

**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
宿野	1月16日(木) 13:30～15:00	宿野公会所
谷	1月22日(水) 9:30～11:00	谷公会所
池底	1月23日(木) 9:30～11:00	池底集落センター
菰野第二区	1月23日(木) 13:30～15:00	菰野第二区公民館
奥郷	1月24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  
☎健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

**健康** ヘルスメイト料理教室

食生活を通して健康づくりを伝えるボランティア、通称「ヘルスメイト」による料理教室を開催します。

- ▶とき 2月19日(水) 10:00～13:00 (受付9:45～)
- ▶ところ 保健福祉センターけやき2階 栄養実習室
- ▶テーマ 「地元食材を使用した減塩料理」
- ▶対象 町内に在住する18歳以上の方
- ▶持ち物 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
- ▶参加費 700円(材料費) ▶定員 20名(先着順)
- ▶申込開始 1月20日(月)

☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**健康** 高齢者インフルエンザ、  
新型コロナワクチン予防接種

- ▶接種期限 1月31日(金)
- ▶対象 ①接種当日65歳以上の方  
②60歳～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身の周りの生活を極度に制限される方(対象の方には通知済み)
- ▶自己負担 インフルエンザワクチン：1,200円  
新型コロナワクチン：2,100円
- ・接種を希望する方は、三重郡および四日市市の指定医療機関へ直接お申し込みください。
- ・三重郡、四日市市以外の医療機関で接種を希望される方は、必ず事前に健康福祉課(役場本庁1階)へご連絡ください。
- ・県外の医療機関で接種を希望される方への一部助成はありませんが、健康被害救済の手続きを行いますので、接種前に健康福祉課へご連絡ください。
- ・予診票は医療機関窓口にあります。

☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**情報** 高齢者世帯の住宅改修補助

手すりの取り付けなど、住宅改修にかかる費用の補助をします。

- ▶申請期限 1月31日(金)  
※予算枠に達し次第、終了します。
- ▶対象 住民税非課税の70歳以上の方のみで構成された世帯に属する介護認定を受けていない町内在住の方  
※今までにこの事業で補助を受けた方や、すでに改修が終わっている、または始まっている場合は補助対象となりません。
- ※補助を受けるためには事前に申請が必要です。  
※予算上限に達し次第、締め切ります。



**情報** 65歳以上の要介護・要支援認定者への  
障害者控除対象者認定書

65歳以上で要介護・要支援認定のある方は、障害者手帳等の交付を受けていなくても所得税等の障害者控除が受けられる場合があります。この場合、市町村長から障がい者に準ずる者として「障害者控除対象者認定書」(以下、「認定書」)の交付を受ける必要があります。町では、令和6年12月末時点で町内在住の65歳以上で、要介護・要支援認定のある方の中から、介護認定資料に基づき、対象者へ「認定書」を送付します。なお、障害者手帳等で同等の控除が受けられる場合や、本人または扶養者が非課税で、申告の必要がない場合には「認定書」は不要です。※「認定書」は税申告のみに利用でき、障がい者として福祉サービス等が受けられるものではありません。※障害者控除対象者となる可能性がある方でも、令和6年12月末時点で要介護認定申請中の一部の方や、12月末日までに亡くなった方などへは送付しません。所得税等の申告に必要と思われる方は、申告前下記までお問い合わせください。

上記共通情報

☎健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

**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(各回1時間半程度)。

地区	とき	ところ
杉谷	1月21日(火)	杉谷公会所
潤田	1月24日(金) 13:30～15:00	潤田集落研修センター
吉沢	1月28日(火)	吉沢集落センター

☎元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018

☎健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

**イベント** 第14回  
菰野町民綱引き大会

- ▶とき 2月2日(日) 開会式8:30～
- ▶ところ 体育センター
- ▶対象 町内在住、在勤、在学の方  
男子の部…9名以内で合計体重570kg未満かつ中学生以上の男子または男女で構成するチーム  
女子の部…女子のみの8名(体重制限・申告不要)で構成するチーム  
※登録は14名以内で抽選会以降のメンバー変更は認めません。
- ▶参加費 1,000円/チーム  
※スポーツ協会加盟団体は無料
- ▶抽選会 1月23日(木) 19:30～  
町民センター1階 会議室
- ▶申込期限 1月16日(木)  
・大会要項、申込用紙は町民センター、コミュニティ振興課(役場本庁2階)、各体育施設に置いてあります。

**イベント** 第48回  
菰野町駅伝大会

- ▶とき 3月2日(日) レーススタート9:00
- ▶ところ 三重用水管理事務所 きらら湖
- ▶コース きらら湖周回コース(1周約2.3km)  
男子の部：7区間(1区は2周)  
女子の部：5区間
- ▶対象 一般男子…高校生以上の男子または男女で構成するチーム  
一般女子…高校生以上の女子のみで構成するチーム  
中学男子…町内の中学生男子で構成するチーム  
中学女子…町内の中学生女子で構成するチーム
- ▶申込期限 1月29日(水)  
・チーム編成、参加費等の詳細は募集要項をご確認ください。



上記共通情報

☎スポーツ・文化振興会 TEL 394-3930 FAX 394-1517  
☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

**イベント** 参加無料  
ペップトーク講演会

- スポーツの試合が始まる直前に、監督やコーチが「さあ行ってこい」と選手を激励するスピーチをペップトークといいます。スポーツの現場はもちろん、家庭や学校、職場で使えるペップトークを学んでみませんか。
- ▶とき 2月2日(日) 10:00～12:00
  - ▶ところ 町民センター
  - ▶講師 日本ペップトーク普及協会理事長 岩崎由純氏
  - ▶申込期限 1月22日(水)



申し込みはこちら

☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

広報こもの



2025年1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



**募集** 任期付職員(保育士・幼稚園教諭)を募集します

- 令和7年4月1日から勤務いただく任期付職員(保育士・幼稚園教諭)を募集します。
- ▶募集職種 保育士・幼稚園教諭
  - ▶募集人数 若干名
  - ▶受験資格 保育士資格および幼稚園教諭免許をお持ちの方  
・昭和42年4月2日以降に生まれた方  
・3年以上の実務経験がある方  
・日本国籍を有し、地方公務員法第16条に該当しない方
  - ▶申込方法 インターネットによる申し込み
  - ▶申込期間 1月10日(金)～1月19日(日) 詳細はこちら



	一次試験	二次試験
とき	2月2日(日) 13:00～	一次試験合格通知の際に指定
ところ	役場本庁	
試験内容	専門試験、総合適性検査	面接、実技試験

☎総務課 TEL 391-1100 FAX 394-3199

**イベント** 郷土文化継承塾  
～はそりで炊く「かやくご飯」の作り方を学ぼう～

- 「かやくご飯」は、菰野村であった頃からの行事食ですが、最近のかまどや「はそり」を使う機会が減っています。郷土の味を守り、次世代に継承していくため、かまどを使って、はそりで炊く菰野町の郷土料理「かやくご飯」の作り方を学びましょう。
- ▶とき 3月30日(日) 11:00～13:00
  - ▶ところ 菰野横山邸園(横山家住宅および横山氏庭園)
  - ▶講師 菰野はそり会、東海学園大学客員教授 横山陽二氏
  - ▶参加費 5,000円 ▶定員 10名
  - ▶申込方法 ホームページ「横山陽二 Official site」でイベント内容を確認の上、メールで申し込み
  - ▶申込開始 1月15日(水) 詳細はこちら



☎コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995