

さあスポーツの秋 始めよう健康ウォーキング!!

第4回四日市ウォーキング大会

スポーツ課
(☎354-8429 FAX354-8432)

時11月18日(日) 8:30受け付け
9:00スタート(小雨実施)

■コース 内部東小学校→采女城跡
入口→加富神社→わかたけ萩の里
→内部東小学校 6.6km

料500円(当日徴収)

申11月2日までに、スポーツ課(市役所9階)、各地区市民センター、各運動施設にある所定の申込書を、スポーツ課、中央緑地管理事務所、各総合型地域スポーツクラブ事務所[保々ふれあいスポーツクラブ(☎339-3130)、スポーツクラブさんさん(☎331-8323)、ピバ橋北(☎333-4277)、楠スポーツクラブ(☎397-7770)、うつべ☆スター(☎347-3330、090-3449-8342)]へ

四郷歴史ウォーキング

四郷地区市民センター
(☎321-2021 FAX320-2090)

四郷が誇る歴史あるまち並み、近代化産業の文化遺産、風致地区の紅葉色づく美しい小道(秋の小径)を訪れてみませんか。

時12月2日(日) 9:10~15:00
[8:50受け付け、雨天時は12月8日(土)]

所四郷地区市民センター集合・解散

■コース 四郷地区市民センター→本誓寺→西光寺→鳥居跡→常夜燈→吉田神社→ふるさとの道→秋の小径(昼食)→伊藤小左衛門兄弟の墓→亀山製糸山工場→室生神

社→法蔵寺→神楽酒造→四郷地区市民センター 約5km

師四日市案内人協会 田中明郎さん
定50人程度(先着順)

料100円(資料代)

持昼食、お茶、タオル、帽子
動きやすい服装、歩きやすい靴

申11月20日までに同センターへ

第6回美しい国三重市町対抗駅伝大会

スポーツ課
(☎354-8429 FAX354-8432)



時平成25年2月17日(日)

■コース

三重県庁→県営総合陸上競技場

■代表選手の選考

中学生以上は、各種大会での記録に加え、四日市長距離選手権大会の結果も参考にして、1月初旬に決定します。小学生は、市内各小学校に10月中旬に配布する要項に基づき選考します

他四日市長距離選手権大会[12月15日(土)中央緑地陸上競技場]は、三泗陸上競技協会ホームページ(HP <http://www.riku34.com/>)でもご確認いただけます

第62回市民芸術文化祭

文化協会(☎/FAX351-3729)
(火~金曜日の13:00~17:00)

◆茶道まつり「市民茶会」

時11月3日(祝) 10:00~15:00

所茶室「洒翠庵」

内広間でお茶をいただきながら、茶道具などのお話を聞くことができます。初めての人も、ぜひお越しください

料呈茶券400円(当日受け付けにて)

問同会 野澤(☎080-2665-4331)

◆第11回四日市短詩型文学祭

時11月3日(祝) 料入場無料

問同会 高井(☎353-1991)

●合評会・実作会

時11:00から

(連句の部のみ10:00から)

所文化会館 会議室1~3、和室

料短歌の部のみ400円

●記念講演

時14:15から(表彰式15:00から)

所文化会館 第3ホール

内「和歌から現代短歌まで」

師鈴木竹志さん

◆市民囲碁将棋大会

●囲碁

時11月3日(祝)

9:30受け付け 10:30試合開始

所文化会館 第4ホール

料1,000円程度(弁当代含む)

問同会 今井(☎090-7311-0153)

●将棋

時11月4日(日)

9:30受け付け 10:30試合開始

所文化会館 第3ホール

料1,000円程度(弁当代含む)

問同会 西村(☎080-4222-3566)

◆川柳大会

時11月4日(日) 10:00受け付け

11:30投句締め切り

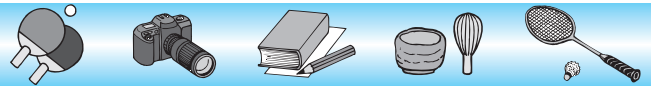
所文化会館 第3ホール

内お題は「眼」「中」「無」「人」

料投句料1,500円(弁当代含む)

問同会 高橋(☎090-3968-3592)

イベント・講座一覧



日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
10月27日(土)	午後 博物館 プラネタリウム休止	特別放映「家族のための読みきかせ」開催のため、季節番組の放映を休止します。		博物館 (☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館)	無料
	18:30 ～ 20:00 きらら号 スターウォッチング 「栗名月を見よう！」	市民公園 (博物館前)	当日、参加自由(天候不順時は中止) ※あれば星座早見盤、双眼鏡、望遠鏡		
11月1日(木)	10:00 ～ 15:40 サービスデー (毎月第1木曜日)	茶室「瀨翠庵」 (鶴の森公園内)	当日、参加自由 ☑和菓子に時季のものを添えて(数量限定) ☎一服400円	瀨翠庵 (☎/FAX352-4960 月曜日休館)	
	15:00 ～ 16:30 暴力追放 三河地区市町民大会	総合会館8階 視聴覚室	☑暴力団等による不当要求防止対策について ☎四日市南警察署 刑事第二課長 久保裕一さん ☎定220人(当日、先着順)	市民生活課 (☎354-8179 FAX354-8316)	無料
11月1日(木) ～30日(金)	プラネタリウム星空番組 「星空キャスターにおまかせ～流れ星特集～」	博物館5階 プラネタリウム	☎一般530円、高校・大学生370円、小・中学生200円、幼児無料	博物館 (☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館)	(1)
11月3日(祝)	14:30 から 耳をすませて	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 ☑小学生以上の人 ☑中井干保子さんによる絵本の読みきかせ	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料
	15:00 ～ 15:30 紙芝居	あさけプラザ 1階 図書館	当日、参加自由	あさけプラザ図書館 (☎363-0102 FAX361-1990)	無料
11月3日(祝) ・4日(日)	9:30 ～ 16:00 ふれあい福祉作品展	あさけプラザ 1階 ロビー	☑共栄作業所、たんぼぼ、フェア・ワークス下野、わかば共同作業所、くろがね作業所、よっかいち(福祉の店)が共同で自主製品を展示・販売	あさけプラザ (☎363-0123 FAX363-0129)	
11月4日(日)	14:00 ～ 15:30 ミュージアムセミナー 「西洋近代絵画の楽しみ方」③モネ	博物館1階 講座室	☎70人(当日、先着順) ☎200円(当日、1階インフォメーションで聴講券をお買い求めください)	博物館 (☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館)	(2)
	14:40 ～ 15:30 字幕付きプラネタリウム 「スターリーテイルズ 星座は時をこえて」 (テーマ番組)	博物館5階 プラネタリウム	☎一般530円、高校・大学生370円、小・中学生200円、幼児無料 ☑補聴装置あり		
11月6日(火)	13:30 ～ 16:00 (開場12:30) 四日市市社会福祉大会	文化会館 第1ホール	当日、参加自由 ☎女優 小山明子さん	四日市市社会福祉協議会 (☎354-8265 FAX354-6486)	無料 (3)
11月8日・ 15日・22日 いずれも木曜日	11:00 ～ 11:20 赤ちゃん 絵本の読みきかせ	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 ☑0歳児から ☑職員による赤ちゃん絵本の読みきかせ	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料

イベント・講座の詳細情報

(1)プラネタリウム 星空番組

「星空キャスターにおまかせ～流れ星特集～」

☎火～金曜日 14:40～15:30、

土曜日 16:00～16:50

☑夜空を流れる一筋の光、流れ星。古くから多くの言い伝えを持つ魅力的な天文現象ですが、いつどのように



観察すると良いのか、今年の流星群の情報とともに紹介します

(2)ミュージアムセミナー

「西洋近代絵画の楽しみ方」③モネ

☑気鋭の研究者を招いて、西洋近代絵画の巨匠たちの作品の見方に迫る美術セミナー。今回はクリムトです

☎名古屋市美術館学芸課長 深谷克典さん

(3)四日市市社会福祉大会

☑第一部13:30 式典 福祉功労者の表彰、

など

第二部 14:40
講演「二人三脚で乗り越えた介護の日々～今日も二人で～」

☑手話通訳、要約筆記があります。赤外線補聴システム、磁気誘導ループを設置します



小山明子さん

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報	
11月10日(土)	9:00 ～ 12:00	定期普通救命講習	中消防署 (西新地)	11月2日までに、電話で、防災教育センターへ 対市内に在住、または通勤、通学する人 定30人(先着順)	防災教育センター (☎365-3119 FAX364-6095 9:00～17:00 月曜日・祝日は休館)	無料 (4)
	9:00 ～ 12:20	親子ふれあい 自転車教室	伊坂ダムサイ クルパーク	10月31日まで 定10組(応募多数の場合は抽選)	四日市市まちづくり振興 事業団(☎354-8328 FAX354-8349)	(5)
	10:30 ～ 12:05 (10:00受け 付け開始)	子ども映画まつり	塩浜児童館 ホール	10月23日以降に、電話で、同館へ 対幼児～小学生(幼児は保護者 同伴) 定100人(先着順)	塩浜児童館 (☎/FAX346-7332)	無料 (6)
	14:30 から	絵本ライブラリー	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 対絵本ライブラリーによる絵本 の読みかせなど。後半は、あ なたのお気に入りの本を読みま すよ	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料
11月10日(土) ～18日(日)	税金展	ララスクエア 四日市4階	対税に関する児童、生徒の作品 (習字、作文、絵はがき)展	市民税課 (☎354-8132 FAX354-8309)	無料	
11月11日(日)	10:00 ～ 12:00	自然観察会 「秋の里山」	神前地区市民 センター集合	当日、参加自由 対秋の野草や昆虫の観察 師四日市自然保護推進委員会	環境学習センター (☎354-8430 FAX354-8431 火～土曜日 9:00～ 17:00開館、祝日休館)	無料 (7)
	10:00 ～ 15:40	全国小京都 和菓子めぐり (毎月第2日曜日)	茶室「泗翠庵」 (鶏の森公園内)	当日、参加自由 対「お茶の実」(鹿児島県南九州市) 料一服400円 他30個限定(無くなった場合、 通常の和菓子)	泗翠庵 (☎/FAX352-4960 月曜日休館)	
	14:00 ～ 15:30	交流館Live♪ 音楽を自由に 楽しもう!	すわ公園 交流館	当日、参加自由 対出演 ラマンズ 対懐メロロックとムード歌謡で、 懐かしさと新鮮さを感じる曲を 披露	すわ公園交流館 (☎350-8411 FAX350-8412)	無料
11月15日(木) ～18日(日)	図書リサイクル市	市立図書館 2階 ホール	対図書館で不要になった図書な どをお譲りします。この期間に 限り1人10冊まで(通常は5冊 まで)。無くなり次第終了	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料	
11月15日(木)	10:30 ～ 11:30	第4回消費者講座	総合会館7階 第1研修室	当日、参加自由 対自宅でできる健康づくり 師健康づくり課 理学療法士 今村厚美 他託児あり(無料、協会に事前予 約が必要)	市民・消費生活相談室 (☎354-8147 FAX354-8452) 四日市消費者協会 (☎357-5069)	無料
11月15日(木) ・16日(金)		博物館 プラネタリウム休止	学校団体向けの放映のみを行いますので、季節 番組の放映は休止します。	博物館(☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館)		

(4) 定期普通救命講習

大切な人のために、応急手当てを覚えましよう。消防本部では、定期的に救命講習を開催しています。訓練用人形を使った実技訓練も行いますので、動きやすい服装で受講してください。



対心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用法、異物除去など

(5) 親子ふれあい自転車教室

対自転車に乗れない小学1～3年生と保護者
料1組600円(自転車貸出料および傷害保険
料を含む)

対住所、名前(参加者と保護者)、参加者の学
年、電話番号を、はがきかファクス、Eメー
ルで、〒510-0093 本町9-8 四日市
市まちづくり振興事業団

(☎machidukuri@city.yo
kkaichi.mie.jp)へ

対雨天の場合、11月24日(土)

**(6) 子ども映画まつり**

対映画「イースターラビットのキャンディ工
場」の鑑賞

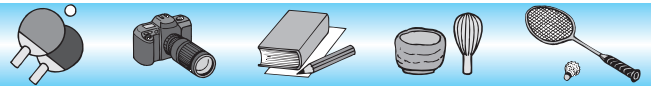
対案内係やポップコーン屋さんなど、映画ま
つり運営スタッフも募集中(小学生以上の人)


(7) 自然観察会「秋の里山」

対動きやすい服装(長袖、長ズボン)、運動靴、
帽子など

対小雨実施(9:00に大雨の時は中止)。開
催確認などの当日連絡は、自然保護推進委員
会(☎090-4857-3430)へ

イベント・講座一覧



日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月16日(金)	9:00 } 16:30	観光バスで「地場産業めぐり」(第3弾)	じばさん三重集合	11月2日(必着)まで 定40人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ11月9日までに案内を送ります)	じばさん三重 (☎353-8100 FAX353-8104)	(8)
11月17日(土)	9:00 } 14:00	茶畑散策(きらら峰登山)	茶業振興センター(水沢町)	事前に電話で、同センターへ 定15人(先着順)	茶業振興センター (☎/FAX329-3367 月曜日休み)	無料(9)
	9:30 } 15:30	司法書士による無料相談会	総合会館7階第1研修室	当日、参加自由 ☑相続や借金返済などのトラブルに関する相談	市民・消費生活相談室 (☎354-8147 FAX354-8452) 三重県司法書士会 四日市支部 館 (☎351-5330)	無料
	14:00から	秋の絵本の読みきかせ	市立図書館1階 児童室	☑幼児から ☑中部読み聞かせサークルによる絵本の読みきかせや手遊びなど	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
	14:00 } 15:30	「すわも」の館で2013年カレンダー作り! 	すわ公園交流館	事前に、同館へ ☑小学生以下の人(小学生未満の人は保護者同伴) 定30人	すわ公園交流館 (☎350-8411 FAX350-8412)	無料(10)
	14:00 } 16:00	コーヒーブレイク「ジンバブエ」	国際交流センター(市役所北館5階)	事前に、同センターへ ☑ジンバブエについて、ジンバブエ人講師が英語で紹介します 定40人 料200円	国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931 火曜日・祝日休館)	
	15:00 } 15:30	おはなしよっといで	あさけプラザ1階 身体測定室	当日、参加自由 ☑語りの会どっこいしょ会員によるおはなし会	あさけプラザ図書館 (☎363-0102 FAX361-1990)	無料
	11月17日(土)~30日(金)	9:00 } 17:00	イタイイタイ病パネル展	環境学習センター(本町プラザ4階)	☑四日市公害とともに四大公害の一つであるイタイイタイ病について学ぼう	環境学習センター (☎354-8430 FAX354-8431 火~土曜日9:00~17:00開館、祝日休館)
11月18日(日)	8:30 } 9:30	川と海のクリーン大作戦(鈴鹿川)	鈴鹿川本郷河川敷グラウンド(本郷橋上流)	当日、参加自由 ☑鈴鹿川派川分岐点~磯津橋の鈴鹿川右岸(楠町側)、鈴鹿川派川全域の川や堤防のごみを収集	河川排水課(☎354-8357 FAX354-8404) 楠総合支所(☎398-3111 FAX397-5754)	無料(11)
	10:00 } 12:00	子ども博物館教室⑤「親子で博物館探検」	博物館1階 講座室他	11月8日(必着)まで ☑親子10組(1組3人以内、応募多数の場合は抽選) ☑博物館のバックヤードの見学	博物館 (☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館)	無料(12)
	10:00 } 15:00	月釜(遠州流)(毎月第3日曜日)	茶室「泗翠庵」(鶴の森公園内)	当日、参加自由 料一席800円 ☑どなたでも参加できます(受け付けは14:30まで)	泗翠庵 (☎/FAX352-4960 月曜日休館)	

イベント・講座の詳細情報

(8)観光バスで「地場産業めぐり」(第3弾)

☑みそ・しょうゆ・納豆メーカーや酒蔵、北勢地域の観光地などをめぐります(桑名方面)
料1,200円(傷害保険料含む、当日徴収)
☑代表者の住所、全員の名前(1枚につき代表者を含めて2人まで)、年齢、電話番号を、はがきで、〒510-0075 安島一丁目3-18 じばさん三重「地場産業めぐり」係へ
☑雨天実施。昼食はお持ちください

(9)茶畑散策(きらら峰登山)

きらら峰を登り、山頂から伊勢湾、茶畑の風景を楽しめます。

☑持 昼食、水筒 ☑他 雨天中止

(10)「すわも」の館で2013年カレンダー作り!

☑「すわも」と「パズル」のイラストに好きな色をぬって、2013年のオリジナルカレンダーを作ろう

(11)川と海のクリーン大作戦

☑動きやすい服装、軍手、タオル



☑他 小雨実施。詳しくは、国土交通省中部地方整備局ホームページ(☑http://www.cb.r.mlit.go.jp/mie/oshirase/topics/kawa_umi_clean_2012/index.html)でもご覧いただけます

(12)子ども博物館教室⑤「親子で博物館探検」

☑住所、名前(ふりがな)、電話、ファクス番号、学年、年齢を、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0075 安島一丁目3-16 博物館「親子で博物館探検」係(☑hakubu tsukan@city.yokkaichi.mie.jp)へ

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月18日(日)	10:00 } 15:00	第3回よっかいち ◎すまいるフェスタ	勤労者・市民交流センター本館・東館・北館(中央緑地内)	お茶席体験とフリーマーケットの出店は、11月9日(必着)まで(それ以外の体験は、当日、参加自由)	よっかいちすまいるフェスタ実行委員会 (☎354-8314 FAX354-8308)	入場無料(13)
11月20日(火) ・28日(水)	9:00 から	理系大学生集まれ! 企業発見バスツアー in 四日市	総合会館7階 集合	11月9日(必着)まで 対平成26年3月以降に卒業予定の理科系大学生(1・2年生や大学院生も可)、高専学生 定各日20人程度(先着順)	工業振興課 (☎354-8178 FAX354-8307)	無料(14)
11月21日(水)	13:30 } 15:30	11月高齢者講座 (健康体操)	あさけプラザ 1階 第2集会室	当日、参加自由 対60歳以上の人 師藤井信子さん	あさけプラザ (☎363-0123 FAX363-0129)	無料
	15:30 から	おはなし会	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 対四日市おはなしの会「赤とんぼ」による日本や世界のいろんな昔話の語りきかせ。ちいさな子はお母さんの膝の上でどうぞ	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
11月22日(木)	10:00 } 11:45	大正琴大好き! どんぐり音楽会♪ 毎月第4木曜日に開催!!	すわ公園 交流館	当日、参加自由 対あれば得意な楽器(ハーモニカ、リコーダーなど)	すわ公園交流館 (☎350-8411 FAX350-8412)	無料(15)
11月23日(祝)	8:30 } 15:00	Y I C国際交流 ハイキング	菰野富士 (近鉄湯の山温泉駅集合)	事前に、同センターへ 対日本人でも外国人でも参加できるハイキング 定40人 料300円(保険料など) 他雨天中止	国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931 火曜日・祝日休館)	
	9:45 } 11:15 (開場9:15)	家庭の日講演会 「出会いの人生から学んだこと」～第3日曜日は「家庭の日」～	文化会館 第3ホール	当日、参加自由 定300人	青少年育成指導室 (☎354-8247 FAX354-8308)	無料(16)
11月24日(土)	10:00 } 15:00	手作り アロマキャンドル教室	すわ公園 交流館	対使わなくなったロウソクを溶かしてオリジナルのアロマキャンドルを作ります。出来上がったキャンドルはお持ち帰りいただけます 対あれば不要になったロウソク	すわ公園交流館 (☎350-8411 FAX350-8412)	無料
	13:30 } 16:00	親子 クリスマスリース教室	あさけプラザ 2階 小ホール	11月3日10:00以降に、参加費を添えて、図書館カウンターへ 対市内または三重郡に在住の小学生とその保護者 師谷山るり子さん 定15組(30人) 料1組500円(材料費)	あさけプラザ図書館 (☎363-0102 FAX361-1990)	
	14:00 } 16:00	講座「信長を読む」 (第9回) ～安土築城と城下町～	市立図書館 2階 ホール	当日、参加自由 師四日市大学環境情報学部教授 播磨良紀さん	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料

(13)第3回よっかいち◎すまいるフェスタ

対お茶席体験、フリーマーケット、紙飛行機作り、ビーズアクセサリー作り、ゲームコーナー、プラバン作り、豆つかみ、カレンダー作りなど

対住所、名前、年齢、電話番号、希望する体験活動を、はがきかEメールで、〒510-8601 青少年育成指導室内同実行委員会 (☎ ikuseishitsu@city.yokkaichi.mie.jp) へ

対詳しくは、市ホームページでもご覧いただけます

(14)理科系大学生集まれ!**企業発見バスツアー in 四日市**

対優れた技術をもつ市内中小企業を訪問し、

その魅力を発見する日帰りバスツアー。就活アドバイザーによる講演つき

対住所、名前、性別、年齢、学校・学年・学部・学科名、パソコンメールアドレス、携帯電話番号、緊急連絡先、希望日、企業との意見交換会(夕食付き)への参加の有無を、郵送かファクス、Eメールで、〒510-8601 工業振興課 (☎kougyou@city.yokkaichi.mie.jp) へ

**(15)大正琴大好き!どんぐり音楽会♪**

対懐かしの名曲を大正琴はもちろん、得意な楽器で演奏しよう。歌での参加も大歓迎。大正琴の体験演奏もできます

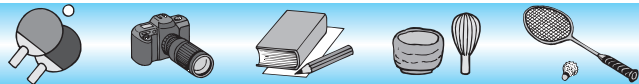
(16)家庭の日講演会**「出会いの人生から学んだこと」****～第3日曜日は****「家庭の日」～**

対中学生のメッセージ発表 9:45～10:15、講演会 10:15～11:15

対弁護士 菊地幸夫さん



イベント・講座一覧

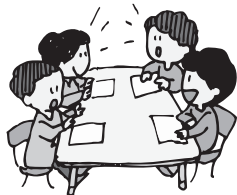


日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月24日(土)	14:30から おはなし会	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 ☑語りの会どっこいしょによる日本や世界のいろんな昔話の語りきかせ。ちいさな子はお母さんの膝の上でどうぞ	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
	15:00 } 15:30 絵本の読み聞かせ	あさけプラザ 1階 図書館	当日、参加自由 ☑中部読み聞かせサークル会員による読み聞かせ	あさけプラザ図書館 (☎363-0102 FAX361-1990)	無料
11月25日(日)	10:00 } 11:30 古文書で知る江戸時代第7回「町の暮らし②」	博物館1階 講座室	☑40人(当日、先着順) ☑料200円(当日、1階インフォメーションで聴講券をお買い求めください)	博物館 (☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館)	
	13:30 } 15:30 茶道体験教室「茶菓のいただき方」(裏千家流)	茶室「泗翠庵」 (鶯の森公園内)	事前に、住所、名前、電話番号を、同庵へ ☑30人(先着順) ☑料一席800円 ☑他どなたでも気軽に参加できます	泗翠庵 (☎/FAX352-4960 月曜日休館 〒510-0074 鶯の森一丁目13-17)	
11月28日(水)	9:30 } 13:00 「茶畑ともみじ谷散策」	茶業振興センター(水沢町)	事前に電話で、同センターへ ☑茶畑散策(もみじ谷コース約4.5km) ☑20人(先着順) ☑持昼食、水筒 ☑他雨天中止	茶業振興センター (☎/FAX329-3367 月曜日休み)	無料
	15:30から おはなしびっくりBox	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 ☑Canによるおはなし会。ちょっとした遊びもあるかも	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
11月29日(木)	13:30 } 15:30 がん患者と家族のためのおしゃべりサロン in 四日市	あさけプラザ 第4・5会議室	当日、参加自由 ☑がん患者とその家族	健康総務課 (☎354-8281 FAX351-3304)	無料(17)
12月1日(土)	9:00 } 12:00 四日市の身近な自然調べいきものミステリーコース「鳥のヒミツをさぐれ!」	勤労者・市民交流センター(中央緑地内)	11月16日(必着)まで ☑市内の小・中学生と保護者 ☑40人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ案内を送ります) ☑他雨天実施	環境学習センター (☎354-8430 FAX354-8431 ✉info@eco-yokaichi.com)	無料(18)
12月2日(日)	13:30 } 15:30 茶道体験教室「茶菓のいただき方」(遠州流)	茶室「泗翠庵」 (鶯の森公園内)	事前に、住所、名前、電話番号を、同庵へ ☑30人(先着順) ☑料一席800円 ☑他どなたでも気軽に参加できます	泗翠庵 (☎/FAX352-4960 月曜日休館 〒510-0074 鶯の森一丁目13-17)	
12月8日(土)10:00~ 9日(日)14:00	ミステリーキャンプ ~謎を解いてクリスマスパーティーに参加しよう~	少年自然の家	11月21日(消印有効)まで ☑40人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) ☑料3,960円	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095)	(19)
12月9日(日)	9:30 } 13:00 簡単お節料理教室	あさけプラザ 2階 料理室	11月4日9:00以降に、参加費を添えて同プラザ窓口へ ☑20人(先着順) ☑料500円(材料費)	あさけプラザ (☎363-0123 FAX363-0129)	(20)

イベント・講座の詳細情報

(17)がん患者と家族のためのおしゃべりサロン in 四日市

☑がんについて、心配なこと、不安な胸のうちの話を来てください。ご本人はもちろん、ご家族も参加可能です。患者会やサポーターの人も参加します



(18)四日市の身近な自然調べ いきものミステリーコース「鳥のヒミツをさぐれ!」

☑鳥はどうして飛べるのかな。体の仕組みや鳥の生活について学んでみよう



☑保護者の名前・住所・電話番号、参加者全員の名前・学校名・学年を、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0093 本町9-8 環境学習センター「鳥」係へ

(19)ミステリーキャンプ

☑小学4~6年生、中学生

☑①郵送の場合 代表者の住所・郵便番号・

電話番号・メールアドレス、参加者全員の名前・学校名・学年、保護者の名前と捺印をした申込書、切手を貼り自宅の宛名を書いた返信用封筒を、〒512-1105 水沢町1423-2 少年自然の家「ミステリーキャンプ」係へ
②Eメール(パソコンのみ)の場合 件名に「ミステリーキャンプ」、本文に①と同様の必要事項を記入して、少年自然の家(✉shizennoie@aurora.ocn.ne.jp)へ

(20)簡単お節料理教室

☑市内または三重郡に在住する20歳以上の人
☑エプロン、筆記用具、タオル

☑師 山咲子さん



毎月第3日曜日は「家庭の日」!
家族のふれあいを深めましょう!



博物館開館記念日 無料開放 11月3日(祝)

博物館 [☎355-2700 FAX355-2704
月曜日休館 (祝日の場合はその翌日)]

博物館は、平成5年11月2日に開館しました。これを記念して11月3日(祝)に博物館の無料開放を行います。

時 11月3日(祝)
9:30~17:00

■対象の催し

- 特別展「2012イタリア・ボローニャ国際絵本原画展」
- プラネタリウム「それいけ! アンパンマン~星の色と空の色~」(10:30・13:20・16:00)、「スターリーテイルズ 星座は時をこえて」(14:40)

他 プラネタリウムは、席数に限り(各回155席)があるため、当日、1階インフォメーションにて、9:30から「10:30・13:20」の整理券を、13:20から「14:40・16:00」の整理券を配布します



伊勢湾をのぞむ古代の役所 久留倍官衙遺跡展

博物館 [☎355-2700 FAX355-2704
月曜日休館 (祝日の場合はその翌日)]
社会教育課 [☎354-8240 FAX354-8308]

国指定の史跡「久留倍官衙遺跡」を紹介する展覧会を行います。

時 11月11日(日)~12月9日(日)

所 博物館4階 展示室

料 無料

◆歴史講演会「久留倍官衙遺跡 復元建物の魅力」(無料)

時 11月23日(祝) 14:00~15:30

所 博物館1階 講座室

師 独立行政法人国立文化財機構奈良文化財研究所都城発掘調査部遺構研究室長 箱崎和久さん

定 70人(当日、先着順)

◆ミュージアム体験(無料)

古代衣装(久留倍遺跡運営委員会の皆さんの手作り)を着てみよう。

時 11月18日(日)、12月2日(日)

10:00~15:00

所 博物館4階 ラウンジ

ステップアップ エコカレッジ 実践編

環境学習センター
(☎354-8430 FAX354-8431
☎info@eco-yokkaichi.com)

里山保全などの環境保全活動をしている人や今までにリーダー養成講座やステップアップエコカレッジを受講した人のためのスキルアップ講座(全3回)です。

対 18歳以上の人

時内

① 11月17日 (土)	内 バス視察研修 河川のしくみと生態系 見学先 アクア・トトぎふ、 水辺共生体験館
② 12月1日 (土)	所 環境学習センター 内 大気汚染と対策 二酸化窒素の簡易測定 など 師 四日市大学教授 粟屋かよ子さん、 武本行正さん
③ 12月15日 (土)	所 みえぎん まなびの森 (菟野町、バスで移動) 内 里山保全と安全管理 師 INPO法人森林の風

定 各40人(応募多数の場合は活動歴のある人を優先して抽選。当選者のみ案内を送付します)

料 ①1,800円(入館料、バス代)

②無料

③600円(バス代)

申 ①11月1日、②11月22日、③12月7日(いずれも必着)までに、住所、名前、電話番号、年齢、あれば環境に関する活動歴や所属団体などを、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0093 本町9-8 環境学習センター「エコカレッジ」係へ

他 連続受講が原則ですが、1日単位で受講も可能です

さんかくカレッジ2012 35歳からの健康応援講座

はもりあ四日市(☎354-8331 FAX354-8339
☎kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp 日・月曜日、祝日休館)

プレ更年期の人から、更年期まっ最中の人まで、毎日をいきいきと過ごすための講座です。

対 市内に在住、または通勤、通学する女性[公開講座(第3回目)は男性も参加可]

所 本町プラザ

内 更年期を乗り切るための実践と座学の3回連続講座。第3回目は大阪で「男性更年期外来」を担当する医師、石蔵文信さんによる公開講座



第1回 11月14日(水) 18:30~ 20:30 定20人	内 私のための食事 師 保健所管理栄養士、 四日市市ヘルスマイト
第2回 11月28日(水) 18:30~ 20:30 定20人	内 私の体をヨガでリフレッシュ! 師 保健所保健師、 楽ヨガ代表 伊藤のりこさん
第3回 公開講座 12月9日(日) 13:30~ 15:30 定100人	内 「男も女も更年期」 夫の更年期が妻の更年期症状悪化の原因?かもしれない 師 大阪大学大学院医学系研究科 保健学専攻准教授 石蔵文信さん

定 上図のとおり(先着順)

料 3回通して1,000円[公開講座(第3回)のみ無料]

申 11月1日9:00以降に、住所、名前、電話番号、講座名、託児の有無(託児希望の場合は、預ける子の名前と年齢)を、電話かEメールで、はもりあ四日市へ

他 託児あり(無料、6カ月~小学3年生程度、11月6日までに要予約)

暮らしの情報
イベント・講座

募集

その他

保健だより

ワーク・ライフ・バランス力 向上セミナー 業績アップを目指す 企業経営者向けセミナー

はもりあ四日市(☎354-8331 FAX354-8339) kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp 日・月曜日、祝日休館

企業の業績アップを目指すなら、これからはワーク・ライフ・バランス(WLB)がキーワード!

WLBとは何か?また、具体的な取り組みのヒントを学びます。

対市内の企業経営者、管理職層、人事労務担当者など(どなたでも参加できます)

所総合会館8階 視聴覚室
定各200人程度(当日、先着順)
料無料

◆講演会

時10月30日(火) 14:00~15:30

内生産性向上への近道教えます!
「これからの経営に求められること~社員を生かすマネジメント」

師㈱東レ経営研究所 特別顧問 佐々木常夫さん



◆パネルディスカッション

時11月20日(火) 14:00~16:00

内「『人を生かす』経営の極意教えます!」~ワーク・ライフ・バランスの先進企業の取り組みを聞く

■パネリスト ㈱長岡塗装店常務取締役 古志野純子さん、㈱たねや代表取締役社長 山本昌仁さん、万協製薬㈱代表取締役社長 松浦信男さん

■コーディネーター 高田短期大学 准教授 杉浦礼子さん

母子家庭などの女性のための 就職準備セミナー

はもりあ四日市(☎354-8331 FAX354-8339) kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp 日・月曜日、祝日休館

履歴書の書き方や面接の心構え、

模擬面接など、就職活動に向けたセミナーを開催します。あなたらしい自立に向けて、一緒に一歩を踏み出しましょう。



対県内に在住する母子家庭などで就職・転職を考えている人

時12月1日(土) 10:00~16:00
所本町プラザ

内就職、労働についての役立つ情報や無料メイクアップレッスン、参加者同士の楽しい交流会。小学生のお子さんも楽しめる子どもプログラム(お母さんと食べる昼食作りや工作・ゲーム)など

定30人(応募多数の場合は抽選。全員に結果を連絡します) **料**無料

申11月20日までに、住所、名前、電話番号、講座名、お子さんの名前・学年、託児の有無(託児希望の場合は、預ける子の名前と年齢)を、電話かファクス、Eメールで、はもりあ四日市へ

他託児あり(無料、6カ月~未就学児、11月20日までに要予約)

人権研修リーダー養成講座 「企業での人権教育・啓発を考える」

人権センター(☎354-8609 FAX354-8611 日曜日・祝日休館)

人権研修を企業・団体内でより積極的に進めていくための講座です。

時内 いずれも14:00~16:00

11月8日(木)	「これからの担う若手人材の育て方」~ゆとり世代を迎え入れて~
11月15日(木)	「ハラスメントまんがでチェック」
11月21日(水)	「それぞれの立場 それぞれの気持ち」~職場のダイバーシティと人権~(ビデオ学習)

所総合会館7階 第1研修室

定100人(先着順) **料**無料

申11月5日までに、電話かファクス、Eメールで同センター(☎jinkencenter@city.yokkaichi.mie.jp)へ

11月12日~25日 女性に対する暴力をなくす運動

はもりあ四日市(☎354-8331 FAX354-8339)

1999年に国連総会が、11月25日を「女性に対する暴力撤廃の国際デー」としたことを受けて、日本は2001年に、毎年11月12日から25日までを「女性に対する暴力をなくす運動」期間と決めました。

内閣府によると、女性の約10人に1人が、配偶者からの暴力に悩み苦しんでいます。



暴力は、両者の間柄を問わず、決して許されるものではありませんが、特に女性に対する暴力は、根底にある女性の人権の軽視を解消する必要があります。この機会に、女性の人権について考えてみましょう。

水道管の復旧訓練などを見学しませんか

上下水道局総務課(☎354-8350 FAX354-8249)

大規模災害に備え、中部地方の自治体は、地震などの災害発生時に相互に助け合うことを目的として、水道に関係した合同防災訓練を毎年実施



しています。今年は名古屋市と福井県や岐阜県、三重県の自治体、水道工事業者などと協力して、災害対策本部の運営や応援隊の受け入れ、水道管の復旧、応急給水などの訓練を開催します。

時11月2日(金) 13:10~14:50 (小雨実施)

所市民公園(博物館前)

内破損した水道管の復旧訓練と給水車による給水訓練の見学



「早ね 早おき 朝ごはん」市民運動 推進中！
地域ぐるみで、子どもの生活リズムを向上させよう！

みんなで集う人権のひろば じんけんフェスタ2012

人権センター (☎354-8609 FAX354-8611 日曜日・祝日休館)

所文化会館

料無料

他トークショーと講演会には手話通訳、要約筆記、赤外線補聴システム、託児(1歳~就学前の児童、11月20日までに要予約)あり

◆今井絵理子さんのハートフルトークショー&ミニライブ

聴覚障がいの子息さんの子育てと仕事に精力的に取り組む歌手の今井さんが、四日市にとびきりの笑顔をお届けに來てくれます。



時12月1日(土) 14:00から

所第1ホール

◆なかよし子ども映画会 friends ものけ島のナキ

時12月2日(日)
10:00~11:30

所第1ホール

内児童文学「泣いた赤おに」をアレンジした、もののけ島に迷い込んだ人間の赤ん坊と赤鬼のお話。衝撃と感動の結末が待っています



(C)2011「friends」製作委員会

◆吉田太一さんの講演会 「天国へのお引越しのお手伝い ~遺品整理の現場から~」

時12月2日(日) 14:00~16:00

所第1ホール

内全国初の遺品整理専門会社キープ代表である吉田さんが孤独死などの社会問題について語ります

◆展示、表彰式

時12月1日(土) 13:00~18:00・2日(日) 9:30~16:30

所展示棟、第3ホール、第4ホール、中庭など

内人権啓発の取り組みを紹介するパネルなどの展示や水平社90周年に関する展示、中学生人権作文優秀作品朗読会・表彰式、人権啓発ポスター表彰式など。2日は、工作などの体験コーナー、「三重のご当地グルメ」の販売あり

秋のみなとフェスタ2012

四日市港まちあるき実行委員会事務局
(☎366-7022 FAX366-7025)

ジャズを聞きながら四日市旧港の風景をお楽しみください。



(昨年の様子)

時10月28日(日) 9:50~16:00

所稲葉翁記念公園

内ガイドの案内で旧港周辺を歩くガイドツアー、事前募集による四日市港の写真展示、カッター体験、ポルテ広場(キッズコーナー)など。今年は、四日市JAZZフェスティバルの会場にもなるので、フードコートも充実します

料無料(飲食などは有料)

他詳しくは、同事務局にお問い合わせいただくか、四日市港管理組合ホームページ(<http://www.yokkaichi-port.or.jp>)の「みなとフェスタ2012」でもご覧いただけます

情報

◆自然体験村「収穫祭」参加者募集

時11月3日(祝) 9:00~12:00(雨天実施)

所 暁光園温室前(水沢野田町)

内 さつまいも、さといもなどの収穫体験、焼き芋大会、ハンドベルの演奏

定 250人(先着順)

料 中学生以上800円、小学生500円

申 事前に、事務局 田中(☎329-2814)へ

◆市民大学19期会 第8回 作品展(無料)

時11月3日(祝) 11:00~17:00

4日(日) 9:00~15:30

所 文化会館 第3展示室

内 書道、俳句、水墨画、陶芸、銅版、俳画など

問 伊藤(☎/FAX345-9634)

◆フリーマーケット in 四日市ドーム VOL.41

時11月4日(日) 10:00~16:00

所 四日市ドーム

料 600円(前売り券400円)、小学生以下無料

問 MFA(☎320-0133 FAX320-0134)

◆四日市市議会スポーツ・文化振興議員連盟

親子陶芸教室

対 親子・友人など2~3人のグループ

時11月4日(日) 13:30から

所 ばんこの里会館(陶栄町)

定 15組または30人(先着順)

料 大人2,500円、中学生以下2,000円(材料費込み)

申 10月30日までに、議会事務局(☎354-8257)へ

◆かるがもくらぶあそぼう会

対 0歳~未就学児の親子

時11月6日(火) 10:30~12:00

所 子育て広場:ドロップ in(富田一丁目)

内 楽しくみんなでスイートポテト作り

料 200円(材料費別途)

他 汁物とご飯の用意あり(200円)

問 子育て広場:ドロップ in(☎/FAX363-3728)

◆ベビーマッサージレッスン(ティータイトム付き)

対 2カ月~ハイハイ期までの赤ちゃん和妈妈

時11月8日(休)・14日(休)・20日(火) いずれも10:00~11:30

所 baby sweet(小杉町)

料 2,000円/体験コース(マッサージオイル、防水シート、手順シート含む)

問 baby sweet 奥野(☎334-3577)

◆国指定天然記念物御池沼沢植物群落

自然観察会(無料)

時11月10日(土) 9:00~12:00(雨天実施)

所 東部指定地(西坂部町御館)集合

内 晩秋の湿地には、ヤマラッキョウ、ホンバリンドウが咲き紅葉も楽しめます。また、夏の植物も残っています

持 湿地の観察ができる服装、靴

問 よっかいち縁の会 石川(☎321-0475)

◆第16回 きららまつり(無料)

時11月10日(土) 9:30~15:10

所 三重県立特別支援学校北勢きらら学園

内 午前:子どもたちの学習発表 午後:太鼓演奏、創作教室、体験教室、舞台など

問 同学園(☎327-1523 FAX327-0543)

◆ブルフェスタ(入場無料)

時11月10日(土) 10:00~15:00(小雨実施)

所 垂坂山ブルーミングハウス(別名三丁目)

内 フリーマーケット、飲食物販売、各種公演、体験コーナー、バザー、お楽しみ抽選など

問 ブルーミングハウス(☎331-8660 FAX331-3371)

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

高齢者を対象とした 初心者パソコン講座

シルバー人材センター
(☎354-3670 FAX351-4830)

対 市内に在住する
60歳前後のパソコン初心者



時 ①11月26日(月)～29日(木)
②12月3日(月)～6日(木)
午前の部 9:00～12:00
午後の部 13:00～16:00

所 シルバー人材センター 研修室
(十七軒町)

内 初歩のパソコン基本操作

定 各23人(応募多数の場合は抽選)

料 1,000円(テキスト代)

申 11月1日以降に、住所、名前、電話番号、年齢、講座日時(①・②および、午前・午後)を、往復はがきで、〒510-0063 十七軒町9-10 シルバー人材センター「パソコン」係へ

都市再生整備計画事業 (旧まちづくり交付金事業)の 事後評価案を公表します

道路整備課(☎354-8213 FAX354-8057)

案の公表期間中は、意見書を提出できます。

■公表する事後評価案

四日市東インター南部地区

■公表・意見提出期間

11月9日(金) 17:15まで
(土・日曜日、祝日を除く)

■公表場所

(1)道路整備課(市役所6階)
(2)ホームページ(<http://www.w5.city.yokkaichi.mie.jp/menu1153.html>)

■意見書の提出先

郵送かファクス、Eメールで、〒510-8601 道路整備課(☎doUROSEIBI@city.yokkaichi.mie.jp)へ。電話での意見受け付け、個別の回答は行いませんのでご了承ください

募 集

市職員の募集

人事課(☎354-8120 FAX354-8330)

■募集職種・人数

事務職(身体障害者):若干名

■募集期間

10月18日～11月7日

■試験予定日 11月15日(木)

■主な受験資格

- 年齢要件 昭和58年4月2日以降に生まれた人
- 資格要件 ①身体障害者手帳(1～6級)を所持し、活字印刷の出題に対応できる人
- ②自力で通勤ができ、介護なしで職務を遂行できる人
- ③10月1日現在、四日市市に住民登録し、現に居住している人
- ④地方公務員法第16条の欠格事項に該当しない人 など

■募集要項

人事課(市役所8階)、各地区市民センターほかで配布。市ホームページからダウンロードもできます

■募集要項の請求先

返信用封筒(角2型)に120円切手を貼り、〒510-8601 人事課へ

■受験申込書の提出

直接、人事課へ

嘱託職員(保育園看護師・ 児童館児童厚生員)募集

児童福祉課(☎354-8173 FAX357-5260)

市立保育園における園児などの健康管理、保健指導などを担当する看護師と児童館における事業の企画・運営などを担当する児童厚生員の嘱託職員採用試験を行います。

■試験日と場所 12月2日(日)

総合会館7階 第2研修室

■応募期間

10月23日～11月20日(必着)

■採用予定日 平成25年1月1日

■共通受験資格 ↗

①昭和28年4月2日以降に生まれた人

②地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない人

③外国籍の人は、永住者または特別永住者の在留資格を有する人

■看護師受験資格

看護師または准看護師の免許を有する人(見込み可)

■児童館児童厚生員受験資格

児童厚生員資格、保育士資格、教員免許のいずれかを有する人(見込み可)

■採用予定数 看護師1人、児童館児童厚生員1人

他 詳しい試験内容・提出書類などは、児童福祉課(市役所3階)で配布する採用試験要項をご覧ください。市ホームページ「職員募集」(<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/>)からもダウンロードできます。郵送希望の場合は、返信用封筒(長3型)に80円切手を貼って、〒510-8601 児童福祉課へ

嘱託職員(婦人相談員)募集

男女共同参画課

(☎354-8331 FAX354-8339)

■採用予定日 平成25年1月1日

■募集人数 1人

■受験資格 昭和28年4月2日以降生まれなど[詳しくは、男女共同参画課(本町プラザ3階)または市民生活課(市役所5階)で配布する試験要項をご覧ください]

■主な業務 諸問題を抱える女性の相談や支援ほか

■試験日と会場 11月18日(日)

男女共同参画センター(本町プラザ3階)

■応募期間・応募先

10月20日～11月7日(必着)に、郵送または直接、〒510-0093 本町9-8 同センターへ(直接の場合は、祝日を除く火～土曜日 8:30～17:15)

市立四日市病院職員募集

市立四日市病院
(☎354-1111 FAX352-1565)

■募集職種・採用予定日

- ①助産師・看護師(正職員)
・平成25年4月1日
- ②助産師・看護師(正職員)
・平成25年1月1日
- ③助産師・看護師(嘱託職員)
・平成25年1月1日

■募集人数

- ①15人程度
- ②10人程度
- ③10人程度



■受験資格

昭和28年4月2日以降生まれなど(詳しくは、各募集案内をご覧ください)

■試験日 11月22日(木)

■試験開始時間・場所

9:00 市立四日市病院

■応募期限

11月13日(火) 17:15必着

■募集案内請求先と応募先

〒510-8567 芝田二丁目2-37 市立四日市病院 看護部(内線5035)

◆臨時看護師随時募集中

勤務時間帯・曜日などの希望について相談に応じます。

教えてください、ここにしまった、 あなたのエピソード 文化会館は、開館30周年を迎えました

文化会館(☎354-4501 FAX354-4093)

あなたは文化会館でどんな時間を過ごされましたか。ここに残る、文化会館でのあなたのエピソードをぜひ、ご披露ください。

お寄せいただいたなかから、編集部が選んだものを「ラ・ソージュ」30号、文化会館ホームページなどで紹介します。

■テーマ

「私と文化会館」(タイトル自由)

■字数

200字以内(タイトルを含む)

甲11月30日(必着)までに、住所、名前(ペンネーム可)、電話番号を、郵送かEメールで、〒510-0075 安島二丁目5-3 ラ・ソージュ編集委員会30周年メッセージ係(✉toiawase@yokkaichi-shinko.com)へ

他掲載にあたり、文意を損なわない範囲で編集部が表現を整えることがあります。あらかじめご了承ください。

詳しくは、同館30周年記念ホームページ(HP<http://yokkaichi-shinko.com/yonbun/30th-site/index.html>)でもご覧いただけます

平成24年度 家庭用新エネルギー等 普及支援事業(第2回募集)

環境保全課(☎354-8188 FAX354-4412)

■対象設備

- ①家庭用太陽光発電システム
- ②家庭用燃料電池システム
- ③家庭用風力発電システム

■補助金額

1件 30,000円

■補助件数

201件(応募多数の場合は抽選)

甲11月1日~30日(必着)に、所定の申請書および添付書類を、書留郵便か直接、〒510-8601 環境保全課(市役所5階)へ

他詳しくは、かんきょう四日市(HP<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu73721.html>)でもご覧いただけます

平成25年度の 保育園給食用共同購入物資 の納入業者を募集

児童福祉課(☎354-8172 FAX357-5260)

甲11月15日~30日に、児童福祉課(市役所3階)にある所定の登録申請書を直接、同課へ

情報

◆ビジネスコミュニケーション研修(無料)

対おおもね40歳未満で就職中の人

時11月10日(土) 13:30~15:30

所総合会館8階 第4会議室

内職場で求められるコミュニケーションとは
師ほくサボ相談員 横山多美子さん
問北勢地域若者サポートステーション(☎359-7280)

◆第13回「三重ふるさとウォーク」(無料)

時11月11日(日) 8:30~13:00(雨天時18日)

所三重小学校グラウンド集合

■コース 三重小学校→サーラタウンヒルズ公園→生桑水源池→生桑長松神社→常延寺→仙養寺→毘沙門天→生桑配水池→三重郷土資料館→三重地区市民センター(約5km)
他昼食は地産食材のカレーライスを提供(無料)
問三重地区団体事務局(☎/FAX331-8282)

◆第5回

全日本スプリントオリエンテーリング大会

特設「四日市市民の部」への参加者募集

時11月11日(日) 10:00~12:00

所南部丘陵公園南ゾーン北側駐車場集合

■参加クラス グループの部(2~5人):少女少女組、家族組、一般組 個人の部:初心者Nクラス 料500円/1グループ・Nクラス
甲11月1日までに、三重オリエンテーリング協会事務局(☎/FAX384-6776)へ

◆発達障がい支援講座(無料)

時11月11日(日) 10:00~12:00(当日、参加自由)

所総合会館7階 第1研修室

内発達障がい児への途切れない支援
師三重県自閉症・発達障害支援センターあさけ相談支援員 松本知子さん 定80人
問四日市・子ども発達支援センター(☎/FAX348-2905)

◆つたえよう 日永つんつくおどり

~400年祭にむけて~(無料)

一緒に踊りましょう。

時11月11日(日) 10:00~12:00(小雨実施)

所日永三丁目〔両聖寺を中心とした旧東海道沿い(天白川から笹川通りまで)〕

問日永つんつくおどり保存会 伊藤(☎346-4801)

◆四日市歩こう会(雨天中止)

料200円(交通費自己負担)

持弁当、水筒、雨具

問同会 米川(☎/FAX365-9684)

①時所11月11日(日) 10:30 JR関ヶ原駅集合
■コース 関ヶ原駅→歴史民族資料館→決戦地→三成陣跡→不破関資料館→関ヶ原(10km)

②時所11月25日(日) 9:30 美濃津屋駅集合

■コース 美濃津屋駅→津屋川堤防→赤岩神社→養老公園→養老の滝→養老駅(12km)

◆第3回四日市カレーライスコンテスト

時11月11日(日) 11:00~15:00

所諏訪商店街公園通り 南大通り

■出店数 20店舗 料300円/1食

問横ジオン(☎0120-897-885)

◆福祉・介護の就職フェア(無料)

時11月11日(日) 13:00~16:00

所三重県社会福祉会館(津市)

他託児室完備

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)

◆市民公開講座「健康で美しくするために」(無料)

時11月11日(日) 14:10~15:40(当日、参加自由)

所文化会館 第2ホール

師武田美保さん

問しおりの里デイケアセンター(☎059-239-1317 FAX059-239-1320)

昭和の四日市の写真募集

博物館 ☎355-2700 FAX355-2704
月曜日休館（祝日の場合はその翌日）
✉hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp

企画展「昭和の暮らし展」（平成25年1月19日～3月3日）で、昭和の四日市を記録した古い写真の展示コーナーを設けます。ぜひ皆さんの貴重な記録をお寄せください。

■12月9日までに、館内設置のチラシか、同館ホームページ（HP <http://www.city.yokkaichi.mie.jp/museum/>）の募集ページで応募規定をご確認の上、写真に必要事項を記入した応募票を付けて、郵送、Eメール、または直接、〒510-0075 安島一丁目3-16 博物館「昭和の暮らし展」係へ
■写真は返却できません。写真の著作権は博物館に帰属します

人権学習研修会に参加しませんか

人権センター ☎354-8609 FAX354-8611 日曜日・祝日休館

人権に関する学習会への参加者に対して、参加費などの助成があります。（全額本人負担の場合のみ）

■市内に在住、または通勤、通学する人

■対象学習会

◆第64回全国人権・同和教育研究大会

■12月1日（土）～2日（日）

■岡山県倉敷市（マスカットスタジアムほか）

■助成額 市の交付要綱に基づき、参加費・交通費・宿泊費の2分の1（学生の場合は5分の4）

■11月15日までに、申請書を、郵送か直接、〒510-0085 諏訪町2-2 人権センター（総合会館7階）へ

■申請書は同センターへ請求するか、人権センターホームページ（HP <http://www5.city.yokkaich>

i.mie.jp/menu73312.html）からもダウンロードできます

バラを育ててみませんか

市街地整備・公園課
☎354-8197 FAX354-8404

南部丘陵公園のバラ園でバラを育ててみませんか。

四郷栗の木林をつくる会が、丁寧に指導してくれますので、初心者でも安心して参加できます。

■10月27日～11月1日に、電話で、同課へ
■毎週金曜日午前中に、活動の様子を南部丘陵公園バラ園でご覧いただけます

■10人以上（先着順）

■各自、一区画のバラ（8～10株程度）を育成・管理します

■10人（先着順）

■10月27日～11月1日に、電話で、同課へ

■毎週金曜日午前中に、活動の様子を南部丘陵公園バラ園でご覧いただけます

その他

11月9日～15日

秋の火災予防運動 消すまでは出ない行かない離れない

予防保安課 ☎356-2010 FAX356-2041

これからの季節は暖房器具を使うなど、火を使う機会が増えます。この運動を機会に、次のことに気を付けて、火事を起こさない環境をつくりましょう。

■火事の原因

放火、たばこ、たき火、ストーブなどが主な火事の原因です

■火事を防止するために

- 家の周りに燃えやすいものを置かない
- 寝たばこは絶対しない

- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を止める
- たき火は風の強いとき、空気が乾燥しているときはしない
- 洗濯物などストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- コンセントやプラグはほこりをためないように定期的に清掃する

■火事から身を守るために

- 住宅用火災警報器が、適切に作動することを確認し、ほこりなどをふき取る
- 住宅用消火器などを設置する
- お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

◆防火ポスター・防火習字作品展

■11月4日（日）～11日（日）

■イオン四日市尾平店1階

■保育園・幼稚園児や小・中学生の優秀作品を展示

あやしい投資商法に気をつけて!!

市民・消費生活相談室
☎354-8147 FAX354-8452

「知らないA社から電話があり『B社からの青い封筒が届いていないか。届いたら教えて欲しい。』と言われた。その後封筒が届いたのでA社に電話をすると、『その封筒が届いた人だけがB社の社債を買うことができる。倍額で買い取るので、自分の代わりに社債を買ってもらえないか。』と頼まれた。信用できるか。」との相談があります。

このように、複数の業者が登場して消費者を信用させる投資トラブルが、市内でも後を絶ちません。買い取りの約束が守られることはありませんし、支払ったお金を取り戻すことは非常に困難です。被害者の多くが高齢者で、被害金額が高額になる場合も多いので、注意が必要です。

安易な儲け話には絶対に耳を貸さず、手を出さないことが大切です。

三重おもいやり駐車場 利用証制度が始まりました

障害福祉課(☎354-8171 FAX354-3016)



公共施設や店舗などに設置される「おもいやり駐車場」の利用証を、障害者や要介護者など歩行が困難な人に、県が交付します。

■市内の申請窓口

北勢福祉事務所(県四日市庁舎2階)、障害福祉課(市役所3階) ▶

▶歩行が困難な人で下表の基準に該当する人

■必要書類

条件により異なりますので、お問い合わせください

▶他制度について詳しくは、県政だよりみえ9月号または県ホームページ(HP)http://www.pref.mie.lg.jp/UD/HP/pref/omoiyari-p/index.htm)をご覧ください

▶または障害福祉課までお問い合わせください

対象者		等級などの条件	
障害者	視覚障害	身体障害者手帳の等級が1級から4級の人	
	聴覚障害	身体障害者手帳の等級が2級、3級の人	
	平衡機能障害	身体障害者手帳の等級が3級、5級の人	
	上肢障害	身体障害者手帳の等級が1級、2級の人	
	下肢障害	身体障害者手帳の等級が1級から6級の人	
	体幹障害	身体障害者手帳の等級が1級、2級、3級、5級の人	
	乳幼児期以前の非進行性の脳病変による運動機能障害	上肢機能障害	身体障害者手帳の等級が1級、2級の人
		移動機能障害	身体障害者手帳の等級が1級から6級の人
	心臓・じん臓・呼吸器・小腸・直腸・ぼうこうの機能障害	身体障害者手帳の等級が1級、3級、4級の人	
	免疫機能障害、肝臓機能障害	身体障害者手帳の等級が1級から4級の人	
知的障害	療育手帳の程度欄がAの人		
精神障害	精神障害者保健福祉手帳1級の人		
要介護高齢者	介護保険被保険者証の要介護状態区分が要介護1から5の人		
難病患者	特定疾患医療受給者または小児慢性特定疾患医療受給者		
妊産婦	産前4カ月から産後6カ月までの人		
けが人	けがにより歩行困難な人で医師の証明書等により駐車場利用に配慮が必要と認められる人		
その他	上記以外の理由により、歩行困難な人で医師の証明書等により駐車場利用に配慮が必要と認められる人		

情報

- ◆ギャラリーゆき(昭和薬局店内 沖の島町)
 - 問ギャラリーゆき(☎/FAX352-2277)
 - 「むかしこども」の集い 浦村享さん
 - 時11月12日(月) 13:00~14:00
 - 内手品、バルーンアート、ハーモニカ演奏
 - 料500円
 - ぬいぬい うふふのハンドメイド展 服部恵子さん
 - 時11月15日(木)~12月10日(月) 7:30~19:30
 - 体験レッスン 12月6日(木) 10:00~12:00、13:00~15:00
 - 内スモッキング刺しゅうのフラワーきんちゃく作り 料1,500円
 - ◆家事家計講習会
 - 時所11月13日(火) あさけプラザ・16日(金) 四日市友の家(智積町)・17日(土) はもりあ四日市 いずれも10:00~12:00 料350円
 - 他託児あり300円(要予約) 申四日市友の会(☎326-2081 10:00~15:00)へ
 - ◆整理収納基本の「き」セミナー
 - 時11月コース…11月13日(火)・27日(火)、12月コース…12月8日(土)・15日(土) いずれも10:00~12:00
 - 所本町プラザ はもりあ四日市 会議室
 - 師整理収納アドバイザー 中村恭子さん
 - 定12人(先着順) 料500円/各回
 - 申事前に、NPO幸せな家庭環境をつくる会(☎345-7726 FAX345-0745)へ
 - ◆前結び着付け体験
 - 対眠っている着物を着こなしたい人、後ろに手が回りにくい人 時11月16日(金) ①10:00~12:00、②13:30~15:30
 - 所文化会館2階 和室 料500円
 - 申美装きもの学院 中條(☎326-7705 FAX326-7693)へ
 - ◆税のなんでも相談会(無料)
 - 時11月17日(土) 10:00~16:00
 - 所日永カヨー店、アピタ四日市店
 - 問東海税理士会四日市支部(☎351-8811 FAX351-8885)
 - ◆四日市市民ハイキング(雨天実施)
 - 時所11月18日(日) 7:10 近鉄四日市駅西口(みずほ銀行前)、7:30 桜駅北(ロータリー広場) 集合
 - 行き先 熊野古道(猪ノ鼻水平道)
 - コース 道の駅「海山」→海山銚子橋手前→猪ノ鼻崎→天満浦→尾鷲
 - 定40人(応募多数の場合は抽選) 料3,000円(バス代、保険代など) 申11月1日までに、参加者全員の住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号を、往復はがきで、〒512-1214 桜台2-5-361 四日市山岳協会事務局 横関(☎385-3407 FAX326-1291)へ
 - ◆四日市案内 富洲原地区散策会
 - 時11月18日(日) 9:00~12:00(当日、参加自由 雨天実施)
 - 所近鉄川越富洲原駅集合・解散
 - 持交通費、飲み物など 料200円
 - 問NPO四日市案内協会 飯田(☎/FAX345-0862)
 - ◆文化の諏訪駅 文学講座 北原白秋の生涯
 - 時11月18日(日) 10:00~12:00
 - 所文化の諏訪駅2階(諏訪栄町)
 - 内歌集「桐の花」-転落と転機- 師大平修身さん 料700円(当日、参加自由)
 - 申同事務局(☎345-5700 FAX354-7710)へ
 - ◆バドミントンサークル会員募集(初心者歓迎)
 - 時毎週火曜日 10:00~12:00
 - 所コスモ石油体育館(稲葉町)
 - 他見学、体験あり 問竹中(☎352-4918)

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

平成24年度四日市市スポーツ功労賞・有功賞が決定

スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)

10月7日に開催された第43回四日市市民スポーツフェスタの開会式で、次の皆さんが表彰されました。

スポーツ功労賞

本市のスポーツ振興に関し、特に功績顕著と認められる市民を表彰

佐藤 隆一さん

戦後の四日市剣道協会設立時には、地元の中学校で選手として活躍、高校では3年連続高校総体に出場されました。卒業後の昭和33年の富山国体では5位入賞されるなどの輝かしい実績を残されています。

選手として活躍した後は、指導者として剣道の技術と剣道を通じた人間形成を目指し、青少年の健全育成に多大な貢献をされました。

昭和61年～平成10年に四日市剣道協会理事、その後9年間にわたり四日市剣道協会会長を務められ、現在も四日市剣道協会の顧問として、本市のスポーツ振興のために精力的に活動されています。



二宮 俊之さん

スポーツドクターとして医療分野から、長年にわたり、四日市市民水泳大会や四日市シティロードレース大会、あるいは中学生を対象とした市内のスポーツ大会などで、出場者のメディカルチェックなどに携わり、本市のスポーツ振興に多大な貢献をされています。

平成11年から四日市水泳協会の副会長を8年間、平成19年から会長を2年間務められた後、平成21年からは三重県水泳連盟の会長を2年間務め、現在は四日市水泳協会と三重県水泳連盟の顧問として、水泳界発展のためにご尽力いただいています。



スポーツ有功賞

長年にわたり地域スポーツやレクリエーションの普及、発展に貢献された市民を表彰

阿野田英生さん (地域スポーツ)

石井紀靖さん (スポーツ少年団)

伊藤暢浩さん (レスリング協会)

井上達義さん (地域スポーツ)

奥村町子さん (地域スポーツ)

加藤志信さん (地域スポーツ)

川島敬子さん (地域スポーツ)

須原和子さん (地域スポーツ)

高田満洲男さん (卓球協会)

豊村正和さん (レクリエーション)

橋本勲三さん (地域スポーツ)

樋口眞好さん (地域スポーツ)

久木孝夫さん (スポーツ少年団)

平井富夫さん (地域スポーツ)

三宅志朗さん (スポーツ少年団)

三宅ゆり子さん (スポーツ少年団)

森 博司さん (地域スポーツ)

渡辺政利さん (スポーツ少年団)

四日市市史(第1巻～第20巻)を販売しています

総務課 (☎354-8116 FAX359-0286)

市制100周年の記念事業として発刊された「四日市市史」は全20巻。古代、中・近世から近・現代まで四日市市の歴史の全てを紹介しています。セットでの購入はもちろん、ご希望のジャンル1冊からお買い求めいただけます。

■販売場所 市政情報センター(市役所北館1階)、博物館ミュージアムショップ

■取扱書店 北洞書店、西脇書店、シエトワ白揚書籍館、宝文堂杉本書店、四日市新光堂書店、宮脇書店四日市本店

■販売価格

1巻 4,500円～9,900円

年金Q&A

保険年金課 (☎340-0221 FAX359-0288)

Q年金受給者ですが、住所が変わります。年金受け取りの金融機関も変更したいのですが、どのように手続きすればいいですか

A国民年金や厚生年金などを受けている人で、日本年金機構へ住民票コードを登録していない人が住所を変更する場合は、「年金受給者住所変更届」を保険年金課(市役所3階)か各地区市民センター(中部を除く)、楠総合支所のいずれかに提出してください。

また、受け取り金融機関を変更する場合は、「年金受給者支払機関変更届」に金融機関で口座番号の確認証明を受けてから保険年金課へ提出してください(本人名義の通帳でないと変更はできません)。

なお、共済組合(国家地方公務員、私学共済など)からの年金受給者はそれぞれの共済組合へお問い合わせください

問四日市市年金事務所 (☎353-5513)

子どもを虐待から救うために 11月は児童虐待防止推進月間です

家庭児童相談室
(☎354-8276 FAX357-5260)

虐待によって小さな子どもが犠牲になる事件が後を絶ちません。市内の平成23年度虐待相談198件の内訳

被虐待者年齢別件数

3歳未満	■	48
3歳～就学前	■	49
小学生	■	77
中学生以上	■	24

◆あなたの一声が命を救います 周りにこんな子はいませんか？

- ・不自然な傷がある
- ・いつも汚れた同じ服を着ている
- ・なかなか家へ帰ろうとしない
- ・大人を極度に恐れる
- ・自分の手や足を傷つける

これらは児童虐待のサインかもしれません。子どもの異変に気づいたら、迷わず、通告や相談をお願いします。通告者の秘密は守られます。

■通告・相談先

子どもの虐待防止ホットライン
(☎353-5110)

家庭児童相談室 (☎354-8276)

国民健康保険からのお知らせ 職場の健康保険に加入したときは

保険年金課(☎354-8159 FAX359-0288)

国民健康保険に加入していて、職場の健康保険(社会保険や国民健康保険組合など)に加入したときは、国民健康保険の脱退届が必要です。国民健康保険の被保険者証と新しくできた社会保険や国民健康保険組合などの被保険者証をお持ちの上、保険年金課(市役所3階)か各地区市民センター(中部を除く)、楠総合支所へ必ず届け出をしてください。

◆70歳になると高齢受給者証をお送りします

国民健康保険に加入している人が70歳になると、高齢受給者証をお送りします。この高齢受給者証は、70歳の誕生月の翌月(1日が誕生日の人はその月)から75歳になるまで、病院などの窓口で被保険者証と一緒に提示してください。

納めた国民年金保険料は 社会保険料控除の対象になります

保険年金課(☎354-0221 FAX359-0288)

国民年金保険料は所得税法および地方税法上、健康保険料や厚生年金などを納付した場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

そのために、平成24年中に国民年金保険料を納付された人には11月上旬に日本年金機構から「社会保険料控除証明書」(はがき)が送付されます。

年末調整または確定申告の手続きの際には、必ずこの証明書が必要となりますので、大切に保管してください。

☎四日市年金事務所(☎353-5513)

ミニブタ、ニワトリなどを 飼われている人へ

農水振興課(☎354-8182 FAX354-8307)

平成23年4月に家畜伝染病予防法が改正され、牛、水牛、鹿、馬、綿羊、ヤギ、豚(ミニブタ含む)、イノシシの飼養者は毎年4月15日までに、ニワトリ、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロ鳥、七面鳥の飼養者は毎年6月15日までに、2月1日現在の飼育頭羽数などの報告が義務付けられました。

ペットの場合でも対象となります。詳しくは、同課または北勢家畜保健衛生所(☎351-1085)へお問い合わせください。



情報

◆日永学童保育所「作品展と味覚まつり」

時11月18日(日) 10:00~14:00

所日永カヨ一駐車場(作品展は店内での予定)
内同学童保育所の子どもたちの作品展、炊き込みご飯(無料、数量限定)フリーマーケットなど
問同学童保育所(☎/FAX346-7616)

◆文化芸術体験「天満のとらやん」劇団コーロ

時11月20日(火) 18:30から

所文化会館 第2ホール
内大阪の民話をもとに伝統芸能を生かした作品 料2,500円(2歳以上)
問子ども文化NET(☎/FAX363-3728)

◆劇団 N L T 「宴会泥棒」

時11月21日(水) 18:15~20:45

所文化会館 第2ホール
出演 林与一、峰さを理、川端稯二、木村有里ほか 料入会金1,000円、月会費2,800円(大学生2,000円、高校生1,000円)

申四日市演劇鑑賞事務局(☎/FAX352-0371)

◆懐かしの名作映画上映会(無料)

時11月22日(木) 10:30~12:00

所総合会館3階 第2会議室
内「十三の目」片岡千恵蔵主演(モノクロ76分)
定50人(当日、先着順)

問シニアサークル「男の山崎裏端」の会 志田(☎/FAX346-2903)

◆北勢地方卸売市場「いちばの朝市」

時11月23日(祝) 7:00~12:30

所北勢地方卸売市場(河原田町)
内地元産の新鮮・安全・安心食材(野菜、果物、鮮魚など)展示即売、マグロの解体ショーなど
問同事務所(☎347-8111 FAX347-8116)

◆「秋の小径」もみじ祭り(無料)

時11月23日(祝) 9:00~13:00(雨天時は24日)

所四郷風致地区「秋の小径」「八王子町市緑地」200本のもみじ並木(三交バス・八王子下車)

内いも煮会(無料。600食限定)、青空野菜市、竹炭市、模擬店、大声絶叫大会、ポニー乗馬など
問ボランティア八王子 小林(☎/FAX321-1687)

◆茶っ都まーけっとinもみじまつり

青空フリーマーケット出店者募集

時11月24日(土) 10:00~15:00

所星の広場(水沢町)
■出店スペース 2m×2m(プロの出店はご遠慮ください)
料一般ブース2,000円、飲食ブース(火気使用)3,000円

申11月5日までに、事務局 清水(☎329-2611 FAX329-3008)へ

◆自然農法セミナー 簡易的な土壌診断の実施

時11月25日(日) 10:00から(当日、参加自由) 所ばんこの里会館(陶米町)

内受講生それぞれの土を自ら診断
師板坂康行さん 料500円

問MOA自然農法四日市普及会 加藤(☎090-4236-5184 ☎/FAX363-6073)

◆「日永梅林・登山山」を復活させる会

秋まつり(旧称:復活植樹祭)

時11月25日(日) 10:00~14:00

所南部丘陵公園北ゾーン
内記念植樹、太鼓(日永学童保育所)、日永つんつくおどり、餅つき、屋台、パザーなど

問日永地区市民センター内地域団体事務局(☎345-5175)

あなたのこころは元気ですか？

保健予防課(☎352-0596 FAX351-3304)

うつ病は、高血圧や糖尿病と同じで誰でもかかる可能性がある身近な病気です。最近の調査では、過去にうつ病にかかったことがある人は約15人に1人で、生涯にうつ病にかかる人は推定で8人に1人であると言われています。

■うつ病とは？

うつ病とは、ひどく落ち込んだり、楽しさを感じられなくなり、日常生活に支障をきたす病気です。これは「気の持ちよう」や「精神的な弱さ」からではなく、ストレスなどさまざまな要因によって脳のエネルギーが不足して機能障害が起こるためと考えられています

■病状は？

以下の症状が2週間以上続く場合は、うつ病の可能性があります。

- ・気分が重く、落ち込む
- ・何をやっても楽しくない
- ・食欲がない（おいしく感じられない）
- ・眠れない、寝てもすぐ目が覚める など

■予防は？

- ・ストレスに気づき、解消する
- ・休養をとる
- ・好きなことをする
- ・ひとりで抱え込まず相談するなど

■うつ病の治療

薬物療法や環境調整を中心に、医師と相談しながら進めていきます。病状の個人差は大きいですが、きちんと治療をすればうつ病は治る病気です

■相談窓口

うつ病などが心配な場合は、まずはかかりつけ医や専門の医療機関に相談しましょう。また、保健所ではこころの相談を実施しています。相談内容によって専門職が相談に応じます。ひとりで悩まずに、まずは相談してみましょ

●精神科医師 毎月第2・第4金曜日（原則、3日前までに要予約）

●保健師 電話相談（随時）、来所相談（要予約）

●精神保健福祉士 毎月最終火曜日午後（原則、前日までに要予約）

◆こころの相談窓口

保健予防課

☎352-0596

平日

8:30～17:15



インフルエンザに注意しましょう!

保健予防課(☎352-0594 FAX351-3304)

インフルエンザは、例年11～12月ごろから流行し始め、2月前後にピークとなります。インフルエンザの予防方法を知り、流行に備えましょう。

■**症状** 38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など

■予防方法

- ・流行前にワクチン接種をしましょう
- ・外出後の手洗い・うがいを行いましょ
- ・室内では適度な湿度(50～60%)を保ちましょ
- ・十分な休養とバランスのとれた食事に心がけましょ
- ・流行時は人ごみを避け、もしくは人ごみではマスクをしましょ



※**症状がある時は、早めにかかりつけ医療機関に相談・受診しましょ**

四日市市美術展覧会の歴史を振り返る「回顧展」にご協力ください

文化国際課(☎354-8239 FAX354-4873)

昭和48年に市が主催となって四日市市美術展覧会を開催し始めてから第40回を迎えます。その記念企画

として、これまでの歴史を振り返る回顧展を計画しています。

つきましては、特に昭和時代の市長賞受賞作品や会場写真、ポスターなどを展示しますので、お持ちの人、お心当たりのある人は文化国際課までご連絡ください。

なお、公募作品による第40回四日市市美術展覧会と回顧展は、平成25年4月の開催を予定しています。詳細が決まり次第、広報よっかいちなどでご案内します。

ミニ情報原稿の締め切り日の変更

広報広聴課(☎354-8244 FAX354-3974)

ミニ情報は、広報よっかいち下旬号にて、市民団体などの活動をご紹介しますコーナーです。

通常の前稿締め切り日は発行前月の15日ですが、年末年始のため、12月下旬号と平成25年1月下旬号の締め切り日を、下記のとおり変更します。

■原稿締め切り日の変更

12月下旬号(12月20日発行)…11月12日、1月下旬号(平成25年1月20日発行)…12月6日

■主な掲載基準

- ①市民が主体となったサークルやボランティア団体、NPOなどが主催
- ②料金などは無料か実費程度
- ③会場が、四日市市域あるいは近隣の地域である
- ④営利、宗教、政治活動などを目的としない
- ⑤広く市民が参加できる など

※初めて掲載を希望される場合は、広報広聴課(市役所8階)へ、原稿や参考資料をお持ちください

市役所には、報道機関が加盟する市政記者クラブがあります。イベントや講演会などの情報を、提供してみたいかがでしょうか。

詳しくは、市政記者クラブ(総合会館1階 ☎354-8266 FAX351-2631)へ

平成24年度 文化功労者が決定

文化国際課 (☎354-8239 FAX354-4873)

文化功労者として次の皆さんが表彰されます。
表彰式：11月3日(土) 13：00から 文化会館第3ホール

四日市市文化功労者

長年、本市の学術、芸術などの文化振興や文化遺産の保護・保存に貢献された次の4人が選ばれました。

俳句の普及に貢献

別山四丁目
稲垣武夫さん
(松澤白楊子)



文化会館を拠点とした「三重県俳句会」での俳句指導や、川島地区での「玄俳句会」の設立指導、四日市市身体障害者俳句の会「嶺俳句会」の指導に尽力され、三重県俳句協合理事や社団法人俳人協会三重県支部長を歴任されました。また、第1回から四日市短詩型文学祭選者を務めるなど、本市における俳句の普及と後進育成に大きく貢献されました。

美術の振興と後進育成に貢献

富田浜町
鈴木次男さん



みえ県展、四日市市美術展覧会などの彫刻部門で数多くの受賞をされました。また、日本彫刻会では、連続入選して「会員」になれるほか、日展では、10回の入選を数えて「日展会友」になれるなど、全国的な評価を受けています。また、夏休み子ども工作教室などで指導を行い、子どもたちの美術教育に尽力されるとともに、市が主催する市民芸術文化祭行事の一環である「四日市アート展」には第1回から実行委員として参画するなど、本市における芸術文化の向上と後進育成に大きく貢献されました。

伝統芸能の継承と振興に貢献

市場町
相馬政吉さん



終戦後から60年余りにわたって、市場町獅子舞の保存継承活動に携わってこられました。また、晩年に至るまでの二十数年間は保存会会長として、後継者の育成・指導は元より、獅子頭等の保存品の修復にも尽力され、保存会活動に中心的な役割を果たされました。大四日市まつりでは、30年以上参加するなど、本市の伝統芸能の保存・継承に大きく貢献されました。

合唱の振興に貢献

山田町
竹内宜秀さん



四郷地区に活動拠点を置く女声合唱団「京」の昭和63年4月の発足から今日に至るまで合唱指導者として尽力し、全国大会で3回の入賞に導き、同合唱団を本市を代表する合唱団に育てられました。また、市内小学校での訪問演奏会を開催して、子どもたちへの芸術振興にも寄与されるなど、本市における合唱を通じた音楽振興に大きく貢献されました。

三二情報

◆12月開講職業訓練生募集 (無料)

対ハローワークへ求職申し込みをした再就職希望者 所ポリテクセンター三重

内溶接技術科・・・被覆アーク溶接、炭酸ガスアーク溶接、TIG溶接の技術を身につけるほか、図面の見方や材料の切断・加工・検査などを学ぶ住宅リフォーム技術科・・・木造住宅の施工、リフォーム計画、積算・見積もり、コンピュータを利用した図面の作成などを学ぶ

申同センター(☎320-2645 FAX322-2890)へ他職業訓練ガイダンス [11月1日(木)・15日(木)のいずれか1日]に参加必須

◆陸上自衛隊高等工学校 生徒採用試験

陸上自衛隊の専門技術者を育成する学校で、普通高校同様の授業と専門教育を受けて高校卒業資格が取得でき、身分は防衛省職員で月94,900円の手当が支給されます。

対15歳以上17歳未満の男子(平成25年4月1日現在) 時一次試験 平成25年1月19日(土) 所四日市市内(予定)

申11月1日～平成25年1月7日に、自衛隊四日市地域事務所(☎/FAX351-1723)へ

◆四日市リズム体操クラブ会員募集

時毎週水曜日 13：30～15：00

所文化会館2階 第2リハーサル室

師三重県健康体操連絡協議会 体操指導員

問長谷川(☎090-8339-0326 FAX332-0365)

◆南丘ラジオ体操会会員募集 (無料)

時毎日6：30から10分間(当日、参加自由)

所南部丘陵公園北ゾーンのライオン像広場

内ラジオ体操第一、第二 問黒田(☎345-0860)

◆福祉のお仕事体験してみませんか!? (無料)

対福祉の仕事に関心のある人(学生可)

■体験期間 1人3日～10日(1日あたり6～8時間) 他交通費、食事は自己負担。日当は支給されません

申三重県社会福祉協議会 福祉職場インターシップ担当(☎059-227-5160)へ

◆四日市工業高校定時制では社会人の入学を歓迎します

技術や資格の取得に挑戦してみませんか。4つの分野(機械・自動車・電気・建築)から選択して学べます。

問同校教頭 奥野(☎346-2331)

◆農地管理の相談 (無料)

農地の有効な利用管理のための相談を随時受け付けています。草刈りや耕作代行、市民農園の開設により維持管理を考えています。

対工作をしていない農地や管理が困難になっている農地の所有者

問里づくり協議会(☎059-253-7889)

◆三重県最低賃金が時間額724円に改定

(9月30日から) 最低賃金引き上げに対応してさまざまな課題に取り組む中小企業事業主の皆さんのために、無料相談窓口「中小企業相談支援事業・津総合支援センター」(☎059-226-0033)を設置していますので、ぜひご活用ください。

問三重労働局賃金室(☎059-226-2108)

◆事業主の皆様へ 労働保険の加入手続きはお済みですか～11月は「労働保険適用促進強化期間」です～

労働保険「労災保険」と「雇用保険」は政府が管理・運営している強制的な保険であり、農林水産業の一部を除き、労働者を一人でも雇用している場合、事業主または労働者の意思の有無にかかわらず必ず加入することが法律で定められています。

問三重労働局総務部労働保険徴収室

(☎059-226-2100)

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

急な病気やけがのとき受診可能な医療機関を、24時間案内

◆四日市地域救急医療情報センター ☎353-1199

◆音声・FAX案内 ☎/FAX 0800-100-1199

保健だより

〒510-0085 諏訪町2-2(総合会館4階)
保健所



◎病気かな?と思ったら、まずは身近なかかりつけ医に相談してください

休日救急医療など		
名称	診療科・診療時間など	
応急診療所 (西新地14-20) ☎353-1759	内科	日曜日、祝・休日・年末年始(12/31、1/1・2・3) 10:00~12:00、13:00~16:00
	小児科	日曜日 10:00~12:00、13:00~16:00(年末年始休み)
	耳鼻咽喉科	日曜日 10:00~12:00、13:00~16:00(年末年始休み)
歯科医療センター (本町9-12) ☎354-5130	障害者(児)の 歯科診療 (予約制)	火・木曜日 13:30~16:30 日曜日(月2回程度) 9:30~12:30 (祝・休日と12/28~1/3を除く)
	休日診療	年末年始(12/30・31、1/1・2) 9:00~11:30
薬の相談(本町9-8) ☎354-8440	薬剤師による 薬の相談	毎月第3土曜日 14:00~16:00 ■担当(社)四日市薬剤師会
みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000 または☎059-232-9955	子どもの病気 などの 電話相談	毎日 19:30~23:30 ■担当 小児科医師 相談内容の秘密は厳守します

★母子健康手帳・健康診査票・予防接種予診票など手元にない場合は、健康づくり課まで連絡してください

妊婦・乳幼児健診 問健康づくり課 ☎354-8187 FAX353-6385

名称	対象	場所
幼児(1歳6カ月・歳6カ月)健診	対象児に個別通知します	総合会館5階
妊婦・乳児一般健康診査	妊婦・乳児(4カ月・10カ月)	各医療機関

○妊婦健康診査を、県外の医療機関で受診した場合の受診費用を助成します。
該当する人は健康づくり課まで連絡してください



「パパママ教室」沐浴体験

予防接種 問健康づくり課 ☎354-8187 FAX353-6385 接種時は母子健康手帳と予診票をお持ちください

名称	対象
ポリオ BCG 三種混合 麻しん、風しん混合 日本脳炎 二種混合 (個別接種)	○対象年齢は、予防接種予診票についている説明書で確認してください ○保護者以外が同伴する場合は委任状が必要です(委任状がない人は、連絡してください) 【ポリオの予防接種が変更となりました】 ○9月1日から、不活化ポリオワクチンへ変更になり、各医療機関での接種となりました ○対象の人には個人通知をしましたのでご確認ください

●11月1日から、4種混合ワクチン(三種混合と不活化ポリオワクチンの混合)を導入予定です。平成24年8月1日生まれ以降の人には10月下旬に予診票を通知します

育児学級など 所総合会館4階または5階 教室など利用時は、母子健康手帳をお持ちください

申保健所窓口・はがき・電話・ファクス ※歯ハハの教室は電話では不可

問健康づくり課 ☎354-8187 FAX353-6385 各教室とも応募多数の場合は抽選

名称	対象など	日時	締め切り	申し込み時必要事項など
パパママ教室 (妊娠中の生活の話、沐浴体験、 妊娠模擬体験など)	出産予定日平成25年3月17 日以降(教室参加時、妊娠28 週未満)の妊婦・その家族 定15組	12月21日(金) 9:30~12:00	12月7日	受講希望日、住所、名前、電話番号、出産経験の有無、妊娠週数、出産予定日
乳幼児食教室 (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	5~8カ月児 定35人 9~12カ月児	12月4日(火) 10:30~11:50 12月11日(火)	開催日の 1週間前	受講希望日、住所、対象児の名前(ふりがな)、生年月日、電話番号 定だっこひもなど
デンタルマタニティスクール (講話と歯科健診・歯磨き指導など)	妊娠16~32週の妊婦 定約10人	12月21日(金) 13:30~15:30		受講希望日、住所、名前、電話番号、妊娠週数 定歯ブラシなど
歯ハハの教室 (講話と歯科健診など) ※希望者にフッ素塗布	2~4歳未満の幼児 定各15組 ※抽選の結果は、申込者全員 に連絡します	12月18日・25日(火) 10:00からのみ 12月28日(金) 10:00から または13:30から	11月22日	受講希望日時、住所、保護者名、幼児の名前(ふりがな)、生年月日、電話番号(ファクス番号)、フッ素塗布希望の有無 定歯ブラシ(フッ素塗布時に必要)、タオル ※4カ月以内にフッ素塗布した人は教室を受講できません。歯ブラシをお忘れの場合は、フッ素塗布できないことがあります
育児相談	乳幼児	11月28日(水) 9:30~11:00	総合会館5階	申し込み不要
楠ゆりかもめでの育児相談		11月19日(月) 10:00~11:30		
家庭訪問・電話相談	妊婦・産婦、新生児、乳幼児	月~金曜日(祝日除く) 8:30~17:15	随時	家庭訪問:電話にてお申し込みください 電話相談:直接電話してください

急な病気やけがのとき受診可能な医療機関を、24時間案内

◆インターネット <http://www.qq.pref.mie.jp/>

◆携帯電話による案内 <http://www.qq.pref.mie.jp/k/>

がん検診無料クーポン券のご使用はお早めに!

クーポン券対象者 (平成24年4月1日現在の年齢)	
子宮頸がん検診	20・25・30・35・40歳の女性
乳がん検診	40・45・50・55・60歳の女性
大腸がん検診	40・45・50・55・60歳の人

※日本のがん検診受診を50%にあげることが目標とした「がん検診推進事業」を、今年度実施しています。それぞれ対象の人には、6月に無料クーポン券を送付しました

※使用期限は、平成25年1月31日までです。注意してください。受診方法など詳しくは、クーポン券に同封した案内をご覧ください

地区市民センターなどで行う胃・子宮・乳・大腸がん検診(12月・平成25年1月実施分)

問健康づくり課 ☎354-8282 FAX353-6385

広報よっかいち5月下旬号と同時配布された「平成24年度検診のお知らせ(検診日程保存版)」で、検診の内容・対象年齢・会場・受診料などをご確認の上、申込締め切り日までに、各地区市民センター(中部を除く)、健康づくり課、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)、楠総合支所、楠福祉会館窓口で申し込むか、下記の項目を記入して、はがきかファクスで健康づくり課までお送りいただくか、インターネット【申込みページURL】<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu69210.html> にアクセスしてお申し込みください。

集団検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん)を受診する人	①名前②生年月日③住所④電話番号⑤「集団」と明記の上、希望検診名 ⑥希望検診日、会場⑦(2日以上実施する会場の場合)第2希望日
個別検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん)を受診する人	①名前②生年月日③住所④電話番号⑤「個別検診希望」
胸部検診	①名前②生年月日③住所④電話番号⑤「胸部検診希望」

胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん(マンモグラフィ)検診(集団検診)

月	検診日		場 所	申込 締め切り日	月	検診日		場 所	申込 締め切り日
	日(曜日)	日(曜日)				日(曜日)	日(曜日)		
12	5(水)~7(金)		海蔵地区市民センター	11月6日	12	20(木)		ヘルスプラザ	11月9日
	10(月)		ゆりかもめ	11月9日	平成 25年1	9(水)			あさけプラザ
	13(木)		なやプラザ		10(木)				

※子宮頸がん検診の精度を向上させるため、細胞の診断方法が以前に比べ厳しくなっております。そのため、年齢やホルモンバランスにより、検診で採取された検体中に判定に有効な細胞数が少ない場合、結果の判定ができず、「判定不能」という結果が出る場合があります。過去に「判定不能」という結果が出たことのある人は、個別検診をお勧めします

※乳がん(マンモグラフィ)検診は、人数調整のため午前・午後はこちらで指定させていただく場合があります

子宮頸がん、乳がん(エコー)検診(集団検診)

月	検診日		場 所	申込 締め切り日
	日(曜日)	日(曜日)		
12	15(土)		あさけプラザ	11月12日
平成 25年1	6(日)		なやプラザ	12月5日

※乳がん(エコー)検診には定員があります。定員に達した場合、申込締め切り日前でも、お断りする場合があります

こころ、難病、感染症の相談・検査 料無料 問保健予防課 ☎352-0594・0596 FAX351-3304

相 談 ・ 検 査 項 目	日 程 ・ 時 間	場 所
こころの相談 (精神保健福祉相談)	精神科医師による相談(来所)…3日前までに要予約(先着順) 11月9日(金) 10:00~12:00、13:00~16:00	総合会館5階
	精神保健福祉士による相談(来所)…前日までに要予約(先着順) 11月27日(火) 13:00~16:00	総合会館4階
結核相談・エイズなどの相談・難病相談	保健師による相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	
エイズ・B型肝炎・梅毒検査(無料、匿名) ※予約不要。検査結果連絡のため、再度来所が必要	11月7日・14日・21日・28日(水) 13:00~15:00 11月28日(第4水曜日) 17:30~19:00	総合会館5階

三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ) 〒510-0851 塩浜町1-11 問☎349-3311 FAX348-0017

総合体力測定(健康の維持・増進をしたい人)		健康度測定・運動実践指導(生活習慣病の傾向のある人)	
測定日	12月2日(日)・8日(土)午後のみ・12日(水) 19日(水)午後のみ・28日(金)	12月8日(土)午前のみ・19日(水)午前のみ	
内 容	身体測定、体力測定など (測定後はトレーニングジムの個人利用可)	医学的検査、運動負荷試験など (測定後は集団で運動実践指導が受けられます)	
対 象	中学生以下でない人	18歳以上で高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病のある人、またはその傾向がある人	
測定料	1,050円	4,200円	
申込期限	測定日の14日前(電話でも可)		

※不整脈、心臓病のある人は利用できません。また、医師の判断により総合体力測定から健康度測定への変更、または利用できない場合があります

※温水プール、ランニングトラック、卓球、グラウンドゴルフ場は測定を受けていない人も利用できます

※プールご利用の際は水着、水泳帽、必要な人はゴーグル(一般の眼鏡は使用不可)をお持ちください。また、ランニングトラック、軽運動室を利用する人は上靴、運動できる服装が必要です

※プール使用中止のご案内:水の入れ替え作業と洗浄のため、11月6日(火)・7日(水)は使用できません

イベント・講座
募 集
その他
保健だより

11月の予定

相談

午前 = 9:00~12:00 午後 = 13:00~16:00 祝・休日を除く

分類	相談名	問い合わせ	とき	ところ		
市民	消費生活相談 ※1	354-8264	月～金曜日	午前と午後	市民・消費生活相談室 ※1 訪問販売での消費者被害など 市民相談コーナー ※2 多重債務、金銭貸借、相続、離婚、借地借家など ※3 同一人で、前相談から3カ月以内の相談は不可 ※4 登記、金銭トラブルなど ※5 許認可、遺言・相続・契約での書面の作成相談、後見など ※6 公証人による遺言、相続、契約など ※7 年金、社会保険、労働問題など ※8 示談、自動車保険の請求など 弁護士、司法書士、行政書士、公証、社会保険労務士相談の予約は、平日9:00~12:00、13:00~16:00に電話(☎354-8153)か面談(市民相談コーナー)が必要	
	市民相談 ※2	354-8153				
	弁護士相談 ※3	354-8153	1(木)・8(木)・15(木)・22(木)・29(木)	午後		
	司法書士相談 ※3 ※4		5(月)・12(月)・19(月)・26(月)			
	行政書士相談 ※5		6(火)・20(火)			
	公証相談 ※6		13(火)・27(火)			
	社会保険労務士相談 ※7		21(水)			
	交通事故相談 ※8		月～金曜日			午前と13:00~15:45
	建築相談(市民向け)		9(金)			13:00~15:00
	建築相談(専門家向け)	354-8206	14(水)・28(水)	午後		建築指導課
日曜市税納付相談	354-8140 354-8143	25(日)	10:00~16:00	収納推進課	市役所2階	
日曜国保納付相談	354-8160					
行政相談 ※9		20(火)	午後	※9 国・県・市など役所の業務や独立行政法人などに対する意見など	水沢地区市民センター(11月のみ)	
福祉	障害者相談 ※10	354-2550	月～金曜日	8:30~17:15	障害者相談支援事業所 ※10 かがやき(身体) 354-8450 ソシオ(精神) 345-9016 HANA(精神) 320-2761 陽だまり(知的) 328-5881 プラウ 総合会館3階 福祉総合相談室 ボランティアセンター 総合会館2階 家庭児童相談室 市役所3階 子どもの虐待防止ホットライン(電話相談) 発達総合支援室 総合会館3階	
	障害者の就業に関する相談					
	福祉総合相談					
	ボランティア活動相談					
	子どもの悩み等相談					
	ひとり親家庭生活相談					
	児童虐待相談					
児童発達相談						
教育	発達・不登校等教育相談	354-8285	月～金曜日	8:30~12:00 13:00~17:15	教育支援課(相談支援センター) 総合会館6階 指導課 市役所9階 青少年育成指導室	
	いじめ等教育相談	354-8169				
	青少年と家庭の悩み相談	352-4188				
人権	人権相談	354-8610	月～土曜日	午前と午後	人権センター	総合会館7階
	女性のための相談	354-8335	火～土曜日(面接相談予約)	9:00~16:00	男女共同参画センター	本町プラザ3階
	ボランティアによる女性のための電話相談		28(水)	18:30~20:30		
	外国人のための生活相談	353-9955	毎日(火曜日、祝日を除く)	9:00~17:00	(財)四日市市まちづくり振興事業団 四日市国際交流センター	市役所北館5階
出入国・在留手続き相談	18(日)(要予約)		13:00~15:00			

土・日曜日・祝日も利用できます (10:00~19:00 ただし、火曜日は休業)

◆市民窓口サービスセンター (近鉄四日市駅高架下・☎359-6521)
 (住民票、戸籍、税、印鑑登録証明書発行や住民異動届、戸籍届、印鑑登録受け付け、市税収納など)
 ※転入、転居、国保加入届など平日17:00以降と土日祝日には一部取り扱いのできない業務があります

点検作業による臨時休業 11月3日(祝)・4日(日) ※ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします

四日市けいりん
 本場(ナイター)… 11月13・14・15日
 場外発売…11月1・2・3・4・9・10・11・12・13・14・15・29・30日
 (払い戻しは、開催日を除いた土、日、祝、休日にはできません)

市の情報発信源

CTY 地デジ12ch **ちゃんねる よっかいち** 放送日時(20分間) 地デジ 毎日 9:00・12:30・20:30

内容(予定)
 1日(木)~10日(土) 発見! 発掘! 大矢知地区
 11日(日)~20日(火) 中心商店街にぎわい創出!
 21日(水)~30日(金) 人権擁護委員の活動紹介

※番組DVDを市政情報センター、図書館(自動車文庫を含む)、楠公民館図書室、あさけプラザ図書室で貸し出しています。博物館では視聴できます。また、各地区市民センター、楠総合支所でも貸し出しますので、詳しくは市役所8階広報広聴課(☎354-8244 FAX354-3974)まで連絡してください



「よっかいち わいわい人探訪!」(5分間)
 日曜日 14:00・17:30
 …四日市で生き生きと活動している人の活動現場の声をお届けします

「人権を確かめあう日」(5分間)
 毎月22日
 11月は7:30・13:00・16:30・18:30

「ALO! YOKKAICHI」(5分間)
 土曜日 19:54
 …ポルトガル語による市からのお知らせ

「なるほど! 防災」(5分間)
 月曜日 17:30、木曜日 8:30
 …災害への心構えなど防災に関するお知らせ

市ホームページ <http://www5.city.yokkaichi.mie.jp>

体育館・四日市ドームなどの一般公開

A = 9:00~12:00 D = 9:00~16:30
 B = 13:00~16:30 E = 13:00~21:00
 C = 17:30~21:00 F = 9:00~21:00

中央緑地体育館(☎345-4111)
 バドミントン 11/7・14 A 11/22 B
 11/5・12・26 C
 11/2・6・9・30 D
 11/1・15 E
 11/13・20・21・27・28 F
 バスケットボール 11/19 C 11/8・29 E
 中央緑地第2体育館(☎345-4111)
 バドミントン 11/8 E
 卓球 11/2・9・16 B 11/22・30 D
 11/1・5・12・15・19・26 E
 11/7・13・20・27・29 F
 パレー・ソフトパレーボール 11/6・14・21・28 F
 四日市ドーム(☎330-3131)
 グラウンドゴルフ 11/2・27 D
 四日市ドームは月曜日休み

広報よっかいち No.1367 平成24(2012)年10月20日発行(毎月5日・20日発行) 市役所の電話番号案内/☎354-8104 印刷 水戸印刷株式会社



「広報よっかいち」は「再生紙」と植物油インキを使用しています。