

健康 申込不要・参加無料
みんなの運動サロン

運動が苦手な方でも安心して取り組める介護予防運動を主目的としたサロンです。介護予防運動ボランティアのお元気サポーターと一緒に介護予防運動を行います。



とき	ところ
4月17日(木)	鷺川原地区コミュニティセンター
4月18日(金) 10:00~11:00	竹永地区コミュニティセンター
4月22日(火)	菰野地区コミュニティセンター
4月24日(木)	朝上地区コミュニティセンター

▶対象 運動制限がない方
▶持ち物 セラバンド(ない方は貸し出し可)、飲み物・お住まいの地区の運動サロンへ参加してください。
☎社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

健康 申込不要・参加無料
元気づくり運動教室

健康運動指導士による軽運動やストレッチ体操などを行います。

地区	とき	ところ
田光	4月16日(水)	田光公会堂
吉沢	4月22日(火) 13:30~15:00	吉沢集落センター
潤田	4月25日(金)	潤田集落研修センター

健康 みんなで一緒に! SSピンポン

音の出るボールを卓球台のネットをくぐらせるように打ち合います。

▶とき 4月26日(土) 13:00~16:30
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 運動指導室
▶参加費 100円
▶持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物

☎元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018

健康 令和7年度
各種がん検診等申し込みのご案内

今年度も皆さんの健康管理に役立つよう各種がん検診等を実施します。早期発見、早期治療のために検診を受けましょう。



▶対象 平成8年3月31日以前生まれの男性
平成17年4月1日以前生まれの女性
▶申込方法 下記のいずれかの方法で申し込み
※申し込みが重複しないようご注意ください。
①4月上旬に各世帯へ郵送される「検診予約申込書」に必要事項を記入の上、郵送もしくは健康福祉課(役場本庁1階)または各地区コミュニティセンターへ直接提出
②申し込みフォームからインターネットで申し込み
※年齢や過去の受診状況などにより受診できない検診もあるため、インターネットで申し込む場合は、「検診予約申込書」を確認の上、入力してください。



申し込みはこちらから

▶申込期限 4月18日(金) 厳守
※申込期限を過ぎると受診券の発送が遅れ、受診日が制限される可能性があります。秋以降に実施する検診(健)も4月18日(金)までにお申し込みください。
☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

健康 申込不要・参加無料
介護予防運動教室

健康運動指導士が椅子に座ってできる筋力アップ体操や認知症予防体操などを行います。

地区	とき	ところ
田口新田	4月16日(水) 9:30~11:00	田口新田公会所
宿野	4月17日(木) 13:30~15:00	宿野公会所
谷	4月23日(水) 9:30~11:00	谷公会所
池底	4月24日(木) 9:30~11:00	池底集落センター
菰野第二区	4月24日(木) 13:30~15:00	菰野第二区公民館
奥郷	4月25日(金) 9:30~11:00	奥郷構造改善センター

☎元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018

情報 コミュニティバスの
フリー乗車券デジタルチケット

コミュニティバス全路線で自由に乗り降りできるフリー乗車券のデジタルチケットを販売しています。デジタルチケットの利用開始日は、購入日以降の日付で自由に設定することができます。なお、デジタルチケットの購入、利用にはスマートフォンアプリ『RYDE PASS』のダウンロードおよび会員登録が必要です。詳細は、町ホームページをご確認ください。



町 HP

☎安全安心対策室 TEL 391-1102 FAX 394-3199

情報 相続登記申請の義務化

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。相続によって不動産を取得した相続人は、その所有権の取得を知った日から3年以内に相続登記の申請をする必要があります。また、義務化前の相続も対象となり、令和9年3月末までに登記する必要があります。



町 HP

詳しくは、町ホームページをご確認ください。か、津地方法務局四日市支局にお問い合わせください。
☎津地方法務局四日市支局 TEL 059-353-2237
☎税務課 TEL 391-1116 FAX 391-1191

情報 スポーツ奨励金

各種スポーツの全国大会や国民体育大会へ出場した場合に、奨励金を交付しています。交付を希望する場合は、必要書類を持参の上、コミュニティ振興課で申請してください。

- ▶必要書類 ・交付申請書、実績報告書、請求書(コミュニティ振興課にて配付)
・印鑑
・本人または家族名義の振込先口座番号が確認できる書類(通帳やキャッシュカードの写しなど)
・大会内容、結果、出場者が確認できる書類(大会要項など)

対象	交付額
予選を勝ち抜き、または標準記録を突破し、大会に出場	10,000円
主催者からの選抜、招聘により大会に出場	7,000円
三重県が結成する選手団の一員として大会に出場(国民スポーツ大会等)	5,000円

※高校生または社会人を対象とする大会で、自由参加のものは奨励金交付の対象となりません。

☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

▶ 広報こもの ◀

おしらせ版

2025年4月 後半号
「募集」「イベント」「おしらせ」など町からの暮らしに役立つ情報を紹介します。
編集・発行 企画情報課



イベント おやまでかけっこ
親子トレイルランニング体験教室

世界で活躍するスター選手が楽しくトレイルランを教えます。親子でトレイルランを体験してみませんか。ぜひ、ご参加ください。

▶とき 5月24日(土)
10:00~12:00(受付9:30~)
▶ところ 県民の森、「Komono Four Peaks Trail」コースの一部
▶講師 トレイルラン日本代表 山内菜摘氏
▶対象 小学生とその保護者(小学3年生以下は保護者同伴)
▶参加費 500円/人
▶持ち物 履きなれた運動靴、飲み物、タオル
※服装は長袖・長ズボン推奨
▶定員 100名(先着順)



申し込みはこちらから

募集 コボンタフェスティバル
参加団体募集

子どもたちが日頃のサークル活動や習い事などの成果を披露できる発表会です。今年は、舞台発表のほか、絵画や書道などの展示作品も募集します。ぜひ、ご応募ください。

▶対象 町内で活動する18歳未満の子ども
▶申込期限 5月20日(火)
【コボンタフェスティバル】
▶とき 7月6日(日) 13:00~
▶ところ 町民センター

☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント 春季テニス大会

▶とき 5月11日(日) 8:30~
予備日: 5月18日(日)
▶ところ 大羽根テニスコート
▶対象 中学生以上
▶参加費 一般: 1,000円/人
中高生、スポーツ協会加盟者: 500円/人
▶種目 一般男子の部、一般女子の部
▶申込期限 4月24日(木)



☎スポーツ・文化振興会 TEL 394-3930 FAX 394-1517