

費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

Yokkaichi Teen's Music Fes 2024

文化会館 ☎354-4501 月曜日休館(第2月曜日を除く、祝日の場合はその翌平日)

10代の出演者が練習の成果を競い合い、楽しみながら演奏技術を高める音楽フェス。次世代を担う若者たちが輝くステージをお楽しみください。

時 9月8日(日) 14:00から

所 文化会館第2ホール

■ 出演 業ひる

料 20歳以上1,100円、

19歳以下550円(要証明書提示)

申 9月8日までに、文化会館ホームページか電話で、または直接、同館へ



2024四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル

スポーツ課

問 四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル実行委員会 ☎354-8482 FAX354-8483
☒https://kankou43yokkaichi.com/cycle/



ジュニア世代を対象に、自転車レースの全国大会を開催します。いつも乗っている子ども用自転車に参加できる小学生のクラスもあります。

対 未就学児(3歳以上)、小・中学生、JCF通年登録者(ジュニア・U-17)

時 10月27日(日) 9:00から(雨天実施)

所 水沢・桜地区特設コース

料 1,000~7,000円

申 9月30日までに、JCF



エントリーホームページから

◆ ボランティアを募集しています

内 交通整理など

申 事前に、同実行委員会事務局へ

よっかいち人権大学 あすてっぷ2024公開講座 映画「ライフ・イズ・クライミング！」

人権センター

(☎354-8609 FAX354-8611)

☒01715730916503)



©Life Is Climbing 製作委員会

時 9月28日(土)

13:30~15:15 (13:00開場)

所 文化会館第2ホール

内 視力を失ったクライマー・コバと、視覚ガイドが挑戦する姿を描いたドキュメンタリー映画

■ 上映後のメッセージ動画

コバ(小林幸一郎)さん

他 手話通訳・要約筆記あり(映画は字幕付き)。託児あり(9月20日までに要申し込み)

楠歴史民俗資料館

あんどん 「行灯祭 行灯作製」

楠歴史民俗資料館

[☎398-3636 FAX398-3637 月曜日休館(祝休日の場合はその翌平日)]

絵の具・クレヨン・墨・マジックなどで絵やイラストを描いて、行灯を作製しましょう。作品は、秋の夜間特別開館に合わせて開催する行灯祭で、展示します。

時 9月28日(土)

定 50人(先着順)

申 9月13日(金)17:00までに電話で、または直接、同館へ

他 受け付け後、行灯作製キットを同館で配布します。9月18日(水)までに、作品を同館へ提出してください

企業対抗! 四日市をARUKUNピック

健康づくり課

(☎354-8291 FAX353-6385)

対 市内に通勤する18歳以上

内 同じ企業などで働く5人でチームを作り、10月のチームの平均歩数を競う企業対抗のウォーキングイベント。会場などに集まる必要はありません

定 200チーム(先着順。1企業あたり10チーム程度登録可)

申 9月11日までに、代表者が、専用フォームでチーム名を登録。参加メンバーは、9月18日~10月31日に、スマートフォン用アプリ「スポーツタウンWALKER」内の「イベントメニュー」の「イベントをさがす」タブから「四日市をARUKUNピック」を選択

他 アプリの入手は二次元コードから



INDEX

- 01 表紙
- 02 そらんぼ通信
- 05 図書館だより
- 06 イベント・講座カレンダー
- 13 イベント・講座
- 19 募集
- 22 その他
- 27 保健だより
- 30 人権のひろば・相談一覧



そらんぽ通信



そらんぽ四日市 〒510-0075 安島一丁目3-16

■開館時間 9:30~17:00

■休館日 月曜日(祝休日の場合はその翌平日)、整備休館9月2日(月)~9日(月)
[2階]四日市公害と環境未来館 [3階]博物館常設展 [5階]プラネタリウム

HP <https://www.city.yokkaichi.mie.jp/museum/>

※館専用の駐車場はありません。JAパーキングをご利用の人には2時間までの無料駐車券をお渡しします。お帰り際には、総合受付にJAパーキングの駐車券(入庫証)をお示しください

申し込み・問い合わせに関する注意事項

- ◆事前申し込みが必要なイベントは、下記の必要事項を記入し、申し込みフォーム、またははがきでお送りください
 - ①講座名・希望の回 ②開催日時 ③代表者の名前と連絡先(住所・電話番号)
 - ④参加者全員の名前と年齢(学生は学校名と学年)
- ※イベントによって申し込み・問い合わせ先が異なります。お間違えの無いようご注意ください
- ◆手話通訳・要約筆記が必要な場合は、申し込み時にその旨をご記入ください
- ◆締め切り日が過ぎていても、定員に余裕がある場合は受講できます。お問い合わせください

■四日市公害と環境未来館

(A ☎354-8065 ✉kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp)
(B ☎354-8430 ✉info@eco-yokkaichi.com)



申し込み
フォーム

※当選者にものみ案内をお送りします。開催5日前になっても案内が届かない場合は落選となりますので、ご了承ください

時	内	申し込みなど	問
9月11日(水)~ 10月27日(日)	特別展 中村征夫写真展 Magic of the blue ~深遠なる海への旅路~ 水中写真家の第一人者である中村征夫さんが半世紀にわたって世界の海を取材し、撮影した作品の中から、厳選した約170点を展示します。	所 4階 特別展示室 料 一般500円、高校・大学生350円、中学生以下無料	A
9月11日(水)・ 22日(祝)、 10月20日(日) ①10:00~ ②14:00~	特別展関連イベント 中村征夫氏 ギャラリートーク 作品についての思いや撮影時の様子などをお話しいたできます。	所 4階 特別展示室 他 当日受付。開始5分前に4階特別展示室入口に集合。当日の特別展観覧チケットが必要です	A
9月14日(土) 13:30~15:30	エコカレッジ1 海の未来を守るために ~三重県の磯焼けの現状と藻場再生活動~ 海洋生態系における藻場の重要性と三重県の磯焼けの現状について説明し、磯焼けを防止するための対策や、ブルーカーボン吸収源として藻場が果たす役割について解説します。	対 15歳以上 所 1階 研修・実習室 師 三重大学大学院生物資源学研究所教授 倉島彰さん 定 20人(応募多数の場合は抽選) 申 9月1日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「藻場再生」係へ	B
9月15日(日) ①10:30~11:30 ②13:30~14:30	マリンリースを作ろう 海ごみなどの海の環境について学び、貝がらを使ってリースを作ります。	対 小学生(保護者同伴) 所 1階 研修・実習室 定 各20人(応募多数の場合は抽選) 申 9月1日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「マリンリース」係へ	B
9月16日(祝) 10:00~12:30	子ども環境教室 のって体験バスのエコ バスに乗って三重交通四日市営業所へ出掛け、環境に優しいバスの機能を体感しましょう。	対 小学生(保護者同伴) 所 1階 研修・実習室、三重交通(株)四日市営業所 定 30人(応募多数の場合は抽選) 申 9月2日までに、四日市公害と環境未来館「バスのエコ」係へ ■協力 三重交通(株)、三重県バス協会、都市計画課	B
①9月21日(土) ②10月19日(土) 13:30~15:00	特別展関連イベント 中村征夫氏 講演会 ①「今、海で起きていること」 ②「世界の海での、あるある爆笑体験」 ①世界の海を取材した経験を基に、今、海で起きている環境問題についてお話しいただきます。 ②水中での撮影中に起こったハプニングや爆笑体験、生き物との興味深いエピソードなどをお話しいただきます。	対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 所 ①じばさん4階 視聴覚室、②博物館1階 講座室 定 ①70人程度、②50人程度(応募多数の場合は抽選) 申 ①9月7日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「海で起きていること」係へ ②10月5日(必着)までに、同館「あるある爆笑体験」係へ	A

イベント・講座

募集

その他


保健だより

時	内	申し込みなど	問
9月21日(土) 13:30~15:30	子どもエコラボ チリモンをさがせ! ちりめんじゃこの中に混じったいろいろな生き物を観察しよう。	対 小学生(保護者同伴) 所 じばさん5階 研修室5 師 三重県水産研究所 岡田誠さん 定 20人(応募多数の場合は抽選) 申 9月7日までに、四日市公害と環境未来館「チリモン」係へ	B
9月22日(祝) ①10:00~11:00 ②13:30~14:30	おりがみすいぞくかん いろいろな海の生き物のことを学び、楽しく折り紙を折って遊びましょう。	対 4歳~小学生(保護者同伴) 所 1階 研修・実習室 定 各20人(応募多数の場合は抽選) 申 9月8日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「おりがみ」係へ	B
9月23日(休) 10:00~13:00	エコ・クッキング ローリングストック活用法 「ホッとする和ごはん」 災害に備えながら食品ロスを防ぐ、備蓄食材を使った料理を学びます。 【メニュー】・ひじきごはん ・大豆ハンバーグ・一口おはぎ (アレルギー対応不可)	対 中学生以上 所 楠交流会館調理室 師 季節ごはん教室niwacoya主宰・管理栄養士 柵山咲子さん 定 16人(応募多数の場合は抽選) 料 500円/人(材料費) 申 9月9日までに、四日市公害と環境未来館「エコ・クッキング」係へ	B
9月28日(土) 10:00~12:00	海のお掃除船「じんべい」の見学 海ごみを回収するお掃除船「じんべい」を見学して、海ごみの現状や対策について学びます。	対 小学生(保護者同伴) 所 四日市港ポートビル2階 大会議室 師 NPO法人四日市清港会 定 30人(応募多数の場合は抽選) 申 9月14日までに、四日市公害と環境未来館「じんべい」係へ	B
9月29日(日) 13:30~15:30	子ども環境教室 はじめての生き物の飼い方 ハムスターを例に、生き物の育て方を学びます。	対 小学生(保護者同伴) 所 じばさん5階 大研修室 師 菰野高等学校教員 橋本祐子 ^{ゆうこ} さん 定 30人(応募多数の場合は抽選) 申 9月15日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「いきもの」係へ	B
10月5日(土) 9:30~12:30	バスで巡る公害学習 「四日市公害と環境未来館」で四日市公害について学んだ後、関連する塩浜地区をバスで巡ります。	対 16歳以上 所 1階 研修・実習室、塩浜地区 定 15人(応募多数の場合は抽選) 申 9月21日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「バスで巡る」係へ	A
10月6日(日) 13:00~16:00	水辺の安全講習会 川や水辺で楽しく遊ぶために役立つ、安全を守るための知識や技術を、体験を通じて学びます。	対 15歳以上 所 橋北地区市民センター 師 (一社)NELCrew 坂本竜彦 ^{りゅうひこ} さん、松本愛莉 ^{あいり} さん 定 20人(応募多数の場合は抽選) 申 9月22日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「安全講習会」係へ 他 ライフジャケットの貸し出しを希望する人は、身長をお知らせください	B
10月12日(土) 10:00~11:30	海のいきものバスボムを作ろう 企業における環境への取り組みを知り、環境に優しい重曹を使って、バスボムを作りましょう。	対 小学3~6年生(保護者同伴) 所 1階 研修・実習室 師 東ソー(株) 定 24人(応募多数の場合は抽選) 申 9月28日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「バスボム」係へ	B
10月13日(日) 10:00~12:00	自然観察会 秋の里山散策 ~野草、チョウ、バッタ~ 秋の里山で野草やチョウ、バッタを観察します。	対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 所 四郷高校周辺 定 60人(応募多数の場合は抽選) 申 9月27日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「自然観察会10月」係へ	A

申し込み
フォーム

■ 博物館・プラネタリウム

(☎355-2700 ㊚hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp)

時	内	申し込みなど
9月1日(日)まで	特別展 「木工作家 つちやあゆみ 木とメロディーの世界」 美術・木工作家 つちやあゆみさんによるさまざまな木の作品を、見て、触れて、聴いて遊ぶことができる展覧会です。大きな木琴や歯車のオルゴール作品などをお楽しみいただけます。	所 4階 特別展示室 料 一般1,000円、高校・大学生600円、中学生以下無料
	学習支援展示 「四日市空襲と戦時下の暮らし」 昭和20年6月18日の最初の四日市空襲から79年。四日市空襲や戦時中の暮らしの様子を、実物資料や写真パネルなどで紹介します。	所 3階 ロビー・常設展示室 展覧処白里亭、2階 常設展示室
9月13日(金)まで	2025・2026年度「博物館ボランティア」および「丹羽文雄記念室ボランティア」募集 来館者への案内・解説などを行うボランティアを募集します。	申 9月13日(必着)までに、専用フォームから 他 応募条件や活動内容は、博物館ホームページの募集要項をご覧ください  博物館 ホームページ
9月14日(土) 18:20~20:00	宇宙塾～天文^{みん}楽しませんか?～ 「彗星の故郷とその素顔に迫るー多種多様な太陽系小天体への誘いー」 今年の秋にアトラス・紫金山彗星が地球に最接近し、明るくなる ^{みん} と期待されています。こうした近年の彗星事情から、彗星観測・予報の難しさに加え、彗星が天文学にもたらす新たな知見について、お話いただきます。	所 5階 プラネタリウム 師 国立天文台天文情報センター天文保時室長 布施哲治さん 定 140人 他 中学生以下は保護者同伴。難易度：中学校程度。手話通訳、要約筆記あり。当日9:30から、1階総合受付で座席券を発券します(1人につき1席分まで)
9月15日(日) 9:30~12:00	「ベビーカーDAY」 毎月第3日曜日は「家庭の日」。子育て世代大歓迎。この時間は泣いたりおしゃべりしたりしても大丈夫。幼児や赤ちゃんと展覧会・プラネタリウムをご覧になりませんか。もちろん一般のお客様も大歓迎です。	所 2・3階 常設展示室、4階 特別展示室、5階 プラネタリウム 料 無料(ただし展覧会・プラネタリウムは別途料金が必要) 他 プラネタリウムは、10:05・11:20からの幼児番組 はじめてのプラネタリウム「しまじろうとたんじょうびのおほしさま」が対象です
9月15日(日) 13:30~15:00	ミュージアムセミナー③ 「仏像の誕生とその歴史」 「東西の信仰とそのイメージ」をテーマに、東洋と西洋の信仰の歴史とイメージについてお話します。	所 1階 講座室 師 三重県総合博物館学芸員 瀧川和也さん 定 50人(応募多数の場合は抽選) 料 300円 申 9月5日(必着)までに、博物館「ミュージアムセミナー」係へ 他 手話通訳・要約筆記あり
9月28日(土) 19:30~21:00	きらら号スターウォッチング 「土星を見よう」	所 三滝公園 他 天候不良時は中止。参加者が多い場合は受け付けを制限することがあります。天候不良などによる実施判断は、開始時刻の3時間前に博物館ホームページおよびFacebookで発信します
9月29日(日) 13:30~15:00	学芸員講座③ 「フランス新印象派と20世紀の絵画」 ジョルジュ・スーラの作品を中心に上げながら、新印象派の絵画が、その後の絵画作品に与えた影響などをお話します。	所 1階 講座室 師 当館学芸員 定 50人(当日、先着順) 料 300円 他 手話通訳・要約筆記あり
10月5日(土) 10:00~12:00	大人の社会科② 「和綴じ本をつくろう」 博物館に興味を持つ大人を対象にした講座です。昔から日本で作られてきた冊子である「和綴じ本」を作ります。	所 1階 講座室 定 20人(応募多数の場合は抽選) 料 300円 申 9月25日(必着)までに、博物館「和綴じ本をつくろう」係へ
10月12日(土) 13:30~15:00	丹羽文雄記念室行事 講演会「丹羽文雄と故郷」 丹羽文雄の作品世界を知るための講演会です。	所 1階 講座室 師 四日市大学総合政策学部教授 永井博さん 定 50人(応募多数の場合は抽選) 申 10月2日(必着)までに、博物館「丹羽文雄記念室行事」係へ 他 手話通訳、要約筆記あり

プラネタリウム秋番組

時 9月10日(火)～10月31日(木)

所 5階 プラネタリウム

料 一般550円、高校・大学生390円、小・中学生210円、幼児無料 ※⑤は観覧無料

内 ①ファミリー番組「かいけつゾロリ～うちゅうの勇者たち～」

②一般番組「宇宙交響曲 138億年をめぐる旅」

③夜間特別番組「コズミックフロント ファーストスター誕生」

④幼児番組 はじめてのプラネタリウム「しまじろうとたんじょうびのおほしさま」

※幼児対象の番組のため、大人のみでの観覧をご遠慮ください

⑤時空街道ツアーex環境番組「宇宙から見た地球」

■タイムテーブル (放映時間は入場を含めて約55分 ④は約45分)

	10:05	11:20	13:05	14:20	15:35	18:20
土日祝日	① ※1	① ※2	② ※3	② ※4	①	③ ※5
平日				②		

※1 9月15日(日)・16日(祝)・22日(祝)、10月14日(祝)・20日(日)の10:05の回は④を放映します。

10月5日(土)はプラネタリウムライブ「ラストラダカンパニー～星空の道化師～」開催のため①は放映休止

※2 9月15日(日)、10月20日(日)の11:20の回は④を放映します。

10月5日(土)はプラネタリウムライブ「ラストラダカンパニー～星空の道化師～」開催のため①は放映休止

※3 10月5日(土)はプラネタリウムライブ「ラストラダカンパニー～星空の道化師～」開催のため②は放映休止

※4 10月14日(祝)は⑤を放映します

※5 ③は土曜日のみ放映します。9月14日(土)はイベント開催のため③は放映休止

図書館だより

◆市立図書館

☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館

利用時間 9:30～19:00 (土・日、祝日は17:00まで)

◆あさけプラザ図書館

☎363-0102 FAX361-1990 月曜日休館 (祝・休日の場合はその翌日)

利用時間 10:00～18:00 (土・日、祝・休日は17:00まで)

◆楠交流会館図書室

☎397-2277 FAX397-2160 月曜日、祝日休館。利用時間 9:00～17:00

図書館	時	名称	内容など	
市立	8月28日(水)～ 9月22日(祝)	9:30～ 17:00	図書展示のお知らせ 「認知症フレンドリーなまち四 日市」をめざして展	所 2階 展示コーナー 内 9月は「認知症月間」です。認知症関連の図書や市 の取り組みなどを展示します
	9月5・12・19・ 26日 (いずれも木曜日)	11:00から	赤ちゃん絵本のよみきかせ	対 0歳から 所 1階 児童室 定 10組程度 他 当日10:30から整理券を配布
	9月8日(日)	14:30から	おはなしぎんのかい(語り)	所 1階 児童室 師 おはなし銀の権
	9月14日(土)		絵本ライブラリー(読みきかせ)	所 1階 児童室 師 絵本ライブラリー
	9月18日(水)	15:30から	おはなし(語り)と読みきかせ	所 1階 児童室 師 四日市おはなしの会「赤とんぼ」
	9月21日(土)	14:30から	絵本の読みきかせ	所 1階 児童室 師 中部読み聞かせサークル
	9月25日(水)	15:30から	おはなしびっくりBOX (読みきかせ)	所 1階 児童室 師 Can
	9月28日(土)	14:30から	おはなし会(語り)	所 1階 児童室 師 語りの会「どっこいしょ」
あさけ	9月4・18日 (いずれも水曜日)	11:00から	よちよちさん(0歳から)の 読み聞かせ	対 乳幼児と保護者 所 幼児コーナー
	9月7日(土)	14:00から	紙しばい	所 幼児コーナー 師 劇団ちよこっと
	9月28日(土)		絵本の読み聞かせ	所 幼児コーナー 師 中部読み聞かせサークル
楠	9月14日(土)	10:30から	おはなし会	所 2階 研修室 師 ももたろうの会
	9月26日(木)		よみきかせ ひよこ	対 0歳から 所 1階 えほんのへや 内 「しらゆきひめ」または職員による絵本の読み聞か せや、手遊びなど


イベント・講座 カレンダー



<主な施設の問い合わせ先>

- ◆あさけプラザ 〒510-8028 下之宮町296-1 ☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館（祝日の場合はその翌日）
✉asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp
- ◆勤労者・市民交流センター 〒510-0886 日永東一丁目2-25 ☎347-3000 FAX345-3286 8：30～20：30
火曜日休館（祝日の場合は開館）
- ◆楠歴史民俗資料館 ☎398-3636 FAX398-3637 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）
- ◆くるべ古代歴史館 〒510-8034 大矢知町2323-1 ☎365-2277 FAX365-2288 月・火曜日休館（祝日の場合は開館）
HP<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kyouiku/kurube>
- ◆こども子育て交流プラザ ☎330-5020 FAX334-0606 HP<https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>
- ◆泗翠庵 〒510-0074 鶴の森一丁目13-17 ☎/FAX352-4960
月曜日休館（祝日の場合はその翌平日） HP<https://yonbun.com/shisuian/>
- ◆少年自然の家 〒512-1105 水沢町1423-2 ☎329-3210 FAX329-2095
HP<https://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi>
- ◆すわ公園交流館 ☎350-8411 FAX350-8412 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）
- ◆文化会館 ☎354-4501 FAX354-4093 月曜日休館（第2月曜日を除く、祝日の場合はその翌平日）
HP<https://yonbun.com/>
- ◆三浜文化会館 ☎348-5380 FAX345-3809 原則、火曜日休館。四日市市文化会館が火曜日休館の場合は開館し、翌日が休館

◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	
9月1日(日) 8:00 ～ 10:00	吉崎海岸 早朝清掃・環境学 習	吉崎海岸	内吉崎海岸の清掃と外来植物の駆除をします。その後、海に関する楽しい勉強会を開催します 持運動靴、帽子、飲み物 他雨天決行。中止の場合はホームページ（HP http://umigame2009.com ）でお知らせします	環境政策課 問楠地区まちづくり検討委員会（☎398-3121）、 四日市ウミガメ保存会 山田（☎090-3951-5881）	
9月4日(水) 14:00 ～ 15:30	第3回消費者講座	総合会館7階 第1研修室	内直上げラッシュの今を乗り切る家計管理 師三重県金融広報委員会金融広報アドバイザー 定50人（当日、先着順）	市民・消費生活 相談室 （☎354-8147）	
9月6日(金) 18:30 ～ 20:30	四日市志創業応援 隊 創業カフェ 「創業支援制度・創 業体験談」	四日市商工会 議所	対これから創業を考えている人、創業後間もない人 内創業に使える融資制度や創業支援制度について お伝えします。先輩创业者の体験談もあります 師日本政策金融公庫四日市支店、三重県信用保証 協会、中小企業基盤整備機構、TENITOLL代表 西野英美さん 申9月4日までに、ホームページ （HP https://www.yokkaichi-sogyo.com/ ）から	商業労政課 問四日市商工 会議所経営支 援課 （☎352-8290 FAX355-0728）	
9月7日(土) 13:30 ～ 16:00	ご家族向け 就職氷河期の就職 を考えるセミナー	北勢地域若者 サポートステ ーション （諏訪栄町） 	対現在、就職も通学もしていない、支援が必要な 若年者（15～49歳）の家族 内ハローワークやサポートステーションでの支援 の案内のほか、グループワークを通じて当事者へ の接し方を学びます 定20人 申9月5日までに、専用フォームかEメール、電 話で、同ステーションへ	商業労政課 問北勢地域若 者サポートス テーション （☎359-7280 ✉wakamono @hokusapo. com）	
9月8日(日)	10:00 ～ 16:00	全国和菓子めぐり （毎月第2日曜日）	茶室「泗翠庵」 （りゅうせいせき 立礼席（いす席））	■栗饅頭（北九州市） 料一服550円 他50個限定（なくなった場合、通常の和菓子）。入 席は15：40まで	泗翠庵
	14:30 ～ 15:30	こども四日市特別 講座「こども四日 市ってなあ～に？」		内こども四日市GOLD市民が「こども四日市」に ついて、その歴史や歩み、現在の活動内容などを お話します	
9月8日・ 15日 （いずれも日曜日）	16:00 ～ 17:30	こども四日市 GOLD市民会議	すわ公園交流 館	対小学5年生以上（大人も歓迎） 内「こども四日市」をさらに面白くするために、 一緒にアイデアを出し合っ、形にしていきましょ う 申事前に、電話で、または直接、同館へ	すわ公園交流 館
9月10日(火)	14:00 ～ 15:00	みんなで唄おう！ 野ばら音楽会♪		内童謡や懐かしの名曲、季節の歌などを一緒に歌 いましょう ■出演 Brilliant Colors	



イベント・講座

募
集

そ
の
他

保
健
だ
よ
り

◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
9月12日(木)	12:00 } 16:00	シルバー人材センター会員互助会フェスティバル2024	文化会館第2ホール	内同センター会員同好会による楽器演奏などのパフォーマンス ■出演 大正琴サークル、カラオケ喜楽会、フラダンスサークル、詩吟クラブ、コーラス同好会 ■特別出演 ハーモニカ演奏	福祉総務課 ☎シルバー人材センター (☎354-3670 FAX351-4830)
9月14日(土)	9:00 } 11:00 (8:30受け付け)	国指定天然記念物「御池沼沢植物群落」自然観察会	大池中学校集合	内湿地の秋にみられる植物や昆虫の観察 持長靴、長袖、長ズボン、帽子、飲み物、虫よけ 申不要(団体の場合は要申し込み) 他小雨決行	文化課 (☎354-8238 FAX354-4873) ☎1681710 557330)
	9:30 } 12:00	コミュニケーションカアップセミナー～自分も相手も大切にしたい環境を作る～	勤労者・市民交流センター本館2階 研修室	内自分を大切にすることと向き合い、コミュニケーションの構造を見直します 師公認心理師加藤仁美さん 定10人(先着順) 申8月26日以降に、電話で、または直接、同センターへ	勤労者・市民交流センター
	13:30~15:00	四日市まちなか寄席	すわ公園交流館	■出演 切磋亭琢美、川の家河太朗、ねむ亭安楽	すわ公園交流館
	13:30 } 16:00	社会人として知っておきたいこと～明日からの仕事での過ごし方が変わる～	勤労者・市民交流センター本館2階 研修室	内社会人としての基本を再確認します 師キャリアコンサルタント 加藤仁美さん 定10人(先着順) 申8月28日以降に、電話で、または直接、同センターへ	勤労者・市民交流センター
①9月14日(土) ②9月28日(土)	①9:00~12:00 ②13:30~16:30	定期普通救命講習	①中消防署 ②北消防署 	対市内に在住、または通勤・通学する中学生以上 内心肺蘇生法(胸骨圧迫)、AED(自動体外式除細動器)の使用法、止血法、異物除去など 定各20人(先着順) 申①9月7日 ②9月21日までに、専用フォームか電話で、消防本部消防救急課へ	消防本部消防救急課 (☎356-2006 FAX356-2016)
9月15日(日)	①10:00~12:00 ②13:00~15:00	神戸高校のみんなとお月見茶会	茶業振興センター	対小学生と保護者(保護者1人につき小学生2人まで) 内小学生は神戸高校の生徒とかぶせ茶を使ったお月見団子作り、保護者はお茶についての座学。その後、急須を使ったお茶と団子の試食 師神戸高等学校生徒ほか 定各5組(応募多数の場合は抽選) 料500円/組 持マスク 申9月1日までに、参加者全員の名前、学校名、学年、電話番号、希望する時間を、Eメールか電話で、または直接、同センターへ	茶業振興センター (☎/FAX329-3367 ✉info@y-oc-ha.com)
	13:00 } 15:00	こども四日市ワークショップ2024「流木アート」	すわ公園交流館	対小学生 内流木を使ってオブジェを作ります 定10人(先着順) 料300円または300円 申事前に、電話で、または直接、同館へ	すわ公園交流館
	14:00 } 16:00 (13:00受け付け)	四日市歯科医師会市民公開講座「歯科からの引きこもり支援～まずは、お口の健康アプローチから～」	総合会館8階視聴覚室 	内引きこもりの人の歯の治療などを通じた支援や、訪問診療を依頼したい人への窓口案内 申専用フォームかファクス、郵送で、〒510-0093本町9-12 (一社) 四日市歯科医師会へ	福祉総務課 ☎四日市歯科医師会 (☎354-8512 FAX354-8513)
	14:00 開演 (13:30開場)	三浜ロビーコンサート	三浜文化会館ロビー	内同会館利用団体の発表公演。箏演奏家 麗明智翔さんが指導する生田流箏曲の合奏 ■出演 箏曲 翔音 ■演奏予定曲 黒田節による幻想曲、川の流れるように、アイドル(YOASOBI)ほか	三浜文化会館
9月15日(日)~10月31日(木) (各店舗で開催日が異なります)		第9回四日市まちゼミ	市内各実施店舗	対市内および近隣市町に在住する人 内「おうちで簡単!スペイン料理」や「土壁の良さを知ろう」「親子で積み木あそび」など 他参加店舗など詳しくは、四日市商工会議所へ	商業労政課 ☎四日市商工会議所経営支援課 (☎352-8290)
9月17日(火)~27日(金)	9:00~17:00 (入場は16:30まで)	ステップ四日市認知症当事者の作品展・認知症支援事業活動パネル	ステップ四日市	内アルツハイマー月間に合わせて、認知症当事者が作成した作品と、同所の活動を紹介します 他期間中に施設見学を希望する場合は事前に、同所へ。9月21~23日は休館	ステップ四日市 (☎348-4008 FAX346-4070)

暮らしの情報

イベント・講座

募集



その他

保健たより

イベント・講座 カレンダー



◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
9月18日(水)	13:30から (13:00受け付け) 9月高齢者講座 (健康体操)	あさけプラザ 1階 第1集会室	対 市内または三重郡に在住する60歳以上 師 (公社)日本3B体操協会公認指導士 藤井信子さん	あさけプラザ
①9月20日(金) ②9月21日(土)	①14:00開演 ②10:00開演 (いずれも30分前に開場) 映画上映会 Mihama de Cinema 「シャレード」	三浜文化会館 2階 視聴覚室	内 オードリー・ヘップバーン主演のサスペンスコメディ。1963年作アメリカ映画。カラー113分。①日本語吹き替え ②日本語字幕	三浜文化会館
9月21日(土)	10:00 } 11:30 認知症キッズサポーター養成講座	市立図書館2階 視聴覚ホール 	対 小学4年生以上 内 認知症についての正しい知識や、認知症の人への接し方を分かりやすく学べます 定 30人(先着順) 持 筆記用具 申 9月10日までに、専用フォームから	高齢福祉課 (☎354-8170 FAX354-8280)
	①9:00~12:00 ②13:00~16:00 スポーツ体験会	総合体育館、中央第2体育館	内 さまざまなスポーツを体験して自分に合ったスポーツを見つけましょう 持 運動のできる服装、体育館シューズ、飲み物 他 詳しくは、ホームページ(HP https://www.sports.jp)へ	スポーツ課 問 スポーツ協会(中央緑地施設管理事務所内 ☎345-4111 FAX346-7767)
	9:30 } 13:00 司法書士による無料相談会	総合会館7階第1研修室	内 相続や借金返済などのトラブルに関する相談 他 駐車場はありません	市民・消費生活相談室 問 三重県司法書士会四日市支部 町田 (☎080-3077-3082)
	10:00 } 12:00 企業OBが教える小中学生ものづくり講座「磁石とコイルでモーターを作ろう」	じばさん6階展示室 	対 市内在住の小学4年~中学生 内 環磁石とコイルを使って簡易モーターを作り、モーターや電気の原理への理解を深めます 定 16人(先着順) 申 9月20日までに、専用フォームか電話(平日9:00~17:00)で、企業OB人材センターへ	企業OB人材センター (☎350-5300 FAX350-5303 https://yokka.ichi-obcenter.jp/monodukuri)
	10:00 } 12:30 (9:30受け付け) Bizcafeよっかいち	ビズ・スクエアよっかいち(栄町)	対 起業家と起業に興味がある人 内 先輩起業家や支援者などをゲストスピーカーに迎え、ビジネスアイデアを得たり、経営の悩みをシェアしたりする勉強会。講演後、交流会を開催 定 20人(先着順) 料 500円 申 事前に、ホームページ(HP http://www.bizcafe41.jp/)から	商業労政課 問 サイバー・ネット・コミュニケーションズ株式会社 スクエアよっかいち (☎329-5407 FAX329-5408)
	14:00~15:45 大人のための朗読九華の会	すわ公園交流館	内 名作からショートストーリーまで、5人の読み手による朗読 ■ 出演 九華の会	すわ公園交流館
	①10:00~11:30 ②13:30~15:00 陶芸講座「萬古焼のお皿を作ろう」	勤労者・市民交流センター東館3階第2会議室	対 小学生以上(小学1~3年生は保護者同伴) 師 萬古焼作家 前田和豊さん 定 各10人(先着順) 料 1,000円 持 エプロン、手拭きタオル、飲み物、汚れてもいい服装 申 9月2日以降に、電話で、同センターへ	勤労者・市民交流センター
9月22日(祝)	13:00 } 15:30 お月見どろぼう in 四日市 & 絵本のひろば・読み聞かせ	すわ公園交流館	対 小学生以下 内 市内各地で行われている風習「お月見泥棒」に合わせて、お月見スタンプラリーを開催。同館を拠点にチェックポイントを回ってプレゼントをゲットしましょう(15:00まで受け付け)。13:00~13:30には、お月見にちなんだ絵本の読み聞かせもあります 定 200人(当日、先着順) 他 「すわSUNDAYライブ」と同時開催	すわ公園交流館
	14:00 } 15:30 すわSUNDAYライブ withお月見どろぼう in 四日市		内 ウクレレの生演奏をお楽しみください ■ 出演 ウクレレアンサンブルチーム「ルアナカフェレレ」ほか 他 「お月見どろぼうin四日市」と同時開催	

暮らしの情報
イベント・講座

募集

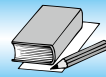
その他

保健だより





◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
9月23日(休)	13:30 ～ 15:30	はじめてのジャズ フェス四日市 JAZZ FESTIVAL の楽しみ方	三浜文化会館 ロビー	内「四日市JAZZ FESTIVAL」の楽しみ方を伝授 します。ビッグバンドワークショップ参加者による 演奏もあります 師四日市JAZZ FESTIVAL実行委員会など	文化会館
9月26日(木)	10:00 ～ 11:45	大正琴大好き！ どんぐり音楽会♪		他演奏希望者は、楽器を持って当日の9:55まで に、同館へ。定員6組（応募多数の場合は抽選）	
9月27日(金)	10:00 ～ 12:00	こどももよろこぶ 飾り巻き寿司体験 講座	すわ公園交流 館	内食卓を華やかに飾る「花」の巻き寿司を作ります 師花村明日香さん 定10人（先着順） 料2,000円 持巻きす（30cm×30cm）、包丁、ふ さん、ラップ、持ち帰り用容器、エプロン 申事前に、電話で、または直接、同館へ 他使用食材：すし飯、のり、おぼろ、野沢菜漬け、 山ゴボウみそ漬け、ゴマ	すわ公園交流 館
	18:30 ～ 19:15	第93回 中庭コンサート ～箏曲～	あさけプラザ 1階 ロビー	内箏の音色で秋の夜長を感じてみませんか ■出演 グループ翠、幸音会、邦楽アンサンブル のぞみ ■演奏曲 涙そうそう、黒ネコのタンゴ、 瀬戸の花嫁ほか	あさけプラザ
9月28日(土)	9:30 ～ 15:30	ひとり親家庭のた めの交流事業「親 子デイキャンプ」 	少年自然の家	対市内に在住、または通勤する一人親家庭の親子 内石窯ピザづくり、カヤック体験（4歳から乗船 可） 定5組（応募多数の場合は抽選） 料500円/組 持濡れてもよい服、靴、帽子、カ ップ、タオルなど 申9月10日（必着）までに、参 加者の名前（ふりがな）・住所・性別・年齢（学 年）、日中連絡の取れる電話番号、あればメールア ドレス、託児の有無、持病の有無を、Eメールか ファクス、はがき、電話で、〒510-0085 諏訪 町2-2 母子・父子福祉センターへ 他託児無料。アレルギー対応不可	母子・父子福祉 センター (☎/FAX354- 8277 ✉b-f.center @yokkaichi-s hakyu.or.jp)
	10:00 ～ 11:00 (11:00～ 12:00 意見交換会)	「協同労働」による 地域おこしと、新 しい働き方の実現	勤労者・市民 交流センター 本館1階 会 議室	内「労働者協同組合法」は、地域貢献やまちづく りを仕事にし、雇用でも自営でもない新しい働き 方を可能にする制度です。誰もが主人公になれる 新しい組織の形について一緒に学びましょう 師三重県障がい者雇用・就労促進課 宇野哲矢さ ん 定20人（先着順） 申9月6日以降に、電話 で、または直接、同センターへ	勤労者・市民交 流センター
	14:00～ 19:30 (行灯祭は 17:00から、 秋の夜長音楽 コンサートは 17:30から)	楠歴史民俗資料館 「秋の夜間特別開 館2024」	楠歴史民俗資 料館	内江戸時代の建物が行灯で照らし出され、風情あ るひとときを演出します。いつもと違う同館で、 昔の遊び道具体験やコンサートを開催します	楠歴史民俗資 料館
9月29日(日)	①9:30 ～12:00 ②13:30 ～16:00	あきまつり	こども子育て 交流プラザ	対18歳まで（未就学児は保護者同伴。①は未就学 児向け、②は小学生以上向け）内ミニゲームや縁 日を楽しみます 定各200人（当日、先着順） 持景品を入れる袋 他詳しくは、同所ホームペ ージまたは「こここ通信」をご覧ください	こども子育て 交流プラザ
	10:00 ～ 15:00	森のオープンデー	少年自然の家	内自然の家を1日開放します。いろんなプログラ ムを体験して自然を満喫しましょう 料無料（一部有料あり） 持スリッパ	少年自然の家
	①10:00 ～11:00 ②11:00 ～12:00	キャリア相談会～ 転職・就職相談・ 社内での仕事相 談・お悩み相談～	勤労者・市民 交流センター 本館2階 研 修室、研修会 議室	内転職、就職にまつわる相談。書類の添削、面接 対策など 師キャリアコンサルタント 本村真由 美さん、加藤仁美さん 定各2人（先着順） 持見てほしい書類、受けたい企業があれば求人票 申9月9日以降に、電話で、同センターへ	勤労者・市民交 流センター






イベント・講座 カレンダー



◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	
9月29日(日)	11:00 ～ 15:00	第85回交流館 フォークジャンボ リー	すわ公園交流 館	内地元で音楽活動をしている人たちが、ウッド デッキをステージにオリジナルやカバーの曲を 発表します 他雨天の場合、1階ホール	すわ公園交流 館
	13:30 ～ 15:00	人権講座 「ネパール」	本町プラザ2 階 第一会議 室	内市内の英語教室で一年間のインターンシップ をしているネパール人のサリータ・バディさん が、ネパールの階級制度や文化などを英語で紹 介します。逐次通訳あり 定40人(先着順) 申事前に、Eメールかファクス、電話で、同セ ンターへ	国際交流セン ター (☎353-9955 FAX355-5931 ✉yic@yokkai chi-shinko.co m)
10月1日・8日・ 15日・22日 (いずれも火曜日) [予備日 11月5日(火)]	18:00 ～ 20:00	2024学童野球教 室	霞ヶ浦第3野 球場	対市内に在住、または通学する小学生(初心者 も可) 定30人(応募多数の場合は抽選。当選 者は9月18日にスポーツ協会ホームページで 発表) 持あればバットやグローブ 申8月30日～9月13日に、申込書を、Eメール かファクスで、または直接、スポーツ協会へ 他所定の申込書は、中央緑地施設管理事務所か ホームページ(☎https://www.y-sports.jp) から入手可	スポーツ課 ☎四日市市ス ポーツ協会(中 央緑地施設管 理事務所) (☎345-4111 FAX346-7767 ✉taiyou.013 @y-sports.jp)
10月4日(金)～ (月に1回、いず れも金曜日)	13:30 ～ 15:30	粘土の花・樹脂粘 土定期講座	勤労者・市民 交流センター 本館2階 研 修会議室	内樹脂粘土で季節の草花を作ります 師藤田ひとみさん 定15人(先着順) 料7,500円(半年分受講料+材料費) 持A4クリアファイル、速乾性木工用ボンド、は さみ、持ち帰り用の空箱 申9月11日以降に、 電話で、または直接、同センターへ 他基本用具がない人は要購入	勤労者・市民交 流センター
10月5日(土) [雨天の場合 10月12日(土) に延期]	9:00 ～ 17:15 (8:45 受け付け)	みんなで「あさけ」 界隈を歩いてウイ キペディアと世界 地図に残そう!	あさけプラザ 1階 ロビー 集合 	対県内に在住、または通勤・通学する人 師オープンデータ実践会 内①地図班(パソコンでオープンストリートマ ップに書き込みます) ②ウィキペディア班(パ ソコンでウィキペディアに書き込みます) ③ 語り部・見学体験班 定各10人(応募多数の場 合は抽選) 持動きやすく汚れてもよい服装、飲 み物、昼食、①②はパソコン 申9月20日まで に、専用フォームから 他小雨決行。延期の場 合、当日8:00～8:15に電話で連絡。三重 県生涯学習センター助成事業	あさけプラザ
10月6日(日)	8:00 ～ 10:00	よっかいち海ごみ ゼロ大作戦!! 2024 	吉崎海岸 	内ごみ拾いをして海をきれいにします 持動きやすい服装、軍手、飲み物 申9月30日までに、住所、名前(ふりがな)、年 齢、電話番号、メールアドレスを、専用フォー ムかEメール、ファクス、郵送で、または直接、 〒510-8601 生活環境課(市役所5階)へ。当 日受け付け可 他参加者には、オリジナルデ ザインのマスク、子ども用ゴム手袋、ごみ袋を 配布。雨天決行。こにゅうどうくんとパッカー 車が来ます。小学生以下は保護者同伴	生活環境課 (☎354-8192 FAX354-4412 ✉seikatsuka nkyou@city.y okkaichi.mi e.jp)
	9:30 ～ 11:30	ドライフラワー講 座	勤労者・市民 交流センター 本館1階 会 議室	内ドライフラワーのハーブリース作り 師なかしまえりこさん 定8人(先着順) 料2,200円 持持ち帰り用空箱、はさみ、ピン セット、速乾性木工用接着剤 申9月4日以降に、電話で、同センターへ	勤労者・市民交 流センター
10月9日(水)	10:30 ～ 11:15	キッズのはつらつ エクササイズ	あさけプラザ 体育館 	対市内か三重郡に在住する2～4歳の幼児と保 護者(1組2人) 内かけっこやバランス運動な ど 師スポーツインストラクター 藤原ルミさ ん 定20組(先着順) 持動きやすい服装、上 靴、バスタオル1枚、フェイスタオル2枚、飲 み物 申10月7日までに、専用フォームから	あさけプラザ

◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月9日・23日、 11月13日・27日 (いずれも水曜日) 全4回	9:30 } 11:30 楽しい水彩画教室	あさけプラザ 3階 美術室 	対 市内か三重郡に在住、または通勤・通学する人 師 日展会友・光風会会員 粕谷邦男さん 定 20人 (応募多数の場合は抽選) 料 2,000円 持 水彩用具、鉛筆 (2Bか4B)、スケッチブック (F8かF10) 申 9月25日(必着)までに、専用フォームから、または往復はがきで、講座名、住所、名前・年齢、電話番号を、同プラザへ	あさけプラザ
10月10日(木)~ (月2回、いずれも木曜日)	午前の部 10:30~ 12:00 午後の部 13:00~ 14:30 手編み定期講座	勤労者・市民 交流センター 本館1階 会議室	内 それぞれのペースで、1作品を楽しく丁寧に編み上げます。初心者可 定 各5人 (先着順) 料 2,000円/月 持 棒針、はさみ、筆記用具、材料 申 9月13日以降に、電話で、または直接、同センターへ 他 材料は各自で準備してください (相談可)。見学希望は同センターへ	勤労者・市民交流センター
10月10日~ 11月14日の 毎週木曜日 (全6回)	19:00 } 20:30 手話啓発講座	総合会館7階 第3研修室 	対 市内に在住、または通勤・通学し、手話を初めて習う中学生以上 内 聴覚障害への理解を深め、手話に触れてみませんか 定 15人程度 (応募多数の場合は抽選) 申 9月9日(必着)までに、講座名、名前 (ふりがな)、住所、年齢、電話番号を、専用フォームかEメール、ファクス、電話で、または直接、障害福祉課 (市役所3階) へ	障害福祉課 (☎354-8527 FAX354-3016 ✉syougai-fukushi@city.yokkaichi.mie.jp)
10月11日(金)	9:00 } 17:00 危険物取扱者試験 にかかる予備講習会	消防本部2階 防災センター 	対 危険物取扱者試験 (乙種第4類) を受ける人 持 筆記用具、テキスト、申込用紙 申 所定の申込用紙を、当日、直接同センターへ 他 申込用紙は消防本部予防保安課または各消防署・分署で配布するほか、消防本部ホームページから入手可	消防本部予防保安課 (☎356-2009 FAX356-2041)
10月12日(土)	13:00 } 15:15 映画上映会 「彼らが本気で編むときは、」	あさけプラザ ホール	内 LGBTなどの多様な性のあり方を理解し、認め合える環境づくりを推進するため、映画上映会を開催します 定 200人程度 (先着順) 申 9月3日以降に、市民生活課 (市役所5階)、または、あさけプラザで整理券を配布	市民生活課 (☎354-8146 FAX354-8316 ✉shiminseika@city.yokkaichi.mie.jp ☎1720423316995)
10月16日・ 23日・30日 (いずれも水曜日、 全3回)	10:00 } 12:00 音訳体験講座	市立図書館3 階 会議室 	対 15歳以上 内 音訳のノウハウを学びながら自分の声で文章を読んでみましょう 定 10人 (応募多数の場合は抽選) 申 9月26日(必着)までに、講座名、住所、名前 (ふりがな)、年齢、電話番号を、専用フォームかEメール、ファクス、はがきで、または直接、市立図書館「音訳体験講座」係へ 他 子どもの同伴は不可	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 ✉tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp)
10月17日(木)	9:30 } 11:00 プリザーブドフラワー講座	勤労者・市民 交流センター 本館1階 会議室	内 ハロウィンアレンジ 師 国際フラワーアレンジメント協会 川口久美さん 定 10人 (先着順) 料 2,200円 持 持ち帰り用袋、ウェットティッシュ、木工用接着剤、ピンセット、はさみ 申 9月5日以降に、電話で、同センターへ	勤労者・市民交流センター
	10:00 } 13:00 地産地消料理教室 ~三重の新米~	あさけプラザ 2階 料理室 	対 市内か三重郡に在住、または通勤・通学する人 師 豆腐料理教室Hapi Aina主宰・食育豆腐インストラクター 松山千奈美さん、季節ごはん教室niwacoya主宰・管理栄養士 柵山咲子さん 定 24人 (応募多数の場合は抽選) 料 2,000円 持 エプロン、ふきん数枚 (食器拭き用、台拭き用)、筆記用具 申 10月3日(必着)までに、専用フォームから、または往復はがきで、講座名、住所、名前・年齢、電話番号を、同プラザへ 他 託児あり [無料。希望する場合は子どもの名前 (ふりがな) と月齢を記入]	あさけプラザ

暮らしの情報

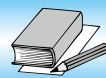
イベント・講座

募集





その他

保健だより

イベント・講座 カレンダー



◇費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月19日(土)	10:00 ～ 12:00	自然とあそび！～ 秋～	少年自然の家	対 4歳以上の未就学児と保護者 内 自然の物を使った遊び、「どんぐりクリップ」作り 師 三重県環境学習情報センター職員 定 30人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) 料 300円/人 申 9月19日までに、必要事項を、同所ホームページ「お問い合わせフォーム」から	少年自然の家
	9:30 ～ 14:30 (9:00 受け付け)	家庭の日応援プロジェクト10月～アウトドアクッキング～		対 4歳以上の子どもを含む家族 内 メニュー：カボチャグラタン、たき火パン、栗まんじゅう 定 11組(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) 料 4,000円/組 申 9月20日までに、必要事項を、同所ホームページ「お問い合わせフォーム」から 他 材料は1セット4人分	
10月20日(日)	午前の部 10:00～ 13:15 午後の部 14:30～ 17:45	第1回婚活イベント～四日市JAZZフェスティバルコラボ音フェスコン～	カフェ ^{ヌフ} café neuf (諏訪栄町) 	対 市内に在住、または通勤する、イベント当日に20～39歳の独身男女(午前の部20～39歳、午後の部30～39歳) 定 各部男女各10人(応募多数の場合は抽選) 料 1,000円 申 事前に専用フォームから 他 参加者を対象にした事前ガイダンスあり	こども未来課 問 四日市マリッジサポート事務局[㈱デルタスタジオ内] ☎355-1320 FAX355-13211
	14:00 から (13:30 開場)	市民公開健康講演会「大丈夫だよ、がんばろう」 	文化会館第2ホール	師 お笑いタレント 山田邦子さん 定 500人(応募多数の場合抽選。当選した代表者へ10月7日までに入場整理券を発送) 申 9月20日(必着)までに、代表者の郵便番号・住所・名前(ふりがな)・電話番号、参加者全員(2人まで)の名前を、Eメールか郵送で、〒510-0087 西新地14-20 四日市医師会へ 他 申し込みは1人1回限り。車いす・手話通訳・要約筆記が必要な場合は応募時にご記入ください。当選結果の問い合わせにはお答えしかねます	保健企画課 問 四日市医師会事務局 (☎352-9117 ✉koho@yokaichi-med.com)
10月23日(水) [予備日 10月25日(金)]	9:50 開会式 (9:00 受け付け)	第9回四日市市民グラウンド・ゴルフ大会	中央フットボール場 Aフィールド	対 市内に在住、または通勤・通学する人 ■種目 ブロック別個人戦2ラウンド(16ホール)、3ラウンド目に交流ゲームを開催 料 300円/人(当日支払い) 申 9月9日～9月27日に、所定の申込書を、ファクスで、または直接、スポーツ協会へ 他 申込書は、ホームページ(HP https://www.y-sports.jp)から入手可	スポーツ課 問 スポーツ協会(中央緑地施設管理事務所) ☎345-4111 FAX346-7767)
10月31日、 11月7日・21日、 12月5・19日 (いずれも木曜日) 全5回	10:00 ～ 11:00	美bodyメイクエクスサイズ	あさけプラザ 体育館 	対 市内か三重郡に在住、または通勤・通学する人 師 フィットネスインストラクター 油田直美さん 定 20人(応募多数の場合は抽選) 料 2,000円 持 動きやすい服装、上靴、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物 申 10月17日(必着)までに、専用フォームから、または往復はがきで、講座名、住所、名前、年齢、電話番号を、同プラザへ	あさけプラザ
11月30日(土)	17:30 開演 (17:00 開場)	財津和夫コンサート 2024 with 姫野達也～忘れられない歌を～	文化会館第1ホール 	内 チューリップ50周年ツアーの勢いそのままに、財津和夫が姫野達也をゲストに迎え、ソロコンサートを開催 料 8,500円(全席指定) 申 チケットは同館ホームページか電話で、または直接、同館へ	文化会館

暮らしの情報
イベント・講座

募集

その他

保健だより

デジタルウーマン四日市 2024 (女性デジタル人材育成事業)

男女共同参画課

問 株Eプレゼンスデジタルウーマン
四日市係 (☎336-4002)
HP <https://dw-yokkaichi.com>

対 市内に在住、または通勤し、デジタルスキルを身に付けて起業、就業、フリーランスなどで収入を得たい女性

他 申し込みなど詳しくは、市ホームページまたは「デジタルウーマン四日市2024」ホームページへ

◆事前説明会・ミニセミナー

時 9月13日(金) 18:30~20:30
(18:15受け付け)

所 本町プラザ1階 ホール

師 株Eプレゼンス 川北睦子さん

定 30人程度

申 9月11日まで

◆デジタルウーマン四日市2024

時 10月19日、11月9日、12月7日、
令和7年1月18日、2月8日(いずれも土曜日)、2月21日(金)

所 本町プラザ2階 第1会議室、1階 ホール

内 デジタルスキルで仕事をするための知識を学ぶ基礎編と、自ら学び専門性を高めていく実践編。最終日は企業とのマッチングイベントを実施

師 株Eプレゼンス 川北睦子さんほか

定 15人程度(応募多数の場合は書類選考)

申 9月30日まで 他 託児あり

魅力再発見!

富田・富洲原文化財巡り

文化課 (☎354-8238 FAX354-4873)
✉ bunka@city.yokkaichi.mie.jp

富田・富洲原地区にある文化財を解説付きで巡ります。

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

時 10月19日(土) 9:00~12:45
(8:30受け付け)

	所	内
A コース	富洲原地区市民センター集合	富洲原地区(約5km)
B コース	富田地区市民センター集合	富田地区(約3km)

※いずれも富田地区市民センター解散

定 各20人程度(応募多数の場合は抽選)

持 ウォーキングに適した服装、履き慣れた靴、帽子、飲み物など

申 9月27日(必着)までに、希望するコース、住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号を、専用フォームか、Eメール、ファクスで、文化課へ



他 駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください

ウーマン起業塾 よっかいち2024(女性起業家 育成支援事業)を開催します

商業労政課 (☎354-8175 FAX354-8307)
HP 1649808170767

問 株Eプレゼンスウーマン起業塾係
(☎336-4002)

HP <https://yokkaichi-woman.net>

地域経済の活性化を目指すため市内で活躍する新たな担い手を創出し、女性の感性や独創的な発想を持って起業を志す女性をサポートします。

他 詳しくは、市ホームページまたは、「ウーマン起業塾よっかいち2024」ホームページへ

◆事前説明会・講演会

対 受講を検討している女性

時 9月3日(火) 18:30~20:30
(18:15受け付け)

所 じばさん大研修室

内 講演「自分に合ったサイズの起業の探し方」

師 三重県女性起業家コミュニティ【wiz:】一尾香さん

定 15人(先着順)

申 事前に、「ウーマン起業塾よっかいち2024」ホームページから

◆起業支援講座

対 市内に在住、または市内での起業を考えている女性

時 9月20・27日、10月11・18・25日

日、11月8・22・29日(いずれも金曜日) 18:30~20:30

所 じばさん

内 自分の特性や強みを生かしたビジネスプランを考える起業支援講座

定 15人程度(応募多数の場合は抽選。市内在住の人を優先)

料 5,000円 申 9月12日まで

◆ジャンプアップ講座

対 市内で起業を考えている女性、すでに起業している女性

時 12月13・20日、令和7年1月17・24・31日、2月14日(いずれも金曜日) 18:30~20:30

所 じばさん

内 地域で一番を意識したビジネスプランにブラッシュアップします

定 20人程度(応募多数の場合は抽選。市内在住の人を優先)

料 5,000円

申 11月1日から受け付け開始予定

令和6年度第1回 リカレント教育セミナー

商業労政課

問 リカレント教育プラットフォームみえ運営事務局[三重大学学務部教務チーム・株Will Staff](☎059-231-9982・9969)
HP <https://conso-mie.jp/recurrent/>

対 企業経営者・従業員、自治体職員、テーマに興味がある人

時 9月6日(金) 14:00~16:00
(13:30受け付け)

所 じばさん6階 ホール

内 社会人の学び直しであるリカレント教育を知るセミナーを開催します

■基調講演

師 鈴鹿工業高等専門学校校長 藤本慎司さん

■教育機関活動紹介

四日市大学・四日市看護医療大学・ユマニテク短期大学

定 100人(先着順)

申 9月2日までに、専用フォームから



他 詳しくは、リカレント教育プラットフォームみえホームページへ

広報ページID検索 🔍

本文中に記載された **HPID**(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

キエーロやコンポストを使い始めた人向けフォローアップ講座

生活環境課 ☎354-8192 FAX354-4412
HPID1711593249451

生ごみ処理について、困ったこと・気になることの相談や処理機を十分に活用するための講座を開催します。
対市内在住で、キエーロやコンポストを所持している人

時	所
9月8日(日) 10:00~11:30	なやプラザ会議室1
10月22日(火) 14:00~15:30	農業センター第1・2会議室

師 (一社)ネクストステップ研究会
定各30人(先着順)
申開催日の4日前までに、専用フォームか生ごみ減量相談窓口公式LINE @329gchjrから



訪問看護基礎研修受講生募集

保健企画課 ☎354-8281 FAX351-3304
HPID1721351366619

対訪問看護分野での就労を考えている看護師有資格者、経験年数3年以内の訪問看護師 定30人(先着順)
申10月31日(必着)までに、申込書をファクスか郵送で、〒510-8601 保健企画課へ。申込書は同課(総合会館4階)で配布するほか、市ホームページからも入手可

座学(オンデマンド配信)

時	内
9月17日(火) ~ 12月20日(金)	訪問看護概論 師四日市医師会訪問看護ステーション 川島典子さん
	訪問看護に関する制度 師みんなのかけつけ訪問看護ステーション四日市 松下容子さん
	ケアマネジメントと多職種連携 師四日市看護医療大学 中村いお美さん
	在宅で多い医療的ケア 師みんなのかけつけ訪問看護ステーション四日市 碓田弓さん

9月17日(火) ~ 12月20日(金)	自立に向けた援助 師四日市羽津医療センター附属訪問看護ステーション 東川亜依子さん
	在宅療養でのリスク管理 師訪問看護リハビリステーションあすか 森あゆみさん
	対象別訪問看護論①小児 師ナーシングホームもも四日市 筒井みどりさん
	対象別訪問看護論②精神 師心の訪問看護ステーションひなが 島本美保子さん

見学実習

時10月1日(火)~12月27日(金)のいずれか半日
所市内訪問看護ステーション

四日市港いきもの観察会

政策推進課
問四日市港管理組合防災営繕課 ☎366-7003 FAX366-7033
✉kankyo@yokkaichi-port.or.jp

高松干潟で見ることができる、カニ・貝・鳥・魚を探しに行きましょう。

対小・中学生と保護者
時9月14日(土) 10:00~12:00 [小雨決行、荒天の場合9月28日(土)に順延] 所高松干潟
師三重県水産研究所職員
定30人(応募多数の場合は抽選)
申8月28日(消印有効)までに、保護者の住所・電話番号・Eメールアドレス、参加者全員の名前・年齢(学年)を、Eメールかファクス、または郵送で、〒510-0011 霞二丁目1-1 四日市港管理組合防災営繕課「いきもの観察会」係へ

第74回四日市市民芸術文化祭行事

文化課 ☎354-8239 FAX354-4873
問文化協会 ☎/FAX347-1023

◆第59回あさけプラザ秋の文化祭
時9月14日(土) 10:00~16:50、15日(日) 10:00~16:25
所あさけプラザ
内舞台、展示部門による発表、絵手紙・竹あかり制作体験、お茶会、

食品バザーなど
料無料(お茶会、バザーは有料)
他竹あかりは中庭で点灯します

点灯時間
9月13日(金) 18:30~20:30、
14日(土) 10:00~20:30、
15日(日) 10:00~15:30
問松永 ☎090-8079-2241

総合美術展 作品募集

対市内か三重郡に在住、または通勤・通学する高校生以上
時11月15日(金)~17日(日)
所文化会館第1・2・4展示室
内絵画、書、写真、俳画、陶芸、伊勢型紙、銅板工芸、尾張絵、押し花、工芸、イラスト、立体作品など
料1,000円/人(搬入時に納付)
申9月16日~10月11日(必着)に、所定の出品申込書を、Eメールかファクス、郵送で、〒510-0845 海山道町1丁目1532-1 三浜文化会館内 (一社)四日市市文化協会「総合美術展係」へ
他詳しくは文化課(市役所9階)、文化協会にある要項にて
問榮田 ☎090-4119-4307



第10回あすなろう鉄道・乗って歩いて再発見

日永地区市民センター
☎345-3197 FAX349-0043

時10月20日(日) 9:00~12:00
所日永駅集合・解散 内西日野・追分・泊の各駅周辺を散策します
師(特非)四日市の交通と街づくりを考える会 定25人(先着順。小学生以下は保護者同伴)
料大人550円、子ども280円(1dayフリーきっぷ代) 持飲み物、帽子、タオル、歩きやすい服装
申10月11日までに、参加人数、イラスト入り1dayフリーきっぷの希望の有無を、専用フォームか電話で、または直接、日永地区市民センターへ
他雨天決行、荒天中止



健康づくり教室

三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）

【☎349-3311 FAX348-0017（月曜日休館、祝日の場合はその翌日）】

所ヘルスプラザ **定**下表参照（応募多数の場合は抽選）

申9月20日（必着）までに、住所、名前（ふりがな）、年齢、電話番号、教室名・コース名（いきいきライフ教室は教室名・コース名・希望日時）、今までにかかった病気および治療中の病気・心臓病・不整脈・運動制限の有無（ある場合は、病名と発症した時期、主治医の許可の有無）、内服薬の有無（ある場合は、薬名）、体の関節の痛みの有無（ある場合は、部位）を、ファクスかはがき、電話で、〒510-0851 塩浜町1-11 ヘルスプラザへ

他主治医が運動不可と判断した場合は、参加できません。

6～12月で、同じコースに複数回の申し込みはできません（異なるコースには申し込みできます）。令和7年1月以降は2回目の応募ができますが、応募多数の場合は初回の方を優先します

	脳力リフレッシュ教室	シニア・ここカラ教室
内	認知症予防に効果的な運動をします	関節への負担が少なく、介護予防に効果的な運動をします
対	おおむね65歳以上の人	おおむね65歳以上で、肩・膝・腰の痛み、骨粗しょう症などでお悩みの人
時	<陸上運動コース> 10月4～25日の金曜日 全4回 9：45～10：45	<水中運動コース> 10月3～24日の木曜日 全4回 9：45～10：45
定	20人	20人
持	運動できる服装、運動靴（上靴）	水着、水泳帽

	転ばぬ先の健康教室	足腰パワーアップ教室
内	屋外で介護予防に効果的な運動をします	関節への負担が少ない水中運動を中心にします。ちょっと頑張る人向けです。1回目は陸上運動、2回以降は水中運動です
対	おおむね65歳以上の体力低下を感じている人、および「要支援」と認定された人、または、市の総合事業における基本チェックリストの該当者と介助者	18歳以上で、肩・腰・膝などの痛み、骨粗しょう症などでお悩みの人
時	<グラウンドコース> 10月1・8・22・29日 (いずれも火曜日) 全4回 13：30～14：30	<筋力運動コース> 10月2～23日の水曜日 全4回 13：30～14：30
定	20人	20人
持	運動できる服装、運動靴、(雨天時は上靴)	運動できる服装、運動靴（上靴）水着、水泳帽

	いきいきライフ教室	
内	障害のある人と介助者が一緒に運動をします	
対	18歳以上で、身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳のいずれかの所持者と介助者 ※手帳所持者以外でも、運動機能の低下により、立つ・歩くなどの日常生活動作に介助が必要な人は参加できる場合もあります。詳しくは、お問い合わせください	
時	この教室は、今年度内で、各コース合わせて4回まで申し込みできます（1回だけの申し込みもできます） ご希望の日時を下記の開催日から選択し、申し込み時にお知らせください	
	<水中運動コース> 10月16日(水) 10：00～11：00 10月31日(木) 13：30～14：30	<トレーニングジムコース> 10月23日(水) 10：00～11：00
定	各日3組	
持	水着、水泳帽	運動できる服装、運動靴（上靴）

三二情報

◆第59回明治大学法律相談部夏期移動法律相談（予約優先）

時9月6日(金)・7日(土) 10：30～15：00
所じばさん5階 **持**相談内容に関する契約書、登記簿謄本などの資料

申事前に、ホームページから(<https://meiji-lawclub.jp/soudan/summer>)

◆からだ整えヨガ・初級エアロ

時9月6日(金) 19：10から **所**あさけプラザ 体育館 **持**ヨガマット **申**ウェルネス伊藤【☎090-8959-9856（9：00～21：00）】へ

◆「ほめ日記」開発者手塚千砂子氏の講座

時9月7日(土) 10：30～12：00
所あさけプラザ第4・5会議室 **料**1,000円【託児500円/人（1週間前までに要申し込み）】
問セパ三重【☎090-1831-1714】

◆第8回四日市徹夜踊りの祭典 よんてつ

時9月7日(土) 10：00～8日(日) 15：00
所四日市ドーム **問**事務局【☎331-5333】

◆第8回よんてつロゲイニング大会

対高校生以上を含む2～5人までのグループ
時9月7日(土) 14：30～18：00（15：00からスタート）**所**四日市ドーム **定**100チーム
持デジタルカメラ（スマートフォンでも可）、携帯電話、筆記用具、飲み物
申当日の14：30までに、専用フォームから **問**大西【☎331-5333】

◆四日市歩こう会（雨天中止）

料300円（交通費自己負担）**持**弁当、飲み物、雨具 **問**同会 鈴木【☎090-6072-3486】
他中止案内は同会ホームページ「四日市歩こう会&点奴」をご覧ください

①**時****所**9月8日(日) 8：40あすなろう鉄道西日野駅集合、13：00ごろ同駅解散

■主な行き先 四郷郷土資料館、レンガ橋、夏の広場、秋の小径、吉田神社、南部丘陵公園(8.7km)

②**時****所**9月22日(祝) 8：50三岐丹生川駅集合 13：10ごろ楚原駅解散

■主な行き先 貨物鉄道博物館、片樋のマンボ、めがね橋、ねじり橋、いなべ公園(8.7km)

◆合気道・護身術・体験稽古会

対中学生以上 **時**9月9日(月)・16日(祝) 19：10～21：00 **所**朝明中学校武道場
申合気道・心身ストレッチ道場 有松【☎365-9753】
問ok_arimatsu@yahoo.co.jp

◆絵本のひろばとランチ

対未就学児と保護者 **時**9月10日(火) 10：30～13：00（10：00受け付け）**所**四日市子どもまんなかステーション **定**8人（先着順）**料**1,000円（ランチ代込み。子どもランチ100円）**申**事前に同所【☎351-6670】へ

◆不動産開業セミナー開催

対宅建業に興味がある人、宅建業の開業を目指している人 **時**9月11日(水) 13：30～15：30
所三重県不動産会館3階 大会議室（津市）
定20人 **申**9月4日までに、(公社)三重県宅建物取引業協会事務局【☎059-227-5018】へ

◆ひまわりあんしん事業・電話相談

(弁護士による電話相談)
対65歳以上の人と親族 **時**9月13・27日（いずれも金曜日） 10：00～12：00
■相談専用 ☎059-228-3167
問三重弁護士会事務局【☎059-228-2232】

◆子ども食堂四つ葉SK

時9月14日(土) 11：00～14：00
所公益社レンタルスペースサイン（鶉の森1丁目）**料**大人500円、学生無料
申9月4日までに、「子ども食堂四つ葉SK」(Instagram [@kodomoshokudou.yotsuba_sk](https://www.instagram.com/kodomoshokudou.yotsuba_sk)) から **他**アレルギー対応不可

高い情報

募集

その他

保健たより

「こころの健康講座」
参加者募集

保健予防課(☎352-0596 FAX351-3304)

こころの病について理解を深め、自分自身の心と上手に付き合う方法を学ぶとともに、当事者と交流します。

対市内に在住、通勤・通学する人

時9月19日(木)

午前の部(講義) 9:45~12:00

午後の部(交流会) 13:30~15:30

所勤労者・市民交流センター東館3階

大会議室 師精神科医師、公認心理師、家族会、作業所の皆さん ほか

定90人(応募多数の場合は抽選。初めて受講する人を優先。)

落選者にのみ通知)

申9月11日までに、住所、

名前、電話番号を、専用フォームかファクス、電話で、保健予防課へ

他午前のみ、午後のみ参加も可



四日市市福祉教育大学
四社協福祉ゼミナル受講生募集

福祉総務課

問四日市市社会福祉協議会地域福祉課
(☎354-8144 FAX354-6486)

✉lyonsya-zemi@m3.city-net.ne.jp)

時所	内
9月17日(火) 14:00から じばさん	開校式「ボランティアをすすめていこう!」
10月15日(火) 14:00から 文化会館	地区社会福祉協議会の役割を考えよう!
11月26日(火) 14:00から 文化会館	合言葉は「いつもしも」地域の連携を福祉力・防災力の視点から考えよう!
12月17日(火) 14:00から 文化会館	ふだんの活動にちよい足し♪でサロン活動をより楽しもう!
令和7年 1月21日(火) 14:00から じばさん	福市民のつどい「福市民のすすめ」

師ふくしと教育の実践研究所SOLA
新崎国広さん ほか

定50人(先着順)

申9月13日までに、住所、名前、電話番号、志望動機を、Eメールかファクス、または電話で、四日市市社会福祉協議会地域福祉課へ

四日市ドーム教室

四日市ドーム(☎330-3131 FAX330-3133)

HPhttps://www.yokkaichidome.com/)

所四日市ドーム

申9月20日(必着)

(1)インターネット 四日市ドームホームページ「教室のご案内」

フォーム内にある「インターネットでのお申込み」から

(2)受講申込書(チラシ) 必要事項を記入し、直接、同所へ

他●応募多数の場合は抽選(落選者にのみ通知)※当落の日は締め切りから、7日を経過した日とします。締め切り後でも、定員に空きがある場合は、各教室開催初回日の前日から起算して10日前までに事務所でのお申込み可。空き状況は同所にご確認ください。キャンセルは各教室開催初回日の前日から起算して3日前まで。それ以降は、受講料を全額納入していただきます ●教室日程は変更となる場合があります。詳しくは、同所ホームページをご確認ください ●複数教室のお申し込みも可能ですが、文化教室の初級コース・中級コースは、重複して申し込みできません ●受講料は当該教室開催初回日に支払い ●体験での受講は1講座1回のみで、受講料は各講座1回当たりの料金。体験受講から継続受講する場合は1期分の受講料が必要 ●スポーツ教室・テニス教室は保険に加入しています ●一般:年齢は18歳以上とします ●対象:①一般(18歳以上)、②1歳半~3歳の1人で歩ける子どもと保護者、③5歳~12歳、④5歳~小学3年生、⑤小学3年生以上、⑥12歳以上(小学生を除く)、⑦15歳以上(中学生を除く)、⑧18歳以上(高校生を除く)、⑨小学生、⑩小学生以上、⑪中学生以上、⑫高校生以上(15歳以上)



スポーツ教室

教室名	対	時	定	料
フィットフラ教室 師 館みゆきさん	①	火 10/15~12/24 全11回	30人	6,600円
ザスロー®リンパドレナージュ教室(※1) 師 東由紀江さん	⑦	火 10/15~12/24 全11回	30人	6,600円
リフレッシュストレッチ教室 師 田畑豊子さん	①	火 10/22~12/24 全10回	30人	6,000円
リズムトレーニング教室 師 吉良裕代さん	④	火 10/15~12/24 全11回	15人	6,600円
ステップ(初級)かんたんステップ運動教室 師 館みゆきさん	①	火 10/15~12/24 全11回	16人	6,600円
ZUMBA①・②教室 ①火曜日コース ②金曜日コース 師 辻友寛さん	⑦	金 10/18~12/27 全10回	35人	6,600円
辻友寛のENJOYランニング教室 師 辻友寛さん	⑦	水 10/16~12/25 全11回	20人	12,100円
親子で遊びフィット☆教室 師 小林百恵さん	②	水 10/16~12/18 全8回 (10/30、11/27を除く)	15組	6,400円 (2人目以降、300円/回)
脂肪燃焼エアロ教室 師 辻友寛さん	⑦	水 10/16~12/25 全11回	30人	6,600円
ゆがみ調整セルフケア教室 師 奥真由子さん	⑥	水 10/16~12/25 全11回	30人	6,600円
動きケア体操®教室 師 奥真由子さん	⑥	水 10/16~12/25 全11回	30人	6,600円
リフレッシュヨガ教室 師 西久保由美子さん	①	水 10/16~12/25 全11回	35人	6,600円
棒びくす®教室(※2) 師 川村かおりさん	①	木 10/17~12/26 全11回	15人	6,600円

(※1)妊娠中の人はご遠慮ください。膝や腰に関節炎があり動きに制限がある人、腰痛をお持ちの人は、必ず医師の診断を受けてからご参加ください

(※2)棒びくすの「棒」は講師が用意しますが、1本2,650円で購入も可(希望者は講師にご相談ください)

肩こり・腰痛・猫背改善ストレッチ教室 師 水谷綾さん	⑧	木 10/17~12/26 全11回	35人	6,600円
筋力UPトレーニング&ストレッチ教室 師 水谷綾さん	⑦	木 10/17~12/26 全11回	35人	6,600円
ストレッチ&エアロ教室 師 水谷綾さん	⑦	木 10/17~12/26 全11回	30人	6,600円
やさしいピラティス教室 師 館みゆきさん	①	木 10/17~12/26 全11回	30人	6,600円
スロー・ステップエクササイズ教室 師 館みゆきさん	①	木 10/17~12/26 全11回	16人	6,600円
イキイキ体操&ストレッチ教室 師 館みゆきさん	①	木 10/17~12/26 全11回	30人	6,600円
SALSATION®(サルセッション)教室 師 森尾祐子さん	⑩	木 10/17~12/26 全11回	35人	6,600円

費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です。

教室名	対	時	定	料
体幹トレーニング&バレトン教室 師 中西真保子さん	①	10/18~12/27 全10回 (12/6を除く)	13:00~13:50	30人 6,000円
ボディメイクヨガ教室 師 西久保由美子さん	①		14:15~15:15	35人 6,000円
The Stretching(ザ・ストレッチ)教室 師 水谷綾さん	⑧		15:30~16:20	30人 6,000円
美姿勢ストレッチ教室 師 東由紀江さん	⑥	10/19~12/28 全8回 (11/23、12/7・14を除く)	9:30~10:30	30人 4,800円
Balletone® (バレトン) 教室 師 東由紀江さん	⑥		10:45~11:45	30人 4,800円
バランスボールエクササイズ教室(※3) 師 横石亜紀さん	①		12:30~13:30	30人 4,800円

(※3) バランスボールは各自でお持ちください[500円/回でレンタル可。10人まで(希望多数の場合は抽選)。希望者は申し込み時に「レンタル希望」とご記入ください]
 (参考) ●レッスン使用ボール…ギムニク社、サンフト社
 ●サイズ…身長150cm以下:45cmサイズ、150~170cm:55cmサイズ、165cm~185cm:65cmサイズ

はじめてのキッズダンス教室 師 立松佑樹さん	⑨	10/19~12/28 全8回 (11/23、12/7・14を除く)	14:00~15:00	30人 4,800円
ヒップホップダンス教室 師 立松佑樹さん	⑤		15:30~16:30	30人 4,800円
辻友寛のボディメイクエクササイズ 師 辻友寛さん	⑦		18:00~18:50	30人 4,800円
ストロングネーション®教室 師 辻友寛さん	⑦		19:00~20:00	30人 4,800円

テニス教室

教室名	対	時	定	料
キッズテニス教室 師 四日市テニス協会派遣講師	③	10/16~12/18 全7回 (10/23・30、11/27を除く)	18:20~19:20	30人 7,000円
エンジョイテニス教室(初級コース)(※4) 師 四日市テニス協会派遣講師	⑪		19:00~20:15	24人 11,200円
エンジョイテニス教室(中級コース)(※4) 師 四日市テニス協会派遣講師	⑪		19:30~20:45	30人 11,200円


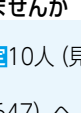

(※4) 初心者コース・中級コースはレッスン終了後、ボール、ネットの撤去作業があります。中級コースはテニス経験者が対象となります

文化教室

はじめての韓国語教室 師 崔美賢さん	⑧	火	10/15~2/18 全15回 (11/5、12/24・31、2/11を除く)	13:30~15:00	15	16,500円
書道にチャレンジ! 教室 師 花井高峰さん	⑧	火	10/22~3/11 全15回 (11/12、12/24・31、1/21、2/4・25を除く)	13:00~14:30	15	16,500円
季節を感じながら俳句教室 師 伊藤暢子さん	⑧	水	10/16~3/26 全15回 (11/6、12/4・25、1/1・8・22、2/5、3/5・19を除く)	13:00~14:30	10	16,500円
韓国語(初級)教室 師 崔美賢さん	⑫	木	10/17~2/20 全15回 (10/31、11/28、12/26、1/2を除く)	13:00~14:15	15	16,500円
韓国語(中級)教室 師 崔美賢さん	⑫	木		14:30~15:45	15	16,500円
触れてみよう! 津軽三味線(初級)教室(※5) 師 松永兼治さん	⑤	金	10/18~12/27 全6回 (10/25、11/8・22、12/6・20を除く)	18:00~19:00	20	6,600円
触れてみよう! 津軽三味線(中級)教室(※5) 師 松永兼治さん	⑤	金		19:30~20:45	20	9,600円
はじめての中国語教室 師 じゃあじゃあさん	⑪	土	10/19~3/15 全15回 (11/2・23、12/7・14・28、1/4、3/8を除く)	9:30~10:30	10	16,500円
中国語会話教室 師 じゃあじゃあさん	⑪	土		10:50~11:50	10	16,500円
英会話(初級)教室 師 藤田いずみさん	⑪	土	10/19~3/15 全15回 (11/23、12/7・14・28、1/4・11、3/8を除く)	13:00~14:15	15	16,500円
英会話(中級)教室 師 藤田いずみさん	⑪	土		14:30~15:45	15	16,500円

(※5) 三味線のレンタルを希望する人は、申し込み時に「レンタル希望」とご記入ください(初級・中級での三味線のレンタル料は500円/回。台数はいずれも5丁までとなります)
 ※中級クラスは、初級クラスをすでに受講した人が対象です

三二情報

- ◆市民公開live「くすの町de秋日和live」
時 9月14日(土) 14:00~15:15 所 楠地区市民センター3階 会議室304 定 50人(先着順)
問 男の囲炉裏端の会 志田(☎/FAX346-2903)
- ◆宇宙をテーマにしたワクワク体験
時 9月15日(日) 10:00~15:00 所 三重県環境学習情報センター(桜町) 定 30人 料 1,000円/組(3人以内) 持 昼食、飲み物、筆記用具
申 9月8日17:00までに、遊パークすいざわ 田んぼの楽校 前田(☎090-4256-2341)へ
- ◆NPO法人日本cha茶ちゃ「烏龍茶の手作り体験 2024」
時 9月16日(祝) 13:00~15:30 所 茶業振興センター 定 15人(先着順)
料 2,000円 持 手袋、飲み物 申 9月9日まで、同法人ホームページ(PP) <https://www.npo-nipponchachacha.com> から
問 同法人 松本(☎090-1986-5313)
- ◆図書館フォーラム「あったらいいこんな図書館」
時 9月16日(祝) 13:30~15:40 所 文化会館第2ホール 定 500人(先着順) 
申 9月7日までに、専用フォームから
問 ライブラリーフレンズ四日市 
(☎attaratosh2024@gmail.com)
- ◆スポーツウエルネス吹矢を体験しませんか
時 9月20日(金) 13:00~15:00 所 障害者体育センター(西日野町) 定 10人(見学者は制限なし) 持 体育館シューズ
申 事前に、板谷(☎090-3300-8647)へ
- ◆食品ロスの基本と四日市市の取組みを学ぶ
時 9月21日(土) 13:30~15:30 所 四日市商工会議所 定 80人(先着順) 申 ファクスかメールで、☎/FAX355-5115 ☎ssk21ww@yahoo.co.jp)へ 問 (☎090-6411-0046)
- ◆自然農法セミナー「自家採種のすすめ(採種方法)」
時 9月22日(祝) 9:30~11:30 所 文化会館第2会議室 料 500円 問 自然農法ネットワーク 加藤(☎090-4236-5184)
- ◆傾聴ボランティアを養成する講座
時 9月25日、10月2・9・23・30日(いずれも水曜日) 全5回 所 総合会館 定 6人
料 6,000円(資料代含む) 持 大津秀一「傾聴力」(大和書房) 申 9月11日までに、四傾聴(☎4keicho@gmail.com)へ
- ◆ユマニテック短期大学「子育て支援ルーム」オープンします
時 9月25日、10月9日(いずれも水曜日) 10:30~12:00 所 同短期大学 定 10組 申 専用フォームから
問 同短期大学 (☎356-8170) 
- ◆第19回 絵本でリトミック「にじいろでんしゃはっしゅしゃまーす!!」
対 1歳以上の子と親 時 9月27日(金) 10:30~11:10 所 とぎわ文化センター3階ホール 定 15組 料 500円/組 申 事前に、津リトミックセンター(☎059-232-7375 ☎info@tsu-rhythmic.com)へ
- ◆「はじめてのパパ&ママ」のプログラム~プチコパン~
対 第1子が2歳以下の親子 時 9月27日、10月25日、12月6・20日、令和7年1月24日(いずれも金曜日) 10:30~11:30 定 8組
料 4,000円(全5回分) 申 事前に、こどもスペース四日市(☎/FAX321-0883)へ
- ◆文化セミナー「大慧星現る!?-紫金山・アトラス慧星を見よう-」
時 9月28日(土) 14:00~16:00 所 文化会館第2会議室 料 1,000円(学生500円) 問 文化セミナー四日市(☎359-6678)
- ◆映画「東京クルド」上映会
時 10月26日(土) ①10:00 ②13:30 所 あさけプラザホール 定 216人 料 前売1,000円(パンフレット付き1,500円)、当日1,200円 申 四日市良い映画を観る会 村上(☎090-8078-4153)

イベント・講座

募集

その他

保健たより

広報ページID検索 🔍

本文中に記載された HPID(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

訪問看護スキルアップ研修 受講生募集

保健企画課 (HPID1721352377212)
問四日市看護医療大学 (☎340-0703
FAX361-1401 ✉zk@y-nm.ac.jp)

対市内の訪問看護ステーションに勤務する看護師

時9月20日(金) 18:30~20:30

所四日市看護医療大学(萱生町)

内呼吸ケアについて

師訪問看護ステーションいくわ理学療法士 徳力康治さん

定30人(先着順)

申9月18日までに、申込書をEメールかファクスで、四日市看護医療大学へ

他申込書は、同大学で配布するほか、市ホームページからも入手可

「災害と健康」命を守る ~日ごろからの災害への備え~

保健企画課

問四日市医師会(☎352-9117 FAX352-8050)

時9月16日(祝) 10:00~15:00

所近鉄百貨店四日市店11階 近鉄アートホール

内①ミニ講演会(10:30~11:55、13:30~14:55 各10分程度)

テーマ	師
災害時の医療について	四日市医師会
自宅療養と災害への備え ~自宅での災害対策 やっていますか?	三泗地区訪問看護ステーション 連絡協議会
災害時の口腔ケア ~能登半島地震の経験から~	四日市歯科医師会
災害とくすり	四日市薬剤師会
災害とリハビリ~生活不活発を予防する	三重県理学療法士会
災害から命をまもるために	四日市市

- ②健康チェック(骨密度測定、血管測定、脳年齢チェック)
- ③専門家による健康相談コーナー
- ④こにゅうどうくんと一緒に健康体操(13:10~13:20)

他粗品進呈(先着順)

市民スポーツフェスタ

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432
✉sports@city.yokkaichi.mie.jp
HPID1720053850192)

時10月13日(日)

申9月13日までに、専用フォームか、所定の申込書をファクスで、または直接、各地区スポーツ推進委員か、スポーツ課(市役所9階)へ



他募集要項や申込書は、同課で配布するほか、市ホームページから入手可

◆グラウンド・ゴルフ大会

対市内に在住、または通勤・通学する小学4年生以上

時8:30~14:00(7:30受け付け)

所中央フットボール場Aフィールド

内8ホール3ラウンド個人戦

定300人(先着順)

他クラブ貸し出しあり

◆ファミリーロゲイニング大会

対市内に在住、または通勤・通学する成人を含む2~5人のグループ

■3時間の部・クラス(年少者の年齢で、分類)

- ①4・5歳児クラス ②小学1・2年生クラス ③小学3・4年生クラス ④小学5・6年生クラス ⑤一般クラス

時9:00~13:30(8:10受け付け)

所総合体育館ほか 定400人(先着順)

持携帯電話、デジタルカメラ(携帯電話でも可)

料500円/人(当日支払い、小学生以下無料)

◆ポッチャ・SSピンポン体験会

対市内に在住、または通勤・通学する人(小学生以下は、保護者同伴)

時午前の部 10:30~11:30

(10:00受け付け)

午後の部 13:30~14:30

(13:00受け付け)

所総合体育館多目的室1・2

定各30人(応募多数の場合は抽選。)

結果は9月30日までに連絡)

持体育館シューズ

◆タグ取り鬼ごっこであそぼう

対市内に在住、または通学する小学生

時10:30~11:30(10:00受け付け)

所中央第2体育館

定50人(応募多数の場合は抽選。結果は9月30日までに連絡)

持体育館シューズ

◆バレーボールであそぼう

対市内に在住、または通学する4歳~小学生

時13:30~14:30(13:00受け付け)

所中央第2体育館

定30人(4歳~小学2年生、小学3~6年生 各15人。応募多数の場合は抽選。結果は9月30日までに連絡)

持体育館シューズ

◆生涯スポーツ体験コーナー

時10:00~14:30

所総合体育館アリーナ

内テニポン、ファミリーバドミントン、ソフトバレーボール

持体育館シューズ

第51回市美展 ワークショップ

文化課(☎354-8239 FAX354-4873
✉bunka@city.yokkaichi.mie.jp)

所文化会館展示棟1階 ホワイエ

申8月24日~9月16日

に、専用フォームから。

空きがある場合は当日

参加可



◆洋画「あなたもピカソ~自由に表現してみよう~」

対中学生以下

時9月28日(土) 10:00~12:00
(11:00最終受け付け)

内クレヨン、クレパス、貼り絵、コラージュで自由に絵を描く体験

定20人(先着順)

◆日本画「紅葉をたらしこみ技法で描く」

対小・中学生(親子での参加可)

時9月29日(日) 10:00~12:00

内日本画技法を使って絵を描く体験

定20人(先着順)

シングルマザーや離婚を 考えている人のための 出張家計相談

男女共同参画課

問(株)デルタスタジオ (☎355-1320)

日々の生活費や子どもの教育費、離婚後に受けられる公的支援など、お金に関することをファイナンシャルプランナーに相談できます。

対市内に在住、または通勤する女性
時9月8日(日) 13:00~16:00
(相談時間は1時間程度)

所あさけプラザ2階

展示会議室1・2

申専用フォームか電話で、
(株)デルタスタジオへ



他託児あり(8月30日までに要申し込み)

募集

保育士[会計年度任用職員 (パートタイム)]の登録者募集

保育幼稚園課 (☎354-8173
HPID100100001330)

対保育士資格を有する人

勤務条件 週1~5日勤務(勤務日数・時間は相談に応じます)

申登録を希望する人は、履歴書と保育士証の写しを、直接、保育幼稚園課(総合会館3階)へ

他詳しくは、二次元コードから



自衛官などの募集

総務課

問自衛隊四日市地域事務所
(☎351-1723)、
自衛官募集コールセンター
(☎0120-063-792)

- 対①自衛官候補生 18~32歳
- ②一般曹候補生 18~32歳
- ③防衛大学生 18~20歳
- ④航空学生 海上18~22歳
航空18~23歳

受付期間

- ①通年
- ②第2回 9月3日まで
第3回 10月1日~11月28日
- ③一般 10月17日まで
推薦 9月5日~9月9日
- ④9月5日まで

問詳しくは、自衛隊四日市地域事務所または自衛官募集コールセンターへ

中小企業人材確保支援 就職フェアの出展企業募集

商業労政課

(☎354-8417 FAX354-8307)

✉syougyourousei@city.yokkaichi.mie.jp
HPID1554770945908)

対市内の本店または主たる事業所で、1年以上の事業を行い、市税を完納している中小企業者、小規模企業者

時①新卒者向け

令和7年1月30日(木)

- ②転職者向け 2月8日(土)
- ③新卒者向け 2月9日(日)
- ④新卒者向け 2月26日(水)

所①ウインクあいち(名古屋市中村区)、②③アスト津(津市)、④吹上ホール(名古屋市中種区)

内①④ジモト就職応援フェア[(株)名大社主催]、②マイナビ転職フェア[(株)マイナビ主催]、③三重就職企業展[(株)中広主催]の市が確保した各ブースへの出展

定各5社程度(予算とブース数の範囲内で出展企業を調整または抽選)

料ブース出展費は無料。出展に伴うホームページ掲載費やブースの追加装飾備品、出展参加者の旅費などは、出展者の負担

申9月11日(必着)までに、所定の応募用紙に必要書類を添えて、郵送で、または直接、〒510-8601 商業労政課(市役所7階)へ

他応募用紙は、同課で配布するほか、市ホームページからも入手可

三二情報

◆ビバ橋北・ジュニア向け津軽三味線ワークショップ

対小学生以上と保護者 時9月28日(土) 14:10から(30分) 所橋北交流会館1階 地域活動室 定4人 料500円/人 他三味線の貸し出しあり 申開催日の3日前までに、ビバ・橋北事務局 (☎080-4840-9775) へ

◆わくわくこどもひろば 大なわとび 音楽にあわせて身体を動かそう

対12歳までの子どもとその家族 時9月29日(日) 9:45~11:30 所四日市友の会友の家(智積町) 定10組 料100円/組(保険代子ども50円) 持水筒、手拭きタオル、あれば上靴 申関(☎090-9940-1243/FAX355-1535)

◆四日市交響楽団特別演奏会「四響 秋の名曲コンサート2024」

時9月29日(日) 開演 13:30(開場12:30) 所文化会館第1ホール 料前売り1,000円(当日1,200円) チケットは、同館、チケットぴあ、日永カヨーで販売 問前組(☎059-351-0065)

◆あそびのじかん~お子さんと一緒に楽しい時間をすごそう~

対未就園児と親 時9月30日(月) 10:00~11:30 所富田地区市民センター2階 ホール 料200円/組 問子育て広場:ドロップin (☎363-3728 ✉smile_dropin@yahoo.co.jp)

◆アスリートのためのYogaをやってみよう!

対市内に在住または通勤・通学する小学生以上、スポーツ指導者 時10月6日(日) 10:00~11:30 所総合体育館多目的室2 定70人 持運動できる服装、飲み物、タオル 申9月30日(月)までに、名前、生年月日、性別、電話番号を、メールで(☎taikyuu.031@y-sports.jp) へ

◆ファミリーエンジョイテニス

対3歳~小学生とその保護者 時10月26日(土) 10:00~12:00(9:30受け付け) 所三重交通Gスポーツの社 鈴鹿 定60人 料子どものみ500円 持運動できる服装、運動靴 申9月26日(木)までにJLTF三重県支部ホームページから 問日本女子テニス連盟三重県支部(☎jltf-mie@gmail.com)

◆四子連スポーツフェスタ2024 子どもステージ出演団体募集

対子ども会会員が、市内に在住または通学する中学生以下(一部高校生も可)のグループ 時11月10日(日) 9:00~15:30 所四日市ドーム 申9月13日までに、ファクスで四日市市子ども会育成者連絡協議会事務局 (FAX354-8444) へ 問同協議会(☎354-8247)

◆目からウロコの姿勢講座

対姿勢が気になる人、体に不調がある人 時毎週土・日曜日 10:00~11:30、13:30~15:00 所日永、桜、菟野(空状況による) 定10人 持動きやすい服装 問川又(☎090-8552-1700)

◆ブルーベリーで自由研究参加者募集

対小学3~5年生と保護者 時11月から令和7年5月の毎月第3日曜日 所さくらベリーズガーデン 定10組(先着) 申10月10日までに同園(☎080-6929-7800) へ

◆戦没者遺児による慰霊友好親善事業

(一財)日本遺族会では、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象に、旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行い、同地域の住民と友好親善を図るための事業を実施しています 料参加費10万円 問地域・日程などの詳細は同会事務局 (☎03-3261-5521) へ

◆フィットネスベリーダンスサークル体験

時毎週水曜日 10:00から 所三浜文化会館 料500円 持運動ができる服装、タオル、飲み物 申前日までに、電話かメールで、タミヤ(☎090-6646-1138 ✉jdancephn@yahoo.ne.jp) へ

◆婚活オンライン無料相談会

対現在独身の人またはその親族 問NPO法人なかよし(☎nponakayosi@yahoo.co.jp)

高い情報

イベント・講座

募集

その他

保健たより

令和7年度 園児募集

保育幼稚園課 (☎354-8172 FAX354-6013)

◆保育園(公立・私立)、認定こども園(公立・私立：保育認定)、地域型保育事業所(私立)の1次申し込み

対市内に在住し、保護者の就労や病気などのために、家庭で保育を受けられない5歳以下の子ども

■申請書 9月2日から各施設で配布(地区市民センターでは配布しません)

■申請期間 9月9日～30日 9:00～16:00(土曜日午後、日曜日、祝日を除く)

■申請場所 第1希望の施設

■保育時間・対象年齢

市ホームページの保育施設の一覧でご確認ください。

また、各施設が作成した「保育施設ガイド」にも掲載しています



■保育料 保護者の収入に応じて決定。3～5歳児、市民税非課税世帯の0～2歳児は無償

■施設見学 利用を希望する施設への事前見学をお勧めします。施設への道のりや駐車場、各施設の方針など確認ください。特に私立園は、園によって方針が異なりますので、必ず見学をお願いします。見学方法などは、各施設に直接お問い合わせください

他2次申し込みは10月1日～令和7年1月31日(1次申込者を優先して調整します)で、受け付け場所などが異なりますので、「保育施設の入所案内(申請書)」でご確認ください

問各施設または保育幼稚園課

◆幼稚園(公立)、認定こども園(公立・私立：教育認定)

対令和7年4月入園を希望する、市内に在住する、3～5歳児(平成31年4月2日生まれ～令和4年4月1日生まれ)

■申請書 9月2日から各園で配布

■申請期間 9月9日～30日 9:00～16:00(土・日曜日、祝日を除く)

■申請場所 入園を希望する園

■教育時間・対象年齢

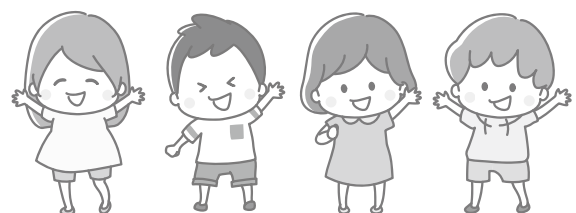
対象年齢や教育時間などは各施設で異なります。市ホームページでご確認ください

■保育料 無償

定公立園は、応募多数の場合は、抽選。私立園は、各園にお問い合わせください

他公立園は、面接を後日実施します。幼稚園・認定こども園は学区制がなく、入園する園は選択できますが、入学する小学校は住所により決まっています

問各園または保育幼稚園課



◆保育園、幼稚園が認定こども園に変わります

令和7年度から認定こども園に移行予定の施設は下表のとおり。

令和7年度の入園申請書は、現施設で受け付けます。

	現施設名	新施設名（変更する可能性あり）	こども園の種類
公立	中央保育園	（仮称）四日市中央こども園	幼保連携型
	海蔵幼稚園	（仮称）幼稚園型認定こども園 海蔵幼稚園	
	泊山幼稚園	（仮称）幼稚園型認定こども園 泊山幼稚園	幼稚園型
	内部幼稚園	（仮称）幼稚園型認定こども園 内部幼稚園	
	羽津幼稚園	（仮称）幼稚園型認定こども園 羽津幼稚園	
	常磐中央幼稚園	（仮称）幼稚園型認定こども園 常磐中央幼稚園	
笹川中央幼稚園	（仮称）幼稚園型認定こども園 笹川中央幼稚園		
私立	たいすい中央保育園	（仮称）たいすい中央こども園	幼保連携型
	たいすいノース保育園	（仮称）たいすいノースこども園	

※公立の幼稚園型認定こども園6園では、0～2歳児の保育はありません。また、給食は、食缶によるデリバリー給食です（自園調理ではありません）。

◆きょうだいと同じ保育施設に通いやすくなるよう制度を見直します

保育施設の利用調整方法と基準（点数表）を変更します（令和7年4月入所から適用）。

■見直し内容

1. 利用調整方法（①⇒②の順に利用調整します）

①第1希望の施設で利用調整

保護者の希望を優先し、施設ごとの第1希望の申込者の中で、保育の必要性の高い者から順に入所を決定する。

②点数順で利用調整（①で決定しなかった人）

申込者全体の中で、保育の必要性が高い者から順に、申込者が希望した施設の範囲内で入所を決定する。

※①の利用調整後の各施設の空き枠で調整

2. 利用調整基準（点数表）

「きょうだいが在籍する施設を第1希望で申し込む場合」の加点を新設

※きょうだいが同じ施設に入所できることを確約するものではありません

※利用調整方法および利用調整基準の詳細については、市ホームページをご覧ください



交通安全教育指導員 (とみまつ隊) の募集

道路管理課(☎354-8154 FAX354-8302)

■主な業務

- (1) 保育園、幼稚園、小学校、老人会などでの交通安全教室の講師
- (2) 交通安全に関する広報活動など

■**応募資格** 過去に交通安全教育などの経験や、交通安全活動に興味のある人(年齢・性別不問)

■**募集人員** 2人

■任期および身分

- ・任期2年(更新制)
- ・四日市市交通安全協議会会長(市長)からの委嘱

■報酬

- ・講師活動
5,000円/回(交通費を含む)
- ・広報活動、研修など
3,000円/回(交通費を含む)

■**面接** 受け付け後、面接の日程を連絡します

■**申** 9月30日(必着)までに、履歴書を、郵送で、または直接、〒510-8601 道路管理課(市役所6階)へ

日本語パートナー (日本語ボランティア) 育成研修

多文化共生推進室

問 国際交流センター

(☎353-9955 FAX355-5931)

✉ yic@yokkaichi-shinko.com

HP <https://yokkaichi-shinko.com/yic/>

「四日市市日本語パートナー」として、外国人市民の日本語学習を支援し、日本語で交流・サポートしていませんか。日本語パートナーの役割や学習支援の方法、やさしい日本語などを実践を交えて学びます。

■**対** 市内の日本語教室での活動に興味がある人、または、市内の日本語教室で活動をしている人
(日本語に関する専門知識や外国語

を話せる必要はありません)

■**時** 9月14・28日、10月5日(いずれも土曜日) 10:00~12:00、
10月20・27日(いずれも日曜日)
13:30~16:30 全5回

■**所** 本町プラザ1階 ホール

■**定** 30人(先着順。全て受講できる人を優先)

■**持** 筆記用具、飲み物など

■**申** 9月7日までに、Eメールかファクス、電話で、または直接、国際交流センターへ

■**他** 詳しくは、同センターホームページへ

小・中学校介助員 [会計年度任用職員(パートタイム)]登録者の募集

教育支援課(☎354-8285 FAX359-0280)

■**対** 市立小・中学校に勤務可能な人(教員免許の有無は問いません)

■**申** 事前に電話連絡の上、履歴書を、直接、教育支援課(総合会館6階)へ

医療的ケアサポーター (会計年度任用職員) 登録者の募集

教育支援課(☎354-8285 FAX359-0280)

■**対** 看護師(准看護師)免許を持ち、市立小・中学校に勤務可能な人

■**申** 事前に電話連絡の上、履歴書を、直接、教育支援課(総合会館6階)へ

その他

9月2日から低所得者 支援臨時特別給付金の 申請受付が始まります

生活支援給付金室(☎354-8241
FAX354-8462 8:45~17:00
HPID1718088400607)

■**対** 令和6年6月3日(基準日)に本市に住民登録があり、世帯の全員が令和6年度の住民税所得割が非課税(均等割のみ課税を含む)の

世帯。令和5年度住民税非課税世帯給付金(7万円)・住民税均等割のみ課税世帯給付金(10万円)の対象世帯は支給対象外

■**支給額** 10万円/世帯

[世帯に18歳以下(平成18年4月2日以降生まれ)の児童がいる場合は、児童1人当たり5万円を加算]

■申請方法

支給対象と思われる世帯には、8月末から順次確認書を送ります。書類が届いたら、確認の上、次のいずれかで申請してください。

① オンライン申請

② 確認書に必要な書類を添えて、同封の返信用封筒で郵送

■**申請期限** 10月31日(消印有効)

■**相談窓口** (9月2日から)

総合会館1階 特設窓口

9:00~16:45(土・日曜日、祝・休日を除く)

令和5年度 消費生活相談状況

市民・消費生活相談室
(☎354-8147 FAX354-8452
HPID1490179771120)

市民・消費生活相談室では、契約や悪質商法など、消費生活に関するさまざまな事柄について相談に応じています。令和5年度の消費生活相談の状況は以下のとおりです。

■相談件数

1,681件(令和4年度1,701件)

■**年代** 60歳以上からの相談数が全体の38%を占め、20歳代からの相談が昨年度の213件から156件に減少

■**相談内容** 不審な請求・メールなどに関する相談が多く、インターネット通販の定期購入に関する相談も各年代から広く寄せられた

■**他** 相談概要や悪質商法の手口・対処法は、市ホームページをご覧ください。消費生活に関する相談は、直接、同室へ。または、相談専用電話(☎354-8264)へ

9月10日は 屋外広告の日

道路管理課(☎354-8154 FAX354-8302)
三重県四日市建設事務所(☎ 352-0667)

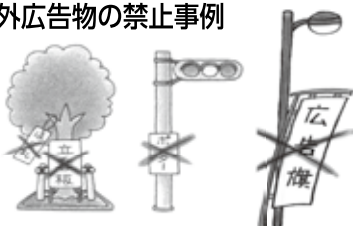
9月1～10日は「屋外広告物適正化旬間」です。

屋外広告物は、街の活性化を図る上で必要なものですが、管理・点検を怠ると、落下や転倒など危険な事故を起こしたり、美しい景観を損なう恐れがあります。三重県では、屋外広告物条例で屋外広告物のさまざまなルールを定めています。屋外広告物の設置は、原則許可が必要です。

屋外広告物の設置に当たっては禁止地域、禁止物件などの制限がありますので、よく調べてから設置してください。登録業者による設置、適正な管理、点検をお願いします。

本市と三重県は、違法広告物除却指導を実施します。

屋外広告物の禁止事例



9月2日から 定額減税調整給付金の 申請受付が始まります

生活支援給付金室 [☎354-8241
(9月2日から☎354-8202)
FAX354-8462 8:45～17:00
☎1718086086739]

対 令和6年度個人住民税の課税地が本市であり、かつ定額減税を十分に受けられない(減税しきれない)と見込まれる人

※合計所得金額が1,805万円を超える場合は対象外

■申請方法

支給対象と思われる人には、8月末から順次確認書を送ります。書類が届いたら、確認の上、次のいずれかで申請してください。

- ①オンライン申請
- ②確認書に必要書類を添付し、同封の返信用封筒で郵送

■申請期限 10月31日(消印有効)

■相談窓口(9月2日から)

総合会館1階 特設窓口 9:00～16:45(土・日曜日、祝・休日を除く)

他 詳しくは、市ホームページへ

公害犠牲者合同慰霊祭

環境政策課(☎354-8278 FAX354-4412)

四日市公害で犠牲となった人々に哀悼の意を表するとともに、過去の公害の教訓を忘れることなく、未来に向けてより良い環境の構築に努めていくことを誓う場として、本市と「四日市公害患者と家族の会」が共催します。

時 9月7日(土) 10:00～11:00
所 市営北大谷霊園慰霊碑前



マイナ保険証を ご利用ください

保険年金課(☎354-8159 FAX359-0288)

マイナンバーカードに保険証利用登録をすることで健康保険証(マイナ保険証)として使用できます。情報提供に同意し、医療情報(通院情報や服薬情報、特定検診情報など)を共有することで、より適切な医療を受けられます。

マイナポータルアプリ、またはセブン銀行ATMから利用登録できます。

◆保険証の取扱い

四日市市国民健康保険または三重県後期高齢者医療制度に加入している人で、12月1日時点で発行された

保険証は、券面に記載されている有効期限まで引き続き使用できます。

12月2日以降、転居などで保険証の券面記載事項に変更があった時は、「資格確認書」を交付します。医療機関の窓口で提示すれば、これまでと同様に受診できます。保険証の有効期限後は、マイナ保険証をお持ちの人は「資格情報のお知らせ」を、お持ちでない人は「資格確認書」を送付予定(申請不要)です。

◆国民健康保険限度額適用認定証の窓口負担について

問 給付係(☎354-8161)

マイナ保険証を利用する時は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」、「限度額適用認定証」の申請および提示は不要です。

ただし、市・県民税が非課税の世帯で過去12カ月の入院日数が91日以上の場合は、市役所に別途、申請が必要な場合があります。

また、保険料の未納がある場合は、高額療養費制度の区分確認ができないため、制度が利用できないことがあります。

9月10日～16日は 自殺予防週間

保健予防課(☎352-0596 FAX351-3304)

◆あなたにも出来る自殺防止のための行動～4つのポイント～

気づき 普段と違う変化に気づき声をかける

傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

つなぎ 早めに専門家に相談するよう促す

見守り 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

◆こころの相談窓口

「眠れない」「何をしても楽しくない」「イライラする」など、誰にも話せないつらいことがあれば保健予防課までお電話ください。家族からの相談もお受けします。

時 8:30～17:00(土・日曜日、祝・休日を除く)

10月から児童手当が変わります

こども保健福祉課 (☎354-8083 FAX354-8061 **HPID**1719548867520)

市からの児童手当の受給者と支給対象年齢の児童に、8月中旬以降に児童手当に関するお知らせを郵送します。

改正内容

	改正前 (9月分まで)		改正後 (10月分以降)
支給対象	中学生まで (15歳到達後の最初の年度末まで)	⇒	高校生年代まで (18歳到達後の最初の年度末まで)
所得制限	あり		なし
手当月額	<ul style="list-style-type: none"> ・3歳未満：15,000円 ・3歳～小学校修了：10,000円 (第2子まで) / 15,000円 (第3子以降) ・中学生：10,000円 ・所得制限限度額以上 (特例給付)：5,000円 ・所得上限限度額以上：給付なし 		<ul style="list-style-type: none"> ・3歳未満：15,000円 (第2子まで) / 30,000円 (第3子以降) ・3歳～高校生年代：10,000円 (第2子まで) / 30,000円 (第3子以降)
第3子以降算定対象年齢	高校生年代まで (18歳到達後の最初の年度まで)		大学生年代まで (22歳到達後の最初の年度末まで)
支給月	3回 (2・6・10月) ※各前月までの4カ月分を支給		6回 (偶数月) ※各前月までの2カ月分を支給

申請などが必要な人

- ①新規申請 (ア)中学生以下の児童はいないが、高校生年代の児童のみを養育している (イ)所得が現行制度の所得上限限度額を超過し、児童手当 (特例給付) を受給していない ※令和5年中の所得が上限額を超過し、令和6年6月分からの手当を受給していない場合は、「令和6年度児童手当認定請求書」の提出が必要です
- ②増額申請 児童手当 (特例給付) を受給していて、高校生年代の児童が過去に本市で児童手当の申請・届をしたことがない
- ③確認書提出 第3子以降の算定対象となる大学生年代の子の生計費などを負担している (高校生年代以下の児童と大学生年代の子の合計が3人以上の場合のみ)

申 9月30日 (必着) までに、必要書類を添えて、郵送で、または直接、〒510-8601 こども保健福祉課 (総合会館3階) へ。各地区市民センター (中部を除く)、市民窓口サービスセンターでも受け付けます。公務員は、勤務先へ申請してください

他 詳しくは、市ホームページへ

友だちになろう！ 四日市市 LINE公式アカウント

デジタル戦略課
(☎354-8106 FAX325-7530)

四日市市LINE公式アカウントでは、災害時の避難や被害に関する緊急情報、イベントや生活に役立つ情報などをお届けしています。ぜひ友だち登録をお願いします。

なお、本アカウントを利用することにより、LINE社に個人情報や機密性を要する情報が保存されることはありません。

友だち追加方法 (利用方法)

- 二次元コードから登録する場合
二次元コードを読み取り「四日市

市市」を友だち登録

●ID検索から登録する場合

- ①LINEの友だち追加画面で「検索」を選択
- ②ID検索画面で、「@yokkai chicity」を入力
- ③「四日市市」を友だち追加



スマホ・タブレットで 読める「広報よっかいち」 (カタログポケット)

広報マーケティング課
(☎354-8244 FAX354-3974)

「広報よっかいち」は無料ビューアアプリ「カタログポケット」でも読

めます。ブラウザ版・アプリ版いずれも無料でご利用いただけます。

■特徴

①多言語翻訳

本文をタップすると、端末の言語設定に合わせて外国語に自動翻訳された文章が表示されます (対応言語：英語、中国語繁体字・簡体字、韓国語、ポルトガル語、ベトナム語など10言語)

②自動音声読み上げ

文章の読み上げを設定して本文をタップすると、音声読み上げが始まります (ブラウザ版は一部のブラウザのみ対応)

他 詳しくは二次元コードから



教員免許を活用しませんか？ ペーパーティーチャー相談会

学校教育課 ☎354-8251 FAX354-8475
gakkoukyouiku@city.yokkaichi.mie.jp

お持ちの教員免許を市立小・中学校で生かしたい人を対象に、相談会を開催します。大学などで教員免許を取得してから教員経験がない、過去に小・中学校での勤務経験があり、教員の仕事に意欲がある人を募集します。

対小・中学校の教員免許を持っている人

時9月2～30日 9:00～17:00

所学校教育課（市役所9階）

申事前に、専用フォームか電話で、学校教育課へ

他後日担当者より連絡し、相談日時を決定します



5歳児保護者アンケート にご協力ください

こども発達支援課
(☎354-8064 FAX354-8102)

今年度5歳になるお子さんの保護者の皆さんへ「すくすくアンケート」を実施します。

このアンケートは、小学校入学を迎える一年前に、お子さんの生活や行動・発達の様子を確認するものです。アンケートが手元に届きましたら回答をお願いします。

対平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの子どもの保護者

新しい保険証(被保険者証) をお送りします

保険年金課 ☎354-8159 FAX359-0288

現在お持ちの国民健康保険の保険証の有効期限は9月30日です。新しい保険証は、9月中旬に、ご自宅へ簡易書留で郵送します。配達時にご不在の場合は、不在票が投函されますので、同票に記載されている保管期間内に郵便局にご連絡いただき、

保険証をお受け取りください。

なお、保管期間を過ぎると、保険証は市に返却されますので、お受け取り方法については、保険年金課にお問い合わせください。

他12月2日以降、現行の保険証の新規発行が終了となりますが、この保険証は令和7年9月30日まで引き続き使用できます

海外に住む日本人は 国民年金に任意加入できます

保険年金課 ☎340-0221 FAX359-0288

国民年金第1号被保険者は、個人で国民年金保険料を納めることになっています。

海外転出により日本国内に住民登録がなくなると、国民年金の加入資格がなくなります（厚生年金加入中の人、国民年金第3号被保険者は除く）。加入資格の喪失により、国民年金保険料の納付義務がなくなるため、将来の老齢基礎年金の受給額が減ることになります。

このとき、日本国籍を有する、20歳以上65歳未満の人は、国民年金に任意加入することで、将来の老齢基礎年金の受取額を維持できます。また、任意加入中の事故などは障害基礎年金の請求対象になります。

マイナンバーカード 申請サポート

マイナンバーカードサービスセンター
(☎340-8371 FAX340-8372)

12月2日から現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証（健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード）を基本とする仕組みに移行されます。

◆申請サポート

マイナンバーカードの申請をサポートします（予約不要）。後日マイナンバーカードセンター（市役所北館5階）などでカードを受け取る必要があります。

9月の開催予定

時	所
1日(日) 10:00～18:00	イオン四日市尾平店 (1階 東側エスカレーター付近)
7日(土) 8日(日) 22日(祝) 23日(休) 10:00～18:00	アピタ四日市店 (2階 休憩スペース西側エスカレーター付近)
14日(土) 15日(日) 10:00～18:00	イオンタウン四日市泊 (1階 中央イベント広場)
28日(土) 29日(日) 10:00～18:00	日永カヨー (1階 中央広場)

◆マイナンバーカード出張申請

他申し込みなど詳しくはマイナンバーカードサービスセンターへ

(1)福祉施設、企業など

市内に住民登録があり、マイナンバーカード新規申請希望者が5人以上見込まれる福祉施設などを対象に、市職員が訪問し、申請手続きを一括して行います。

(2)戸別訪問

対市内に住民登録があり、マイナンバーカード新規申請を希望する人で、在宅していて、外出が困難な①または②に該当する

①要介護3～5の認定を受けている

②身体障害者手帳1・2級または療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級を持っている

他申請からカードの受け取りまでは、1～2カ月かかります



◆市民窓口サービスセンター
(近鉄四日市駅高架下・☎359-6521)
土・日曜日、祝・休日にも利用できます
(10:00～19:00)

取り扱い業務

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、祝休日には一部取り扱いできない業務があります

広報ページID検索 🔍

本文中に記載された **HPID**(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

子育て世帯などの住み替え・親世帯との同居、近居を支援します

都市計画課(☎354-8272 FAX354-8404
HPID100100001794)

中古住宅などの空き家の有効活用と、市内への定住促進を図るため、市外からの転入または市内の賃貸住宅から転居する子育て世帯・若年夫婦世帯の中古住宅などの空き家の取得や親世帯との近居・同居を支援します。

申 随時(先着順。予算の範囲内で補助)
他 支援内容および申請書など、詳しくは都市計画課へ。申請書は市ホームページからも入手可

◆子育て世帯・若年夫婦世帯の住み替え支援・親世帯との近居支援

■対象者 子育て世帯または若年夫婦世帯で、市外からの転入者または市内の賃貸住宅からの転居者

■対象となる住宅 市内の一戸建て中古住宅(親世帯と近居する場合は親世帯から2キロ以内)

内 取得した住宅・土地の固定資産税等相当額の2年分で最大20万円(親世帯と近居する場合は固定資産税等相当額の4年分で最大40万円)

他 昭和56年5月31日以前に建築された住宅は耐震性を確保しているものに限り、市街化調整区域で住宅を取得、居住する場合は原則として、都市計画法に基づく許可を受けている必要があります。住宅を取得後、最初の固定資産税などが課税される年度の前年度に申請が必要です

◆三世帯同居等支援

■対象者 子育て世帯・若年夫婦世帯とその親世帯で、三世帯同居などを予定している、または三世帯同居を開始して、2年以上が経過していない世帯

■対象となる住宅 子世帯か親世帯が市内に所有する住宅

内 新たに子世帯と親世帯が同居するために行うリフォーム工事(住宅の改修、増築、建替え)などの費

用の3分の1(最大50万円)
他 工事契約前に申請が必要です

令和7年度小学校へ入学する児童の保護者の皆さんへ

学校教育課(☎354-8250 FAX354-8475)

対 平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの人

◆就学時健康診断

所 下記の各指定校(学区の小学校)

10月	
16日(水)	楠
17日(木)	塩浜
23日(水)	神前
24日(木)	中央
11月	
6日(水)	浜田・高花平
7日(木)	富洲原・羽津・日永 四郷・内部・小山田 川島・桜・三重・八郷 下野・常磐西・大谷台 八郷西・内部東
8日(金)	中部西
14日(木)	海蔵・富田・河原田 保々・水沢
19日(火)	常磐
21日(木)	三重北・羽津北
26日(火)	三重西
28日(木)	橋北・県・大矢知興讓 泊山・笹川・桜台

他 就学時健康診断通知書が、健康診断日の1週間ほど前になっても届かない場合は、学校教育課までご連絡ください。日程は現時点での予定です。各学校からの案内をご確認ください

◆学区外通学

就学する学校は、居住地をもとに指定しますが、家庭の事情などにより、指定の学校と異なる学校へ通うことができる場合があります。学区外通学を希望される場合は、同課へご相談ください。

(例)・児童の下校時に留守宅になるため、祖父母宅などに帰宅する場合

・転居する予定で、事前に転居予定先の学校へ入学したい場合

◆就学通知書発送

時 令和7年1月下旬



四日市けいりん

本場開催 9月26・27・28日

場外発売

9月①・②・③・④・⑤・⑥・
⑦・⑧・⑬・⑭・⑮・⑯・
⑰・⑱・⑳・㉑・㉒・㉓・㉔・
㉕・㉖・㉗・㉘・㉙・㉚日

(○数字は昼間場外・ナイター場外併売)

体育館などの一般公開

下記の運動施設では、行事のない時間帯に、種目を限定して一般に開放しています。

A = 9:00~12:00 E = 13:00~21:00
B = 13:00~16:30 F = 9:00~21:00
C = 17:30~21:00 G = 16:30~21:00
D = 9:00~16:30
H = 9:00~12:00, 17:30~21:00
I = 17:00~21:00 J = 18:00~20:00

四日市市総合体育館(☎348-4100)

●アリーナ

バドミントン・ソフトボール・インディアカ
9/11・27 C 9/19 E
9/5・18 F
バドミントン 9/11 D
卓球 9/25 C 9/20 D
9/12・26 E 9/6・13 F

バスケットボール 9/10・17 F
バレーボール 9/9 E 9/24 F
ハンドボール 9/16 C 9/30 E

●弓道場(弓道で使用する場合)

近的射場 9/10 A 9/25 C
9/1~6・8・9・11~13・15~
20・22~24・26・27・30 F
9/7・14・21・28 H
遠的射場 9/10 A
9/1・3・5・12・17・19・
22・24・26 F
9/7・14・21・28 H

●弓道場(アーチェリーで使用する場合)

遠的射場(全面) 9/15・25 C
9/2・4・6・8・9・11・13・16・
18・20・23・27・30 F

●トレーニングルーム(全面)

9/4 C 9/1~3・5~30 F
※9/14~16 9:00~21:00はマシン
エリアのみの一般公開となります

中央第2体育館(☎345-4111)

バドミントン 9/20 B 9/4 D
9/6・12・13・25・26 E
9/3・16・17 F
卓球 9/11 B
9/2・9・18・19・30 E
9/5・10・24 F

四日市ドーム(☎330-3131)

スケートボード 9/5・12・13・19・20・24 J
グラウンドゴルフ 9/24 D

あさけプラザ体育館(☎363-0123)

バドミントン・卓球 9/7・21・28
(9:30~16:30)

四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み



◆妊婦・産婦・乳幼児健診

名称	対	所
幼児(1歳6カ月・3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・産婦・乳児一般健康診査	妊婦・産婦・乳児(4カ月・10カ月)	各医療機関
妊婦歯科健康診査	妊婦	
幼児歯科健康診査およびフッ素塗布	対象児に個別通知します	

○母子健康手帳・健康診査票などが手元にない場合は、同課へ連絡してください ○妊産婦健康診査を、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。該当する人は同課へ連絡してください ○令和6年4月1日以降受診分の1カ月児健康診査費用の一部(上限4,000円)、新生児聴覚スクリーニング検査費用の一部(上限3,000円)を補助します。補助券のない人は同課へご連絡ください。また、聴覚検査には生活保護世帯および市民税非課税世帯に、別途、補助制度があります



◆予防接種

名称(個別接種)	注意事項など
ロタウイルス B型肝炎 BCG 水ぼうそう 二種混合	小児用肺炎球菌 ヒブ Hib・四種混合 または五種混合 麻しん、風しん混合 日本脳炎 ヒトパピローマウイルス感染症 (9価ワクチンも含む)

対 予防接種予診票に付いている説明書で確認してください
持 母子健康手帳と予診票
他 保護者以外が同伴する場合は、委任状が必要です。長期療養を必要とする疾病にかかっていた人は、定期接種の対象となる場合があります。骨髄移植手術などを受けた人が接種済の定期予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断された場合、再接種にかかる費用の一部を補助します。該当する人は再接種する前に同課へ連絡してください
■日本脳炎予防接種特例対象
 平成19年4月1日以前生まれの人は、日本脳炎予防接種1期・2期の接種が済んでいない場合、20歳未満であれば接種できます
■ヒトパピローマウイルスワクチンキャッチアップ接種(積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した人に対して、従来の定期接種の対象年齢を超えて接種を行うこと)対象
 平成9年4月2日から平成20年4月1日までの間に生まれた女子は、令和7年3月までに接種してください。国内で自費で接種した人は払い戻しができる場合がありますのでご相談ください

○おたふくかぜの予防接種費用の一部を補助します。1歳~小学校入学前年度3月31日までの子どもが対象です。補助額は最大3,000円/回で、補助回数は1人2回までです。なお、接種前に申請が必要です

電子申請はこちらから→



◆育児学級など

所総合会館3・4・5階 申こども保健福祉課(総合会館3階)、ファクス・はがき・電話・窓口・よかプリコ(乳幼児食教室、1歳・2歳のバースデー歯科教室のみ)

よかプリコのご案内



申し込み手順: 地域子育て情報⇒子育てイベント⇒希望の日程をタップ

名称	対象など	時	締め切り	申込時必要事項など
パピママ教室 (妊娠中から産後の生活の話、沐浴体験、妊婦模擬体験など)	出産予定日が令和7年1月13日以降(教室参加時、妊娠28週未満)の妊婦・その家族 定 15組	10月20日(日) 9:30~12:00	10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
パンダひろば (育児について、みんなでわいわいお話しませんか)	6カ月までの乳児と保護者	9月9日(月) 10:00~11:00	9月5日	申不要 所総合会館5階 申電話
さくらんぼひろば (みんなであそび、お話ししたりしませんか)	未就学の多胎児(ふたご、みつごなど)と保護者	9月6日(金) 10:00~11:00		
乳幼児食教室 (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	定 各15人 4~7カ月児 8~12カ月児	10月1日(火) 10:30~11:50 10月29日(火) 10月22日(火)		
1歳のバースデー歯科教室 (講話・歯科健診など)	10カ月~1歳3カ月の乳幼児 定 各15人	10月11日(金) 13:30~15:00 10月15日(火) 10:00~11:30	開催日の2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 持 だっこひもなど
2歳のバースデー歯科教室 (講話・歯科健診など) ※希望者にフッ素塗布	2歳0カ月~2歳3カ月の幼児 定 各15人	10月11日(金) 10:00~11:30 10月25日(金) 10:00~11:30		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 持 歯ブラシ(フッ素塗布時に必要)など ※4カ月以内にフッ素塗布をした人は教室でのフッ素塗布はできません。フッ素塗布後、30分間は飲食できません
家庭訪問・電話相談	妊婦・産婦・新生児・乳幼児	月~金曜日(祝・休日除く) 8:30~17:15	随時	家庭訪問:電話でお申し込みください 電話相談:直接電話してください

*教室など利用時は、母子健康手帳をお持ちください ※応募多数の場合は抽選。託児はありません



◆よかパパひろば（父親の子育て相談） 料無料 申不要

時	所	定	連絡先
9月8日(日) 10:00~11:15(9:00から受け付け)	子育て交流プラザ	15組(当日、先着順)	同プラザ☎330-5020



◆子育てコンシェルジュによる、子育て期などの悩みごと相談 対妊婦、未就学児の保護者 料無料

※☎…育児相談専用ダイヤル

名称	連絡先	相談受付時間
子育て未来課（総合会館3階）	☎354-8069 ☎327-6325	9:00~17:00 (土・日曜日、祝日と年末年始を除く)
塩浜子育て支援センター（大字塩浜887-1）	☎345-7978 ☎345-3553	
橋北子育て支援センター（午起一丁目3-13）	☎332-4527 ☎331-1875	
子育て交流プラザ（東新町26-32）	☎330-5020 ☎331-5560	9:00~17:00(年末年始を除く)

問 健康づくり課 ☎354-8282 FAX353-6385



◆地区市民センターなどで行うがん検診

Web申し込み

- ①市ホームページ <https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kenshin/index.html>
 ②窓口 各地区市民センター（中部地区除く）、健康づくり課（市役所7階）、三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）、市民窓口サービスセンター
 ③はがき・ファクス 下記の項目（検診ごとに異なる）を、〒510-8601 健康づくり課へ



集団検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん、肺がん・結核検診)	①名前 ②生年月日 ③住所 ④電話番号 ⑤「集団がん検診希望」 ⑥希望検診日、会場、検診種類
個別検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、肺がん・結核検診)	①名前 ②生年月日 ③住所 ④電話番号 ⑤「個別がん検診希望」

※電話での申し込みは受け付けていません

- 令和6年度末年齢で、20・23・26・29・32・35・38・41・44・47・50歳の女性は、子宮頸がん検診と同時にHPV（ヒトパピローマウイルス）検査が受診できます。希望する人は、集団検診は受診当日に受け付け、個別検診は受診する医療機関にお伝えください
- 65歳以上の人は、市の肺がん検診を受けると、結核検診を同時に受診できます

■個別検診 令和7年2月28日(金)まで ※申込者には、受け付け後、約2週間で受診券を発送します

■集団検診 9月締め切り分 ※7月31日時点で申し込み可能な検診

月	日	会場名	検診種類					申し込み締め切り日
			胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がんマンモ	乳がんエコー	
10	15日(火)	内部地区市民センター	胃AM	大腸AM	子宮AM			9月5日(木)
	16日(水)	常磐地区市民センター				マンモ1日	肺1日	
		内部地区市民センター	胃AM	大腸AM				
	17日(木)	内部地区市民センター				マンモ1日	肺1日	
	18日(金)	常磐地区市民センター	胃AM	大腸AM				9月16日(祝)
	22日(火)	常磐地区市民センター				マンモAM	肺AM	
	23日(水)	羽津地区市民センター	胃AM	大腸AM				
		常磐地区市民センター				マンモAM		
	24日(木)	羽津地区市民センター	胃AM	大腸AM	子宮AM			9月20日(金)
	25日(金)	羽津地区市民センター				マンモ1日	肺1日	
	29日(火)	なやプラザ	胃AM	大腸1日	子宮PM	マンモ1日		
		三重地区市民センター				マンモ1日	肺1日	
30日(水)	三重地区市民センター	胃AM		子宮AM				

●検診日・会場により、受けられる検診の種類や実施時間が異なります

●左側の申し込み締め切り日は、定員に達しなかった場合の締め切り日です。会場によっては、すぐに定員となります。余裕をもって早めの申し込みや、他の会場の利用もご検討ください。

●検診日の約1週間前に、受付時間や検診費用などの案内一式を発送します。なお、申し込み状況によっては、検診日・会場を変更することがあります。その場合は、同課から連絡します。都合が悪くなった場合は、事前にご連絡ください

●集団検診のキャンセルや変更は極力お控えください。予定をご確認の上、ご予約をお願いします

※詳しくは広報よっかいち4月下旬号と同時に配布した「令和6年度がん検診のお知らせ」を参照



◆B型肝炎・C型肝炎ウイルス検査(無料)

肝臓がんの原因の大半を占めるB型・C型肝炎ウイルス性肝炎を早期発見するため、検査を受診しましょう。

対	本市に住民登録があり、過去に市の実施する肝炎ウイルス検査を受けたことがない人（現在、肝炎の治療中の人は検査対象者から除く）				
期 間	令和7年3月31日(月)まで	所	委託医療機関	料	無料
申	所定の申込書を、直接、健康づくり課（市役所7階）へ。申し込み後、受診券を発行します。申込書のファクス、郵送を希望する場合は、同課までご連絡ください				

**急な病気やけがのときに
受診可能な医療機関を
24時間案内**

- ◆医療ネットみえコールセンター ☎059-229-1199 (要市外局番)
- ◆音声・FAX案内 ☎0800-100-1199
- ◆インターネット [HPhttps://www.qq.pref.mie.lg.jp/](https://www.qq.pref.mie.lg.jp/)
- ◆携帯電話による案内 [HPhttps://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/](https://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/)



◆休日救急医療など ※病気かな?と思ったら、まずはかかりつけ医に相談を

名 称	診療科・診療時間など	
応急診療所(西新地14-20) ☎353-1759 <small>※急な病気の応急処置を行う診療所です。年齢や症状によってほかの医療機関を紹介することがあります ※駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください ※受診する場合は、事前に電話連絡をお願いします</small>	内 科 小 児 科	日曜日、祝・休日、12/31~1/3 10:00~12:00、13:00~16:00
	耳鼻咽喉科	日曜日 10:00~12:00、13:00~16:00 (年末年始を除く)
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 木曜日(月1回) 9:30~12:00 日曜日(月2回程度) 9:30~12:30 (祝・休日と12/28~1/3を除く)
	歯 科 診 療	12/30~1/2 9:00~11:30
薬の相談(本町プラザ内/近鉄百貨店2階) ☎350-3925	薬剤師による 薬の相談(電話相談可)	毎月第3土曜日 14:00~16:00 ■担当 (一社)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	日曜日、祝・休日、12/30~1/3 8:00~翌朝8:00 それ以外 19:30~翌朝8:00 ■担当 医療関係の専門相談員



◆感染症の相談・検査 料無料 問保健予防課 ☎352-0595 FAX351-3304

相 談 ・ 検 査 項 目	時	所
結核相談・HIV(エイズ)などの相談	保健師による相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	総合会館4階
HIV(エイズ)、B型・C型肝炎ウイルス、 梅毒検査(匿名) <small>※予約不要。検査結果を聞くために、再度来所が必要 ※台風や感染症等の状況により開催中止の可能性あり</small>	9月の水曜日 13:00~15:00 9月25日(水) 17:30~19:00	総合会館5階



◆こころ、難病の相談 料無料 問保健予防課 ☎352-0596 FAX351-3304

相 談 項 目	時	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) 現在通院していない人が対象です 9月12日(木) 13:30~16:30 9月27日(金) 10:00~12:00、13:00~16:00	総合会館4階
	保健師・精神保健福祉士による相談 …電話相談(随時)・来所相談(要予約)	
難病の相談	保健師による相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	

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 ☎349-3311 FAX348-0017

ランニングトラックや軽運動室のほか、温水プール(第1・2プール)、グラウンドゴルフ場などの運動施設が利用できます。トレーニングルームに、障害のある人や車いすの人もご利用いただけるトレーニング機器を設置しています。健康増進のために、ぜひご利用ください。

健康づくり教室の参加者を募集しています。本号の15ページ、館内のチラシやポスターをご参照の上、お申し込みください

時 8:30~21:00[日曜日は8:30~18:00。月曜日休館(祝・休日の場合はその翌日)。運動施設は9:30から利用可能]

※プールをご利用の際は、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

※軽運動室、温水プール(第2プール)、グラウンドゴルフ場は、団体専用使用の場合がありますので、事前にご確認ください

※プールは、土・日曜日、祝日など混雑時はお待ちいただく場合があります

「共に生きる社会を目指して」

人権のひろば～人権・同和教育シリーズ～
＝毎月22日は「人権を確かめ合う日」です＝



障害者差別解消法は、障害を理由とする「不当な差別的取扱い」を禁止し、障害のある人から申し出があった場合に「合理的配慮の提供」を求めています。この法律は、令和3年5月に改正され、令和6年4月1日から、国や都道府県、市町村などの行政機関だけでなく、事業者（企業や団体など）にも合理的配慮の提供を義務付けました。

障害のある人は、社会にあるバリアが原因となり、生活しづらいことがあります。そのバリアを放置してしまうと、誰もが平等に生きる社会は実現できません。バリアを取り除

くために、負担になりすぎない範囲で必要な行動をとることが大切です。

例えば、飲食店で「車椅子のまま利用したい」という希望に対して、スタッフが椅子を移動させてスペースを確保したり、「目が見えないため、メニューの内容を教えてほしい」という場合には、読み上げて説明したりすることなどです。

障害のある人が困ること、不便に感じることをあらかじめ想定し、その対応策を準備していることが大切です。申し出があれば、それを受けて、今後のサービス向上に生かしていくことで、少しずつ社会のバリア

を取り除いていく必要があります。

こうした合理的配慮の提供は行政機関と事業者の義務ですが、差別をなくすことは、すべての人に求められる責務でもあります。障害の有無によって分け隔てられることなく、互いに尊重し、共に生きる社会（共生社会）の実現を目指して、そのバリアを取り除く方法

を一緒に考えていきましょう。



問い合わせ先
障害福祉課
(☎354-8527 FAX354-3016)

9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	時	所		
市	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(法人にかかる相談は不可) ※2 金銭貸借、相続、離婚、借地借家、多重債務など ※3 同一人で、前相談から3カ月以内の相談は不可 ※4 相続、後見、贈与、登記、金銭トラブルなど ※5 遺言、相続、契約、後見、ビザ、許認可など ※6 年金、社会保険、労働問題など ※7 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 弁護士、司法書士、行政書士、社会保険労務士の各相談の予約は、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	毎週木曜日	午後		
	弁護士相談 ※3		予約制 各7人			
	司法書士相談 ※3 ※4		2(月)・9(月)・30(月)	予納6人		
	行政書士相談 ※5		3(火)・17(火)			
	社会保険労務士相談 ※6		18(水)			
	行政相談 ※7			17(火)		
建築相談(市民向け)	354-8206	13(金)・27(金)	予納4人	13:00～15:00		
建築相談(専門家向け) ※8	354-8208	11(水)・25(水)		午後		
木造住宅の耐震化相談	354-8207	5(木)・19(木)				
日曜市税納付相談	354-8149	29(日)		10:00～16:00		
日曜国保納付相談	354-8143					
日曜国保納付相談	354-8160					
福祉	障害者相談 ※9		月～金曜日	8:30～17:15	障害者相談支援事業所 ※9 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 ブルーム(知的) 329-5657	
	障害者の就業に関する相談	354-2550				
	福祉総合相談	354-2411				
	ボランティア活動相談	354-8144				
	子育て、ひとり親家庭など 児童家庭の相談	354-8276				
	児童虐待相談	353-5110				
児童発達相談	354-8064					
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
	いじめ・体罰等教育相談	354-8169			指導課	市役所9階
	学校外でのいじめなど 青少年とその家庭の悩み相談	352-4188			青少年育成室	総合会館5階
人権	人権相談	354-8610	月～金曜日	午前と午後	人権センター	総合会館7階
	女性のための電話相談	354-8335	火・木～土曜日	9:00～16:00	(電話相談)	事業に関する お問い合わせは 男女共同参画 センターまで (354-8331)
	男性のための電話相談	354-1070	毎週水曜日(祝日除く)	9:00～19:30		
	働く女性、働きたい女性 のための就労相談 (働くウーマナビ)	0120-976-477 (予約専用※)	28(土)	9:30～12:30	午前と13:00～15:00 午後 17:00～20:00	
	シングルマザー等のための 家計相談	355-1320 (予約専用※)	14(土)			
	外国人のための生活相談		11(水)	オンライン		
	外国人のための家事相談		25(水)			
出入国・在留手続き相談		7(土)		午前	(面談相談) 本町プラザ3階 ※委託業者:㈱ファーストステップ	
				午前	(面談相談) 本町プラザ3階 ※委託業者:㈱デルタスタジオ	
				9:00～17:00	国際交流センター	本町プラザ 6階
				午後		