

地域包括ケアシステム

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)ーもしもの時に備えて自分らしく生きるためにー

アドバンス・ケア・プランニングとは、もしもの時に備えて、受けたい医療やケアについてあなたの希望や思いを家族や大切な人、かかりつけ医をはじめとした医療者や介護やケアに携わる人とともに話し合っておくことです。



桑名市と桑名医師会では、自分や家族の最終段階における医療やケアについて、ご家族と話し合う機会を持っていただきたいと考え、「アドバンス・ケア・プランニングシート」を作成しています。最期の時まで、自分らしく穏やかに生きるために、もしもの時のことを考えてみませんか。

※「アドバンス・ケア・プランニングシート」は、保健医療課、地域包括支援センター、桑名医師会 桑名市在宅医療・介護連携支援センターでお渡しできます。また、市ホームページ、桑名医師会ホームページからもダウンロードできます。



市HP

市民公開講座 「もしもの話をもっと身近に～元気な時に始める人生会議～」

日本死の臨床研究会が県総合文化センターで開催する講演会を市役所で上映します。

とき 11/27(日) 13:50～15:50(開場13:20) 場所 市役所5階 中会議室

料金 無料 定員 50人(事前申込制・先着順) 申込 右記QRコードから

期間 11/1(火)～18(金)

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)



住宅用火災警報器の設置と点検を!

住宅用火災警報器を設置しましょう

住宅火災の死亡原因は、全国的に逃げ遅れによるものが多く、夜間などの就寝時間帯に死者が多く発生しています。万が一火災が発生した場合でも、住宅用火災警報器の警報音などで火災が拡大する前に気付くことができれば、逃げ遅れを防ぎ、被害を軽減することが期待されます。ご自身や大切なご家族を守るために住宅用火災警報器を設置しましょう。

設置義務です
住宅用火災警報器



定期的に点検しましょう

住宅用火災警報器を設置していても、故障や電池切れでは意味がありません。年に2回程度、ご自身で点検しましょう。点検は機器の表面にあるボタンを押すか、ひもを引くだけで点検できます。正常であれば警報音が鳴り、しばらくすると音は止まります。点検しても音が鳴らない場合は、電池切れまたは故障している可能性がありますので交換しましょう。また、設置から10年以上経過している場合も機器本体を交換しましょう。



問 予防課(☎ 24-5279 FAX 24-5281)

電話番号の
市外局番は

0594

くわな INFO

●各種お問い合わせ・お申し込みは、各施設の業務時間内をお願いします。

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

新型コロナウイルス感染症に関連して、各種イベントなどが中止や延期になる場合がありますので、ご了承ください。

お知らせ

11月14日は「世界糖尿病デー」～自身の状態を確認しましょう～

糖尿病は、血液中のブドウ糖(血糖)が正常より多くなる病気です。初期の段階では自覚症状がほとんどありませんが、血糖値が高いまま放置すると全身の血管を傷つけ、さまざまな合併症を引き起こします。

健康診査の結果で高血糖や腎臓の機能低下が認められたら、かかりつけ医に相談し、糖尿病の発症・悪化を予防しましょう。



市HP



糖尿病リスク
予測ツール

国立研究開発法人 国立国際医療研究センターの糖尿病リスク予測ツール第3版に、健診結果の値などを入力すると糖尿病の危険度を確認できます。



問 保健医療課(☎ 24-1182 FAX 24-3032)

「桑名すこやか体操」が完成しました

市では、住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごしていただくために、定期的な運動、バランスの取れた食事、規則正しい生活などをお勧めしています。

定期的な運動の一つとして、動きがわかりやすく、効果的な体操「桑名すこやか体操」を考えました。この体操は理学療法士が、長年、運動に取り組んでいる市民からアドバイスをいただきながら完成させました。

体操を体験してみたい、教えてほしいというご希望がありましたらご連絡ください。



体操のポイント

- ・12種類の動作で10分間、ややきつい強度の運動。
- ・下肢筋力アップに特化しつつも、自分で負荷量が調整できる。
- ・腰痛、骨粗しょう症、四十肩・五十肩、転倒予防(バランス)、認知症予防の要素もある。
- ・椅子に座りながらでも運動できる。



市HP

問 保健医療課(☎ 24-1182 FAX 24-3032)

OPEN HOUSE

完成現場見学会(桑名市筒尾)

11/19 - 11/20
sat sun

狭小地での家づくり

～合理的な設計がもたらす豊かな暮らし～



SIMPLE NOTE
Kuwana Studio

Produce by
レイクウッドホーム
桑名市陽だまりの丘7丁目1815番地

ご予約・お問い合わせはこちら

0120-117-566

またはWEBよりお問い合わせください▶▶▶



サービス付き高齢者向け住宅

BAYSIDE Nagashima

ベイサイド長島

伊勢湾と豊かな自然に囲まれた
安心、快適、そして上質なライフステージ

入居者
募集中

介護が必要な方も、必要でない方も入居いただけます!

●自家用車持ち込みOK! ●コンビニとバス停すぐ近くにあり!

家賃¥60,000より(その他に共益費、生活支援サービス費が必要です)

1階にはクリニックもあって万が一の時も安心です



浴室には
オースコールを
2カ所設置

洗面・トイレの
水栓は楽に手が届く
ロングレバー

火を使わない
IHキッチンだから
安心!

・全室IHキッチン、
バス、トイレ付き
・各階のエレベーターは
2基設置
・各所にオースコール、
スプリングラー設置

上質な暮らしを演出する
こだわり空間

ベイサイド長島

お気軽にお問い合わせください
☎0594-45-8862

〒511-1133 三重県桑名市長島町横溝蔵573

www.apatheia.jp/

三重県内男女共同参画連携映画祭2022
「最高の人生の見つけ方」上映会

とき 11/26(土) 13:30～15:30 終了予定
(13:00 開場) ※上映前、男女共同参画の視点で作品を見るための「プレトーク」を実施。
場所 イオンシネマ桑名 **定員** 164人
料金 500円 ※チケットは、11/5(土)からイオンシネマ桑名窓口、イオンシネマ桑名ホームページで販売します。



吉永小百合×天海祐希
二人が見つげ出す「最高の
奇跡」。見たら人生が楽しく
変わるチェンジング
ムービー!

©2019「最高の人生の見つけ方」製作委員会

問 女性活躍・多文化共生推進室
(☎ 24-1413 FAX 24-1412)

防火ポスター展

11月9日から15日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86作品です。

【防火ポスター展】

とき ①11/7(月)～15(火)
②11/17(木)～30(水)

場所 ①イオンモール東員(東員町大字長深510-1)

②イオンモール桑名(新西方1-22)

【2022年度 全国統一防火標語】

「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

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。



問 予防課
(☎ 24-5279 FAX 24-5281)

2022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、7,093点の応募があり、44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、12/10(土)柿安シティホール(市民会館)で開催される「2022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 (2,999点)			
伊藤 希彌	修徳小1	伊藤 圭那	陽和中1
岡 将太郎	在良小1	荻須 瑞輝	陽和中1
小野 瑛太	益世小3	鈴木 真子	多度中1
山本 彩翔	立教小4	尾宮 将馬	正和中3
金澤 凌久	大山田南小4	坂田 承太郎	正和中3
竹河 紗	桑部小6	鈴木 結子	陵成中3
石川 莉乃	多度中小6	大橋 媛音	長島中3
石川 淳子	一般	西村 愛梨	長島中3
佐野 元洋	一般		

作文の部 (2,553点)			
河村 康誠	星見ヶ丘小4	見垣 茉央	光陵中1
水谷 杏	七和小6	水谷 大翔	成徳中2
		吉田 ちよほ	明正中2

ポスターの部 (1,541点)			
服部 葉奈	大山田東小1	宮崎 うらら	成徳中1
明村 茉侖	大山田北小2	池田 莉夏	光陵中1
直井 文吾	修徳小3	林 心潤	光陵中1
伊藤 友那	大山田北小4	鶴飼 虹心	多度中1
田中 絢乃	七和小6	片根 風花	長島中1
千葉 心鈴	大山田東小6	阿南 莉子	光風中2
小柳 実緒	大山田南小6	山王 駿	光風中2
岡田 恵菜	藤が丘小6	木島 明里	陵成中2
因 泰一郎	星見ヶ丘小6	田中 凛佳	陵成中2
佐藤 羽那	星見ヶ丘小6	田邊 綾音	陵成中2
三浦 羽未	長島北部小6	渡邊 和奏	陵成中2

問 人権教育課
(☎ 24-1246 FAX 24-1358)

2022人権フェスタinくわな

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

- 内容**
- 人権を考える意見発表会 10:00～11:45 小ホール
 - 障害者施設によるふれあいマルシェ 10:00～15:00 大ホール前口ビー
 - 人権擁護委員による特設人権相談 11:30～15:00 3階和室
 - 安田菜津紀さんによる人権講演会 子どもの人権を考える「被災地・紛争地に生きる子どもたち～取材から見てきたこと～」
 - 13:00～14:30 大ホール ※入場無料。整理券が必要です。整理券は11/7(月)から人権政策課、人権センター、柿安シティホール、サテライトオフィス、多度・長島大山田地区市民センター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)。

※人権講演会は、手話通訳、要約筆記、磁気ループがご利用いただけます。
※人権講演会は、後日アーカイブ配信を行います。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 人権センター(☎ 27-6677 FAX 27-6678)



安田 菜津紀さん



市HP

子どもが急な病気で困った時は病児保育をご利用ください

突然の子どもの病気で保育所(園)、幼稚園、小学校へ行かせられない、でも仕事を休めない時など保護者の代わりに安心して預けられるのが病児保育所です。市では現在、民間医療機関2カ所で病児保育を行っています。

利用できる病種

外傷・やけど・かぜ・手足口病・はしか・発熱・扁桃腺炎・水痘・おたふくかぜ・嘔吐・下痢・気管支炎とびひ・中耳炎・インフルエンザなど、担当医師が利用可能と判断した病児

対象 12歳までの子ども

医療機関 ①ウエルネス医療クリニックこどもケアハウス「ぞうさん」(☎24-6914)

※「ぞうさん」は、はしかの場合は利用できません。

・月～金曜日 8:30～17:30(延長あり)、土曜日・祝日 8:30～13:30(延長なし)

②はなまる病児保育室(☎45-8860)

・月～土曜日 8:30～17:30(延長あり)

問 子ども未来課(☎ 24-1172 FAX 24-1393)

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
過払い金・借金・企業法務・労務・刑事事件他

相談料0円(※) 夜間・土日祝相談可(要予約)

交通事故損害賠償額
後遺障害適正等級
無料診断サービス



●相談料(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分毎に5,000円(税込) ●その他の費用)お問合わせください。
※主たる事務所は愛知県弁護士会所属。＜＞内は各所属弁護士会です。 ※業種の別には弁護士の出張費が別途必要です。
※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。 ※本広告は令和4年8月時点のものです。

名古屋駅2分 近鉄四日市駅1分 松坂屋名古屋店内 矢場町駅0.5分 栄駅5分 津駅0.5分

お住まいのリフォームはお気軽に、当社へご相談下さい。お友だち募集中!

LINE始めました QRコードをスキャンして下さい。

屋根・外壁・雨樋
リフォーム専門店

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

有限会社瀬古住建 TEL. 0594-33-3777

災害時緊急メールにご登録ください

市では、避難情報や気象情報、災害に関する情報を「災害時緊急メール」でお知らせしています。このたび、メールマガジンに以下の機能が追加されましたのでお知らせします。この機会にぜひご登録ください。

【新たに強化された機能】

- ・6言語(英語、中国語、ベトナム語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語)で配信できるようになり、日本語に不慣れな人でも災害情報を得られるようになりました。
- ・「警戒レベル」に応じた色を付けての配信が可能になり、視覚的に危険度を認識できるようになりました。

※そのほか楽天モバイルを使用する人にエリアメールや緊急速報メールが届くようになりました。

【登録方法】

t-kuwana@sg-p.jpへメールを送信し、返信メールの内容に従ってください。

右記QRコードからも登録が可能です。

※既にメールマガジンの登録をしている人の再登録は不要です。



メルマガ登録

問 秘書広報課(☎ 24-1492 FAX 24-1119)

新型コロナワクチン接種のお知らせ

オミクロン株BA.4/5のワクチン接種について(10月13日時点の情報)

現在、最も流行していると言われている新型コロナウイルスのオミクロン株BA.5に対応したワクチンの接種を11月から始める予定です。

接種可能対象者や接種開始日など詳しい情報は、随時市ホームページで掲載しますので、ご確認ください。



市HP

ワクチン接種の予約はウェブサイトまたはコールセンターへ

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



●桑名市コロナワクチンコールセンター
ナナゴゴー イチマルゴー
☎0120-755-105(フリーダイヤル)
受付時間: 午前9時30分~午後6時(土日祝含む)

乳幼児(6カ月~4歳)のワクチン接種について

国において、生後6カ月から4歳までを対象としたコロナワクチンが薬事承認されました。接種券などの送付や接種開始日など詳しい情報は、随時市ホームページなどで案内しますので、ご確認ください。

問 コロナワクチン接種課(☎ 24-1496 FAX 41-2170)

初! 電車内で無料の健康相談ができる「北勢線 健康相談列車」の運行

北勢線事業運営協議会では、三岐鉄道株式会社と中北薬品株式会社の協力のもと、北勢線の電車内で健康相談を行う「健康相談列車」を実施します。

北勢線の電車内で2種類の健康測定器具による健康状態のチェックと、測定結果や日ごろの健康に関する心配事に対し管理栄養士からアドバイスを受けられます。

目的地に着くまでの時間に電車内で健康相談を受けてみませんか。

運行日時 11/17(木)

①楚原 13:21発(開始) → 西桑名13:56

②西桑名 14:05発 → 阿下喜14:56

③阿下喜 15:01発 → 西桑名15:56

④西桑名 16:04発 → 東員16:29(終了)

※相談は、無料(北勢線の乗車券は必要)で、先着順(予約不要)です。

※お得な「三岐鉄道1日乗り放題パス(発行当日1日限り三岐鉄道北勢線・三岐線両線で乗り降り自由)」のご利用が便利です。

問 北勢線対策室(☎ 24-1247 FAX 24-1412)

オレンジカフェ(認知症カフェ)

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

とき	場所	問い合わせ先
① 11/8(火) 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
② 11/8(火) 14:00~15:30	シャトークワナ (内堀124)	東部地域包括支援センター ☎24-8080
③ 11/10(木) 10:30~11:30	大山田コミュニティプラザ	北部西地域包括支援センター ☎41-2114
④ 11/15(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 11/17(木) 14:00~15:00	珈琲屋アトリエ (矢田積21-1)	南部地域包括支援センター ☎25-1011
⑥ 11/18(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 11/26(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

※①②③⑥は、事前申し込みが必要です。開催日前日までに問い合わせ先へ申し込みください。

③以外の会場で参加費(飲み物代など)が必要です。

問 介護予防支援室(☎ 24-5104 FAX 27-3273)

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

20分 500円~ 生活のお困りごとサポートを何でも承ります!

全国150店舗、累計55万サポート実施済み! 家事代行 お話し相手 草刈り お掃除 など

まごころサポート
0120-979-141

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



まごころサポート三重桑名

入居者募集中

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

★多度町香取に同タイプのエクセレント多度もあります。

医療法人 福島会
介護付き老人ホームエクセレントくわな
桑名市福島1000-1 ☎27-2772

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)



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

※有料広告掲載欄

※予備日11/24(木)
 ※各日18:30から20分間隔で6回上映。最終上映は20:10開始。
 ※小雨決行、荒天中止。中止の場合、当日17時まで、市および六華苑のホームページでお知らせします。

場所 六華苑 洋館玄関前
料金 観覧無料
 ※入苑料のみ(大人460円、中学生150円。小学生以下は無料、要保護者付添)

※観覧エリアと管理事務所を除き、建物および庭園に入ることはできません。
 ※当日日中に入苑された人であっても、観覧には再度入苑料をお支払いいただく必要があります。

申込 不要
 ※混雑状況により、入場制限を行う場合があります。

問 六華苑
 ☎ 24-4466 FAX 24-4627
 ブランド推進課
 ☎ 24-1361 FAX 24-2474

二十歳のつどい(旧成人式)



とき 令和5年1月8日(日)
 式典開始 13:30、開場12:30
場所 柿安シティホール(市民会館)
対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人
 ※10月末日現在で市に住民登録のある人へ11月下旬に案内状を送付します。来場者把握のため、式典当日は必ず案内状を持参してください。

※市外にお住まいなどで案内状が届かない場合はお問い合わせください。
 ※駐車場や会場周辺道路の混雑が予想されますので、公共交通機関をご利用ください。

※入場できるのは二十歳のつどい対象者のみで、必ずマスクを着用してください。発熱や咳などの風邪症状がある人は参加できません。
 ※式典の実施方法などの変更や中止する場合は市ホームページでお知らせします。

問 生涯学習・スポーツ課
 ☎ 24-1244 FAX 24-1355

実際に登録している人の体験やできる事をお話しします。どんなことをしているかご興味のある人はぜひご参加ください。

とき 11/14(月) 13:30
場所 くわなメディアライヴ
申込 直接または、電話、ファクス
定員 20人(先着順)
問 市民活動センター
 ☎ 24-1184 FAX 24-1735

諸戸水道ウォークラリー

近代化遺産の全国一斉公開にあわせ、諸戸水道関連遺産を巡るウォークラリーを実施します。
 参加者には文化遺産カードを進呈します。ぜひ市内の関連施設を巡り、4種全てのカードを集めてみてください。

チェックポイント
 ①諸戸水道貯水池遺構
 ②諸戸水道給水塔
 ③諸戸氏庭園※
 ④六華苑

※それぞれの場所で指定の撮影物の写真を撮っていただき、各カード配布場所のスタッフに提示してください。チェックポイントの所在地や撮影物などは、市内各所に配布するチラシをご確認ください。

※諸戸氏庭園の一般公開は期間限定(今秋は11/5(土)～12/4(日))です。

カード配布場所
 ①市物産観光案内所(有楽町59)
 ②宿場の茶店一(ハジメ)(川口町8)
 ③諸戸氏庭園受付(太一丸18)
 ④六華苑内 管理事務所(大字桑名663-5)

※配布場所の営業日時がそれぞれ異なるので、ご注意ください。

カード配布期間 11/5(土)～12/4(日)
料金 無料
 ※六華苑と諸戸氏庭園は入苑(園)料が必要です。

申込 不要
問 ブランド推進課
 ☎ 24-1361 FAX 24-2474

六華苑プロジェクションマッピング

六華苑で諸戸水道や水をイメージしたプロジェクションマッピングを実施します。

とき 11/22(火)・23(祝)
 開苑18:00、最終入苑は20:00

場所
 ①:オンラインまたは市役所
 ②③:市役所
講師 薬剤師、ケアマネジャー、三重大学認知症疾患医療センター、認知症対応型グループホーム ホーム長など
料金 無料
申込 右記QRコードから
締切 11/15(火)
問 介護予防支援室
 ☎ 24-5104 FAX 27-3273



乙種防火管理講習・甲種管理新規講習・防災管理新規講習

【①乙種防火管理講習・②甲種防火管理新規講習】

とき 令和5年2月1日(水)・2日(木) 9:30～16:00

※乙種防火管理講習は2/1(水)のみ

【③防災管理新規講習】

とき 令和5年2月3日(金) 9:30～15:30

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

定員 ①② 計60人、③防災管理新規講習 60人
 ※いずれも先着順

料金 ①③3,000円 ②4,000円
 ※テキスト代含む。

申込 下記QRコードから
 ※電話・ファクス・郵送での受付はしていません。



①② ③

期間 12/5(月)～令和5年1月13日(金)

問 予防課
 ☎ 24-5282 FAX 24-5281

イベント

人財バンク登録制度バージョンアップ企画

人財バンク登録制度は、職業や趣味で身につけた知識や技術を地域のために活用したい人にご登録いただき、支援者を必要とする団体などつなぐ制度です。

ろ・定期コースの受講経験者が対象で、2口(1人)です。

問 長島ふれあい学習館
 ☎ 41-1041 FAX 41-1011

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 12/1(木)～令和5年1月31日(火)

人数 2人 ※定員を超えた場合は選考で決定します。

報酬 月額6,700円

応募資格 市内在住の満18歳以上の人で、月に5回程度来館できる人

申込 「くわなメディアライヴを利用して感じたこと」を400字程度にまとめ、「住所」「名前」「職業」「年齢」「性別」「電話番号」を記入し、直接または、郵送でくわなメディアライヴ事務局(〒511-0068 中央町3-79 中央図書館内)へ。

※封筒の表に「モニター応募」と朱書きしてください。
 ※応募された作文は返却しません。

締切 11/18(金) 必着
問 くわなメディアライヴ事務局
 ☎ 24-1468 FAX 22-0795

認知症サポーターステップアップ講座

とき
 ①11/17(木) 13:30～15:00
 ②11/24(木) 13:30～15:30
 ③12/1(木) 13:30～15:00

チーム 監督1人(中学生・高校生チームは、選手との兼務は不可)、選手5人、補欠4人以内

参加区分
 第1部 一般(中学校卒業以上、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、高校女子含む)
 第6部 チャレンジ(中学校卒業以上、男女構成自由)

参加資格
 ・第1部、第5部(高校女子除く)は市内在住または在勤の人
 ・第2部～第4部、第5部高校女子は、桑名地区の中学校・高校で学校対抗(3チーム目以降は、オープン参加)
 ・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があります。

期間 11/1(火)～30(水)
選考会 令和5年1月(予定)
表彰式 令和5年2月(予定)
問 商工課
 ☎ 24-1119 FAX 24-1140

申込 参加申込書に参加費を添えて生涯学習・スポーツ課へ。
 ※申込用紙は市ホームページからダウンロード
 ☎ 24-1251 FAX 24-1355

期間 11/7(月)～12/23(金)
問 生涯学習・スポーツ課
 ☎ 24-1251 FAX 24-1355

陶芸体験【要予約】手びねり・電動ろくろ体験

とき 11/13(日) 13:30～15:30
料金 1,040円
定員 10口(中学生以上)
 ※電動ろくろ体験のご利用は、長島ふれあい学習館の電動ろく

募集

職場で輝いている障害者の推薦

職業人として輝いており、周囲に好影響を与えている障害者の人を優秀勤労障害者として表彰します。貴事業所に被表彰候補者がいましたら、ぜひご推薦ください。

対象
 ①②③全てに該当する人
 ①市内在住または在勤の人
 ②令和4年6月1日現在において、3年以上同一事業所に勤務している人(継続的な就業が見込まれていること)
 ③模範的な職業人として業績を上げ、職場において同僚などから敬愛されている人。

※障害者であるか否かの確認は、原則として身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けているかどうかにより行います。推薦対象者・応募方法など詳細は、お問い合わせください。

期間 11/1(火)～30(水)
選考会 令和5年1月(予定)
表彰式 令和5年2月(予定)
問 商工課
 ☎ 24-1119 FAX 24-1140

第55回桑名市民駅伝大会参加者

とき 令和5年1月29日(日) 13:30
 スタート(予備日2/5(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 他
コース NTN総合運動公園周辺の周回コース13,883m

第20回 柳家三三独演会

三三

どうぞご品賃に!!

11月23日 決定!!

柿安シティホール・小ホール(桑名市民会館)

開演 13:30 開場 13時 水戸銭 3,700円

★チケットぴあ(桑名市民会館) 0594(22)8511
 ★桑名市大山田コミュニティプラザ 0594(32)1820
 ★チケットぴあ / t.pia.jp (Pコード514-985)
 ★ローソンチケット / l-tike.com (Lコード41805)

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)

※有料広告掲載欄

改善助成金制度などの支援策がありますので、ぜひご活用ください。

問 三重労働局賃金室
☎ 059-226-2108

なばな摘み取り体験会

なばなの営利栽培を始めようと思っている人、摘み取りや袋詰め体験をしませんか。

とき 12/11(日) 9:00～正午

場所 長島町なばな栽培圃場

定員 20人(多数の場合抽選)

申込 QRコードから

問 桑名地域農業改良普及センター

☎ 24-3642 **FAX** 24-3695

11月・12月は県税の差押強化月間です

三重県では税の公平性および税収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
☎ 24-3612 **FAX** 24-3691

「リサイクルの森」体験プログラム

とき 11/23(祝) ①10:00、②13:00

場所 広域清掃事業組合 リサイクルの森

内容 ①②廃材を利用してオリジナルスノードームを作ろう(約90分間のプログラムです)

※小さいお子さん向けにぬりえも準備しています。

定員 ①②最大5グループ(25人程度)(事前予約制・先着順)

※小学生以下は保護者同伴

※お子さんは上靴持参

申込 電話 **期間** 11/2(水) 9:00～22(火)16:00(土・日曜日を除く)

問 リサイクルの森

☎ 87-5133 **FAX** 87-5152

最低賃金の改定

県の最低賃金は10/1から31円引き上げられて、時間額933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業務



市関係団体のイベントなどを掲載しています

諸戸氏庭園 秋の一般公開

紅葉の美しい庭園をゆったりとご散策いただけます。

とき 11/5(土)～12/4(日) 10:00～17:00(入園は16:00まで)

※月曜休園

料金 大人500円、小学生以下200円、3歳以下無料

【夜間公開】

とき 11/23(祝) 17:00～20:00(入園は19:00まで)

料金 大人500円、小学生以下無料
※藤棚の下でミニ縁日(輪投げやガチャガチャなど)を行います。

問 諸戸財団 **☎** 25-1004

ひきこもり相談窓口

ひきこもりとは、社会的参加(就学、就労、家庭外での交遊など)を回避し、原則的には6か月以上にわたって家庭にとどまり続けている状態と定義されています。

市では、相談窓口を設置しています。また、ひきこもり家族会なども開催しています。ひきこもり状態の人やそのご家族でお悩みのある人は、ご相談ください。詳細は右記QRコードをご覧ください。

受付時間 市役所開庁日8:30～17:15

場所 福祉支援室

問 福祉支援室
☎ 24-7440 **FAX** 24-1457

献血にご協力ください

とき 11/9(水)
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

コミュニティ助成事業

宝くじの助成金で鍛冶町自治会がコミュニティ活動に必要な備品の整備を実施しました。

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献報事業として、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。



問 地域コミュニティ課
☎ 24-1204 **FAX** 24-1735

コンビニ交付サービスの停止

メンテナンスに伴い全国のキオスク端末マルチコピー機がご利用いただけません。

とき 11/26(土) 6:30～23:00

問 戸籍・住民登録課

☎ 24-1159 **FAX** 24-1353
税務課
☎ 24-1145 **FAX** 24-1253

【防災行政無線などを用いた情報伝達試験】

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。

とき 11/16(水) 11:00

放送内容

①「これは、Jアラートのテストです」×3

②「こちらは、ぼうさいくわなです」

③下りチャイム音

共通 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放送されます。実際の災害と間違えないよう、ご注意ください。

※放送内容は変更される場合があります。

問 防災・危機管理課
☎ 24-1185 **FAX** 24-2945

マイナンバーカード出張申請

休日に市内の商業施設で、マイナンバーカードの申請サポートを実施しています。持ち物や予約は不要です。お買い物のついでにマイナンバーカードを申請してはいかがでしょうか。お気軽にお立ち寄りください。

会場 いずれも10:00～16:00
11/3(祝) イオンモール桑名(3階東急ハンズ前)

11/5(土)・6(日) スーパーサンシ桑名店

11/12(土)・13(日) Aコープ長島店

11/19(土)・20(日) 一号館江場店

11/26(土)・27(日) やまびこ赤尾店

※マイナポイントの申し込みは、令和5年2月末までです。マイナポイントを受け取るために必要なカードの申請期限は12月末です。詳細は右記QRをご覧ください。

問 戸籍・住民登録課
☎ 24-1343 **FAX** 24-1353

資源物回収の中止

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。

とき 11/19(土)・20(日)

場所 F☆MART 多度店駐車場

問 環境対策課
☎ 24-1436 **FAX** 22-5183

障害者週間記念行事 「みんなのつどい」

12/3(土)～12/9(金)は障害者週間です。これを記念して、映画「警女 GOZE」の上映会(字幕・音声ガイドあり)、福祉事業所販売、模擬店を開催します。

とき 11/26(土) 10:00～正午

場所 総合福祉会館

※映画鑑賞は無料。ただし整理券が必要です。整理券は、障害福祉課、総合福祉会館デイサービス事務局で配布しています。

問 障害福祉課
☎ 24-1171 **FAX** 24-5812

成年後見制度 推進シンポジウム

とき 12/11(日) 13:30～16:00(会場13:00)

場所 総合福祉会館

内容 ・第一部「認知症があっても安心して暮らせる成年後見制度について」講師 三重大学医学部 教授 田中稔久先生

・第二部「成年後見制度が必要になる場面とは」パネルディスカッション

定員 100人(先着順)

料金 無料

申込 右記QRコード

期間 11/7(月)～30(水)17:00

問 社会福祉協議会
☎ 22-8218 **FAX** 23-5079

お知らせ

緊急地震速報伝達訓練・ 情報伝達試験を行います

【緊急地震速報伝達訓練】

全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いて、全国一斉に緊急地震速報をお知らせする訓練を行います。

とき 11/2(水) 10:00ごろ

放送内容

①上りチャイム音

②「只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

あなたにも身近な人権問題



2021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。

インターネットの普及・発達でコミュニケーションの輪が広がり便利になる一方、インターネットを悪用した行為が増え、他人への中傷や侮蔑、差別的な書きこみなど、人権侵害につながる情報が流れています。

国が部落差別解消推進法第6条に基づき実施した、部落差別の実態に係る調査の結果によると、部落差別の実態として、インターネットにおける特定個人や不特定者を対象とする誹謗中傷などの差別表現や、結婚・交際の場面における差別が発生していること、正しい理解が進む一方で偏見・差別意識が依然として残っていることなどが明らかとなっています。

法務省の人権擁護機関では、人権相談および人権侵害事件の調査・処理を通じ、被害の救済・予防を図っています。

問 戸籍・住民登録課
☎ 24-1158 **FAX** 24-1353

【人権啓発推進本部 同和部会】