎ 090-9911-4671

✉ atsugon0227@yahoo.co.jp

スポーツ振興課

☎ 24-1251 FAX 24-1355

陶芸体験【要予約】手びねり体験

とき 12/14(日) 13:30～15:30

料金 1口1,040円(陶土1kg)

定員 最大10人(中学生以上)

申込 11/1(土)から(窓口で体験料を添えてお申し込みください)

※キャンセルの場合は返金しません。

問 長島ふれあい学習館

☎ 41-1041

FAX 41-1011



光精工(株)主催小学生向け講座

市のネーミングライツ・パートナーである光精工(株)が、地域貢献活動として講座を開催します。

の確保のため納期限までに納めていただいていない人に対し、滞納処分の強化を図ります。

病気などで一時的に納めることが困難な場合は県税事務所へご相談ください。

問 桑名県税事務所 納税課
☎ 24-3612 **FAX** 24-3691

暮らし何でも相談会

子育て、年金、介護、労働などの相談に弁護士・社会保険労務士・福祉事業団体がお応えします。

とき 11/22(土) 10:00~16:00
場所 総合福祉会館

申込 電話または当日直接
問 暮らしほっとステーション桑員
☎ 87-7169 **FAX** 87-7170

税を考える週間

国税庁では、毎年11月11~17日を「税を考える週間」として、国税庁ホームページで、さまざまな情報を提供しています。

問 桑名税務署
☎ 22-5121(代表)

【モノ・コトショップ】

とき 11/5(水)、12(水)、19(水)、24(祝)
いずれも10:00~15:00

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

令和7年度『いちばの朝市』

新鮮な野菜・果実・鮮魚・魚介類など安全安心、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。ぜひ遊びに来てください。当日は大変混雑します。ご家族や友人で乗り合わせいただくようご協力お願いします。

とき 12/7(日) 7:00~11:00
場所 北勢地方卸売市場(四日市市河原田町712)
問 北勢地方卸売市場管理事務所
☎ 059-347-8111

11月・12月は県税の差押強化月間

県では税の公平性および税収

T.A.D.O MARKET

流鏑馬祭にあわせて、かつての門前町のにぎわいを復活させるマーケットを開催します!地域の魅力を発見しながら、安全に歩いて楽しめる空間をお届けします。

とき 11/23(日) 11:00~16:30
場所 多度大社前道路および特設会場

問 多度エリアマネジメント協議会(車久米穀店) **☎** 48-7515

リサイクルの森 体験プログラム

とき 12/6(土)
①10:00、②13:00(約90分)
場所 リサイクルの森
内容 トイレットペーパーの芯を使ったクリスマスリース作り。身近にある廃材を利用して素敵なリースを作ってみませんか?
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 11/4(火)~(先着順)
※小学生以下保護者同伴



市関係団体のイベントなどを掲載しています

赤須賀漁業まつり

大好評のお祭りが、今年は「第44回全国豊かな海づくり大会」のサテライト会場として、11月に開催されます。

とき 11/9(日) 9:00~11:30
場所 桑名港(赤須賀)
内容 ・赤須賀産シジミ・ハマグリ即売(漁の都合により変更になる場合があります)
・海産物水産関係品即売
・イベント(一部有料)
乗船体験&シジミ漁見学、焼きはまぐり、シジミ汁など
・サテライト会場関連イベント

問 赤須賀漁業協同組合
☎ 22-0515 **FAX** 23-6277

福祉の就職フェア inみえ(四日市会場)

福祉・保育の仕事をお探しの人を対象に、合同就職説明会を開催します。

とき 11/15(土) 13:30~15:30
場所 四日市商工会議所(四日市市諏訪町2-5) 会議所ホール
参加法人 30法人(予定)
対象 福祉・保育職場に就職希望、または関心のある学生・一般の人
問 三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター
☎ 059-227-5160



ら選べます。

料金 無料
※相談は予約制です。ご自身だけでなく、ご家族の相談もできます。

申込 QRコードから「予約フォーム」にお進みください。

問 福祉支援室
☎ 24-7440
FAX 24-1457



HP

My KuWanna(マイクワナ)は 誰でも無料で情報発信できます

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。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。市民の皆さんや団体、事業者など、誰でも無料で自由に情報を掲載できます。簡単に情報を発信できますので、ぜひご活用ください!

問 秘書広報課
☎ 24-1492
FAX 24-1119

My KuWanna

広報くわな10月号の訂正とお詫び

19ページ「第34回桑名市民芸術文化祭」の「演劇の祭典」のチケット代に変更がありました。(誤)料金 3,000円(食事代込)
(正)料金 3,500円(食事代込)
訂正して、お詫び申し上げます。

問 文化協会事務局(観光課内)
☎ 24-1361 **FAX** 24-1140

22ページ「シニア向け無料就職相談窓口」の開催日の記載内容に誤りがありました。

(誤)11月16日(休)
(正)10月16日(休)
訂正して、お詫び申し上げます。

問 商工課
☎ 24-1199 **FAX** 24-1140

犯罪被害者週間

11/25~12/1は「犯罪被害者週間」です。

市では犯罪被害に遭われた人やそのご家族・ご遺族が、一日も早く平穏な暮らしを取り戻せるように支援をしています。

この機会に、家族で、地域で、学校で、犯罪被害について考えてみましょう。

問 危機管理室
☎ 24-1337
FAX 24-2945



HP

献血にご協力ください

とき 11/12(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

依存症相談窓口

依存を早期発見するため「依存症相談窓口」を開設しています。特定のものに依存を深めているようで不安に感じる人や、どこへ相談していいのかわからない人など、どなたでも気軽に相談できる窓口です。アルコール・薬物・ギャンブル・ネット・ゲームなどの依存でお困りの人、お悩みをお聞かせください。相談員(精神科認定看護師)が、あなたのお話を聞きながら、悩んでいることについて、一緒に考えるお手伝いをします。

とき 毎月第3日曜日
9:30~12:30

場所 スター21
対象 依存が心配されるご本人やご家族

相談時間 1回60分
相談方法 対面相談・電話相談か

「北京+30」という言葉を「存じですか?」
1995年に北京で開催された第4回世界女性会議で採択された「北京宣言・行動綱領」から30周年を迎えたことを受けて発信された言葉です。「女性の権利は人権である」というスローガンを掲げた、北京会議を契機に、女性に関するデータ整備が進み、あらゆる会議でジェンダー平等への言及が行われるようになるなど、多くの進展が見られました。

しかしながら、30年経った今でも、性差別やジェンダー不平等、また、紛争の増加などで世界中で女性や少女の人権、命、尊厳が脅かされています。今回の「北京+30」は、世界中の女性の権利とエンパワーメントの進展を評価しつつも、今後の課題に取り組む大きな意味を持つものとなりました。

問 生涯学習課
☎ 24-1244 **FAX** 24-1355

女性の権利について

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。

サービス付き高齢者向け住宅

ベイサイド長島

必要時は介護サービスを利用できるよう支援いたします。

- お部屋は単身者向き・ご夫婦向きの2種類。
- 全室IHキッチン・バス・トイレ付き。
- 各所に緊急コール、スプリンクラー設置。
- 館内診療所(桑名クリニック)併設。

居心地の良さに安心、安全な設備の数々

介護施設 じゃない 賃貸住宅

- 家賃6万円より
- 自家用車持ち込みOK!
- コンビニ・バス停すぐ!
- 1階にリハビリ施設あり
- 季節ごとのおいしい食事

〒511-1133 桑名市長島町横満蔵573
ベイサイド長島 アパティア 検索

※有料広告掲載欄



“ワクワクなくわな”をめざして

スマートシティ

取り組みレポート

桑名駅西ロータリーで実証実験を行っています

今年6月に供用開始された桑名駅西ロータリーで、3D LiDAR*を用いた実証実験を開始しています。この技術は自動運転などでも使用されており、車や人などの流れを詳細に捉えることができます。取得したデータを活用することで、ロータリーがどのように利用されているかを、定量的に把握することが可能になります。

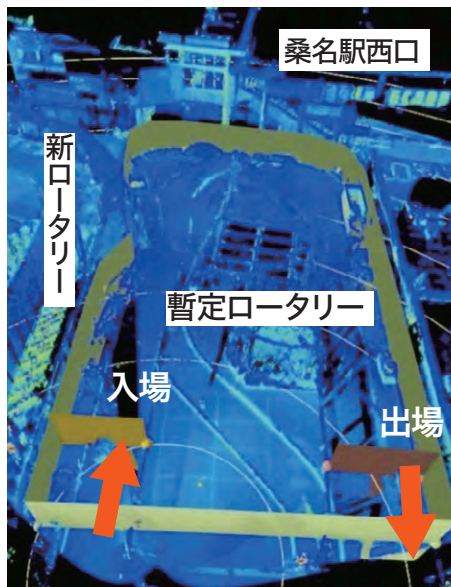
供用開始前の暫定ロータリーのデータ取得も行っており、今後、新設されたロータリーも含む西側全体のデータを取得・解析することで、ロータリー供用開始の変化を正確に捉え、まちづくりに反映させていきます。

このような先進技術も有効活用しながら、駅西側に加えて将来的には駅東側も含め、便利でにぎわいのある桑名駅をめざして取り組みを進めていきます。

*3D LiDARとは、レーザー光を照射し、その光が戻ってくるまでの時間や変化を測ることで、3次元の空間情報を取得する技術です。



3D LiDARセンサー



3D LiDARセンサーでの計測画像

問 スマートシティ推進課 ✉ suisinr@city.kuwana.lg.jp 政策創造課 ✉ seisakum@city.kuwana.lg.jp



市長まちなか探索

桑名市初となる国指定史跡に向けて

今回は桑名藩の菩提寺である照源寺にお伺いしました。こちらには『松平定綱及一統之墓所』があります。境内には、桑名藩5代目藩主松平定綱や老中松平定信のお墓など、桑名藩主やその妻子たちのお墓がいくつも建てられています。

これから国史跡の指定に向けて発掘調査が開始されるということで、住職の井上さんからお話を伺いました。

立派な楼門をくぐり、本堂左手の階段を上ると、松平家のお墓がありました。定綱のお墓は、さすが桑名藩主というべき、大変立派な造りをしています。両隣には、少し小さな二つのお墓がありましたので、お伺いすると、殉職した二人の家臣のお墓だそうです。今もなお主君を守っておられるんですね。

少し先には、大河ドラマ『べらぼう』に登場する定信のお墓がありました。定信の遺骨は東京の靈巖寺に納められているそうですが、照源寺には遺髪が納められているとのこと。定信のお墓は、元々桑名城が見える位

置に建てられているとの話を伺い、定信は、亡き後も、桑名城や城下町を見ていたかったのかもしれない、思いを馳せました。残念ながら今は、駅前のビル群によって、桑名城跡を見ることはできなくなっています。

今回の発掘調査は、令和9年まで実施予定とのこと。調査の結果、国史跡に指定されると、桑名市としては初めて、ということになりますので大変楽しみです。

桑名には先人が残してくれた素晴らしい遺産がたくさんあります。歴史や文化を大切に、さらに磨き上げながら、次の世代にバトンタッチしていきたいと思います。



照源寺井上住職(右)にお話をお伺いしました。



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。

今月のテーマ

文化



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9:00~電話予約(毎日5人) ①予約日:第1水曜→相談日:第2火曜 ②予約日:第3水曜→相談日:第4火曜 相談時間:9:00~11:30(1人30分)	行政相談 国・県への要望、意見など 公証人相談 公正証書による遺言の作成、任意後見契約や土地・建物の賃貸借、金銭貸借の契約書作成、確定日付など
	行政相談	第1木曜 9:00~12:00【予約不要】	司法書士相談 不動産登記全般(相続など)、会社登記、多重債務、簡易裁判所訴訟手続など
	公証人相談	第2水曜 10:00~12:00【予約制・前日まで】	土地家屋調査士相談 土地の境界・測量に関することなど
	司法書士の相続相談	第2木曜 13:00~16:00【予約制・前日まで】	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
	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】	場所 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)
	行政書士相談	第4木曜 14:00~16:00【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 11/25(火)必着 ☎ 24-1413 FAX 24-1735 ✉ ccollabo@city.kuwana.lg.jp
	市民相談	月~金曜 9:00~16:30	
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	12/13(土) 9:00~11:55(1人30分)【予約制】 ※新規申し込みの人優先	
消費	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
年金・税金	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
福祉	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	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
	精神保健福祉相談	11/20(木)13:30~15:30【予約制】	場所 長島福祉なんでも相談センター ☎ 42-2119 FAX 41-0515
	生活困窮者相談	月~金曜(祝日を除く) 9:00~16:30	場所 いなべ市役所保健センター棟 ☎ 24-3620 FAX 24-3692 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
	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 9:00~16:30 ※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・父子家庭の親相談	月~金曜 9:00~16:30【予約制】	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) 9:00~16:30	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
その他	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 商工課 ☎ 26-1555

国際交流・日本語教室

とき 11/9(日)・30(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

12/1(月)まで

国民健康保険税5期

交通事故発生状況

(令和7年9月30日現在)

	9月中	累計	前年累計同期比
総件数	358件	3,355件	+206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

・休日診療医療機関

毎月第2・第4日曜日(17:00~20:00)
11/9(日)、23(日) 桑名病院 ☎ 22-0460

HAPPY BIRTHDAY

11月に誕生日を迎える
子どもたちが集合！



とうい
伊藤 柊衣 くん
 11月8日で2歳です

わが家の
プリンス
とうくん!!



いと
榎原 愛 ちゃん
 11月17日で4歳です

いつも
ニコニコ!
大きくなあれ!

4歳おめでとう★



いっしん
大鷹 一心 くん
 11月20日で5歳です



いちは
西田 一葉 ちゃん
 11月18日で1歳です

わが家の
アイドル!
大好き!!

毎日楽しく
過ごそうね★



ゆうひ
加藤 柚陽 くん
 11月21日で1歳です

おめでとう!
2歳も
楽しもうね!



まき
阪口 茉希 ちゃん
 11月1日で2歳です

応募方法

1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 /
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!



第20回全日本
 ハイシニアソフト
 ボール大会(新潟
 県)
 スカイラクス
 ハイシニア初優勝
 skylarkssiniaさん



地元桑名、8月下旬
 にオープンしたば
 かりの新しいお店
 kennosuke2201さん

秋の一日に

fuku5chizu7 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。

