

費用の記事がないものは無料、申し込み方法の記事がないものは申し込み不要です

## 四日市市総合計画 中間見直し(素案)に 対する意見募集

政策推進課

(☎354-8112 FAX354-3974

✉seisakusuishin@city.yokkaichi.mie.jp)

10年間のまちづくりの方向性を示す総合計画を、後半5年間に向け見直すために、皆さんのご意見を募集します。

### ■素案の入手先

市ホームページ、政策推進課(市役所8階)、市政情報センター(市役所北館1階)、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

### ■募集期間

12月9日~令和7年1月10日

### ■意見の提出方法

住所、名前を記入し、Eメールかファクス、郵送(消印有効)で、〒510-8601 政策推進課へ。または直接、同課か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

## 四日市市総合計画 中間見直しシンポジウム 開催

政策推進課

(☎354-8112 FAX354-3974

☎1727754579303)

市では、「四日市市総合計画(2020年度~2029年度)」について、2025年度からの後半5年間の取り組みの推進に向け、これまでの進捗状況や、社会情勢の変化を踏まえた見直しを進めています。

市民や事業者の人に、これからのまちづくりを考えていただくためのシンポジウムを開催します。

**対**市内に在住、または通勤・通学す

る人

**時**12月7日(土) 13:30~16:00

**所**総合会館8階 視聴覚室

### ■基調講演

**師**株C B Cテレビ解説委員兼  
アナウンサー 大石邦彦さん

### ■提案発表

海星高等学校生徒による私たちのまちづくり提案について

### ■パネルディスカッション

市内の高校・大学生、若手社員のパネリスト6人と市長が、これからの四日市市のまちづくりについて考えます

**定**150人程度(先着順)

**申**12月2日17:00まで

に、専用フォームかファクスで、政策推進課へ



## 四日市市南消防署 庁舎開放イベント

消防本部南消防署

(☎345-0530 FAX345-5673

☒https://yokkaichisyoubou.jp)

南消防署で、消防業務への理解と防火防災の意識を高めませんか。

**時**12月8日(日) 9:00~12:00

**所**南消防署

**内**①オープニングイベント  
(ゲスト: 体操競技選手 岡村真さん)



②消防車両の展示 ③はしご車の乗車体験(当日8:45から抽選)  
④スタンプラリー(庁舎見学) ⑤防火服の装着体験 ⑥水消火器体験 ⑦各種広報(救急、予防、消防団、防災) ⑧訓練披露

**他**雨天時は内容変更、または中止の場合があり。当日は、南消防署の駐



車場は利用不可。詳しくは、同署ホームページ、またはXまで

## 四日市港ポートビル 「うみてらす14」 クリスマスイベント

政策推進課

☎四日市港管理組合振興課

(☎366-7022 FAX366-7025)

### ◆クリスマスコンサート

「日本夜景遺産」に認定された四日市港ポートビルからの美しい景色を見ながら、クリスマスコンサートを楽しみませんか。展望展示室は、終日無料で開放します。

**時**12月14日(土) 15:30~16:10  
(無料開放10:00~21:00)

**所**四日市港ポートビル14階

展望展示室「うみてらす14」

**内**四日市メリノール学院聖歌隊による合唱(予定)

**他**展示コーナーの一部が利用不可

### ◆クリスマスは展望展示室

「うみてらす14」で夜景を楽しもう!

平日の開館時間を延長します。

**時**12月23日(月)~27日(金)  
10:00~21:00(水曜日は休館)

**所**四日市港ポートビル14階

展望展示室「うみてらす14」

**料**高校生以上310円(入場料)、中学生以下無料

## INDEX

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




# 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）
- ◆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 鵜の森一丁目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 HP<https://mihama-culture.com>  
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
令和7年 2月28日(金) まで	17:00 ～ 24:00	すわ公園から光の 贈りもの2024	諏訪公園・す わ公園交流館	内冬の風物詩、諏訪公園&すわ公園交流館での約 5万球のイルミネーションです	すわ公園交流 館
12月1日(日)	8:00 ～ 10:00	吉崎海岸 早朝清掃・環境学 習	吉崎海岸	内吉崎海岸を保全するため、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) <a href="http://umigame2009.com">http://umigame2009.com</a> ) でお知らせします	環境政策課 内楠地区まちづ くり検討委員会 (☎398-3121)、 四日市ウミガメ 保存会 山田 (☎090- 3951-5881)
12月6日(金)	18:30 ～ 20:30 (18:00 受け付け)	四日市志創業応援 隊創業カフェ 「飲食店開業セミ ナー」	四日市商工会 議所	内創業を考えている人、創業後問もない人 内飲食店の開業に向けた基礎知識（コンセプトの 設定、物件の選び方、集客のポイントなど） 師UNICOコンサルティング代表フードビジネス コンサルタント 小峯孝実さん 申事前に、四日市志創業応援隊ホームページ (HP) <a href="https://www.yokkaichi-sogyo.com/">https://www.yokkaichi-sogyo.com/</a> ) から	商業労政課 内四日市商工 会議所経営支 援課 (☎352-8290 FAX355-0728)
12月8日(日)	9:00 ～ 11:30	楠歴史民俗資料館 「手作りしめ縄で 新年を迎えませんか？」	楠歴史民俗資 料館	内小学4年生以上（小学生は保護者同伴） 定10人（応募多数の場合は抽選。当選者には12 月4日以降に連絡）料1,000円（当日集金） 持はさみ、あればペンチ 申11月22日～12月1日の9:00～17:00に、電 話で、または直接、同館へ	楠歴史民俗資 料館
	10:00 ～ 16:00	全国和菓子めぐり (毎月第2日曜日)	茶室「泗翠庵」 立礼席(いす席)	内カステース（長崎県平戸市） 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
	11:00 ～ 15:00	第88回交流館 フォークジャンボ リー	諏訪公園・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歌い ます。 他雨天の場合、1階ホール	すわ公園交流 館
	14:00 ～ 15:30 (13:30 受け付け)	はじめての浪曲 ～浪曲の楽しみ方、 伝授いたします～	三浜文化会館 視聴覚室 	内三味線の演奏をバックに独特の節回しで歌い語 って物語を進める「浪曲」の魅力と楽しみ方 師浪曲師 真山隼人さん 定40人（先着順） 料500円 申12月5日までに、専用フォームか電 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




◇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
12月11日(水)	10:00 ～ 11:30 お正月用 花の寄せ植え教室	農業センター (赤水町) 	対市内に在住、または通勤・通学する人 内ガーデンシクラメン、葉ボタンなどを使い、お正月用のミニ寄せ植えを作ります 師藤波農園 藤波修二さん 定15人(応募多数の場合は抽選) 料1,500円 持軽作業ができる服装、作業用手袋、マスク、持ち帰り用袋・箱など 申12月2日までに、専用フォームから	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)
	13:30 ～ 15:00 がん患者と家族のおしゃべりサロンin四日市	総合会館7階 第3研修室	対がん患者と家族 内がん患者のための交流会です。情報を交換したり、お互いの悩みを話し合ったりします 申事前に、三重県がん相談支援センターへ	保健企画課 関三重県がん相談支援センター (☎059-223-1616)
12月14日(土)	9:00 ～ 12:00 定期普通救命講習	南部分署 	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20人(先着順) 申12月7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)
	10:00 ～ 12:00 ステップ四日市見学会&もの忘れ相談会	ステップ四日市(日永東一丁目)	対市内に在住する人 内もの忘れに関連する困りごとの相談に応じます。ステップ四日市(認知症支援エリア)の見学も可 師社会福祉士、作業療法士 他参加者が多数の場合は、待ち時間が発生する場合あり。映画「オレンジ・ランプ」の上映会も同時開催(要予約。本号の13ページ参照)	高齢福祉課 関ステップ四日市 (☎348-4008 FAX346-4070)
	13:30 ～ 15:00 四日市まちなか寄席	すわ公園交流館	出演 川の家河太郎、蜂養亭紀らく、ねむ亭安楽	すわ公園交流館
	14:00 ～ 15:30 第11回市立四日市病院市民公開講座	市立四日市病院2階 講堂	講座「もっと知ろう! 肺がんのこと」、「ご存じですか? がん相談支援センター」 持マスク	市立四日市病院地域連携・医療相談センター「サルビア」 (☎354-1111 FAX354-2214)
12月15日(日)	10:00 ～ 11:30 ドミニカ共和国～JICA海外協力隊活動(教育行政)を通して～	本町プラザ1階 ホール	内JICAの派遣先・ドミニカ共和国で、教育行政に携わり活動した体験談 師国際交流センター日本語サークルボランティア 橋本真人さん 申事前に、Eメールか電話で、同センターへ	国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931 ✉yic@yokkaic-hi-shinko.com)
	11:00 ～ 12:00 影絵劇～おむすびころりん～	こども子育て交流プラザ 	対小学生以下と保護者 内劇団かかし座による影絵劇 定60組程度(先着順) 申11月24日以降に直接、同プラザへ。11月27日以降は電話も可 他詳しくは、同所ホームページまで	こども子育て交流プラザ
	14:00 ～ 15:30 こども四日市ワークショップ2024「クリスマスプチケーキ作り」	すわ公園交流館	対小学生 内お菓子を飾り付けて小さなかわいいケーキを作ります。持ち帰り用の箱も一緒に作ります 定10人(先着順) 料300円または300ヨー 持飾りに使うお菓子 申事前に、電話で、または直接、同館へ	すわ公園交流館
	14:00 開演 (13:30 開場)	三浜ロビーコンサート	三浜文化会館1階 ロビー 内同館利用団体による発表公演 出演 女声アンサンブルMarimo座、指揮:馬場浩子、ピアノ:秀平雄二 演奏予定曲 クリスマスソング、昭和の歌謡曲、ディズニーソング、オペラ重唱作品など	三浜文化会館
	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て、具体的に形にしましょう 申事前に、電話で、または直接、同館へ	すわ公園交流館

# 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
12月17日(火)	①10:30から ②13:30から	総合会館7階 第3研修室 	対市内に在住する0～3歳とその保護者(きょうだいの同伴可) 内生の音楽に触れることができるコンサート ■出演 PUENTE(ピアノ、マリンバ、パーカッション) 定各30組(先着順) 申11月22日～12月2日に、専用フォームから	文化課 (☎354-8239 FAX354-4873)
	14:00 } 15:00	すわ公園交流館	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	すわ公園交流館
12月18日(水)	10:00 } 11:30	農業センター 	対市内に在住、または通勤・通学する人 師中村園芸 中村延幸さん 定15人(応募多数の場合は抽選) 料1,500円 持軽作業ができる服装、作業用手袋、マスク、持ち帰り用袋・箱など 申12月5日までに、専用フォームから	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)
	13:30から (13:00受け付け)	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
12月20日(金)	11:00 } 11:40	すわ公園交流館	内赤ちゃん連れはもちろん、子どもから大人まで楽しめる、プロ演奏家によるコンサート。クラシック、童謡、アニメソングなど、よく知られた曲を間近に鑑賞できます ■出演 JUNCO(歌・キーボード)、石田ゆうこ(大正琴)	すわ公園交流館
①12月20日(金) ②12月21日(土)	①14:00開演 ②10:00開演 (いずれも30分前に開場)	三浜文化会館2階 視聴覚室	内財政難の教会に赴任してきた若い神父が、教会復興のために奮闘し、人々に希望を与える姿を描いた感動作。アカデミー賞7部門受賞作品(米国1946年作。モノクロ126分) 監督:レオ・マッケリー 主演:ビング・クロスビー ①日本語吹き替え ②日本語字幕	三浜文化会館
12月21日(土)	10:00 } 12:30 (9:30受け付け)	ビズ・スクエアよっかいち(栄町)	対起業家や、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 <a href="http://www.bizcafe41.jp/">http://www.bizcafe41.jp/</a> )から	商業労政課 関サイネット (株)ビズ・スクエアよっかいち (☎329-5407 FAX329-5408)
	11:00～15:00 (各1時間。計4回)	すわ公園交流館	内「1000000人のキャンドルナイトinすわ公園」で使用したキャンドルを溶かしてオリジナルアロマキャンドルを作ります 定各8人(先着順) 申事前に、電話で、または直接、同館へ	すわ公園交流館
	13:00 } 16:00	総合会館8階 視聴覚室 	対市内に在住、または通勤・通学する人 師弁護士 岡本正さん 定30人程度(先着順) 申12月6日までに、専用フォームから、または住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号を、Eメールかファクス、電話で、危機管理課へ 他申込書はホームページ(HP <a href="https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp">https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp</a> )から入手可	危機管理課 (☎354-8119 FAX350-3022 ✉kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp)
12月22日(日)	10:00 } 12:00	文化会館第3ホール	内持続可能な市民協働の実現に向けて、市民や団体が集い、相談できる交流会、事例発表、パネル展示を開催します	市民協働安全課
	14:00 } 15:30	すわ公園交流館	内夫婦漫才のような音楽ユニットが、お馴染みの曲やオリジナル曲を独自のアレンジでクラシックギターとパーカッションに乗せてお届けします ■出演 よろずやHEAVEN	すわ公園交流館



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
① 12月24日(火) ② 12月26日(木)	冬休み 野菜の収穫体験&クッキング	農業センター 	対①小学1～3年生 ②小学4～6年生 内野菜の育て方の学習と収穫を体験し、その野菜を使って料理体験をします 師①鍋谷美智子さん ②柵山咲子さん 定各12人(応募多数の場合は抽選) 料500円 持エプロン、マスク、三角巾、お茶、軍手、長靴、収穫物を入れる袋 申12月10日までに、専用フォームから	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)
12月25日(水)	冬野菜を使った親子料理教室	学校給食センター・農業センター 	対市内に在住する小・中学生と保護者 内冬野菜を農業センターで収穫し、中学校給食の調理員が調理指導します 定8組程度(応募多数の場合は抽選) 初めて参加する人を優先 申12月4日までに、専用フォームから、または電話で、同センターへ 他食物アレルギーへの対応不可。詳しくは、市ホームページまで	学校給食センター (☎336-5225 FAX336-5226 HP172829 2329647)
	四日市まちづくりカフェ	すわ公園交流館	内四日市のまちを知り、四日市について考える、アットホームな勉強交流会議 申事前に、電話で、または直接、同館へ 他オンラインの参加希望者には専用のアドレスを通知(要申し込み)	すわ公園交流館
12月26日(木)	大正琴大好き! どんぐり音楽会♪		内大正琴や得意な楽器で演奏。歌で参加や、大正琴の体験もできます 定6組(応募多数の場合は抽選) 持あれば得意な楽器 他演奏希望者は、楽器を持って9:55までに同館へ	
12月28日(土)	おほら小原流いけばな お正月花をいけてみませんか	勤労者・市民交流センター 東館3階 第2会議室	師小原流教務四日市支部長 久保豊和さん 定15人(先着順) 料3,500円(器付き) 持持ち帰り用袋、花ばさみ(貸し出し可、要予約) 申12月4～18日に、電話で、同センターへ	勤労者・市民交流センター
令和7年 1月5日(日)	花井悠希のミュージックカフェ	文化会館第2ホール 	内本市観光大使のヴァイオリニスト・花井悠希さんによるトーク&コンサート。奄美大島出身のシンガーソングライター・城南海さん、ピアニスト・扇谷研人さんをゲストに迎えます 料全席自由一般2,000円、高校生以下1,000円 申専用フォームが電話で、または直接、文化会館へ	文化会館
1月8日(水)	1月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(幼児1人と保護者1人で1組) 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1月6日までに、専用フォームから	あさけプラザ
1月13日(祝)	チャレンジ トランポリン	総合体育館	対市内に在住、または通学する小学生 内トランポリン体験会 定100人(応募多数の場合は抽選) 当選者はスポーツ協会のホームページで発表 持運動のできる服装(半ズボン、靴下)、飲み物 申12月9～31日に、申込書をメールかファクスで、または直接(9:30～20:30)、同協会へ(29日以降休館のため、メールかファクスのみ)。申込書は同所かホームページ(HPhttps://www.y-sports.jp/)で入手可	スポーツ課 問スポーツ協会 (中央緑地施設 管理事務所内 ☎345-4111 FAX346-7767 ✉taikyuu.047@y-sports.jp)
1月15日(水)	デザイン書道～書初め 令和7年の目標・抱負を～	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(一社)日本デザイン書道作家協会正会員 田清峰さん 定20人(応募多数の場合は抽選) 料1,200円(材料費ほか) 持書道用具一式[書道用太筆・細筆、下敷き(フェルト地)、文鎮、墨汁、すずり]、汚れても良い服装 申12月27日(必着)までに、専用フォームから、または講座名、住所・名前・年齢・電話番号を、往復はがきで、同プラザへ	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
1月17日(金)18:45~ 19日(日)(2泊3日) (18:15受け付け)	第62回四日市市民スキー・スノーボード教室兼大会	平湯温泉スキー場(岐阜県高山市) (中央緑地施設管理事務所前集合)	対市内に在住、または通勤・通学する小学4年生以上(2人以上のグループであれば子どものみで参加可) 定47人(先着順) 料大人29,000円、小・中学生24,000円[2泊3食付き。交通費・受講料・バッジテスト受検料・大会参加料・傷害保険含む(公認料、リフト・レンタル料別途)] 申12月16日(必着)までに、所定の申込書に参加料を添えて、直接、スポーツ協会へ。または、Eメール、ファクスで申し込み後、指定口座へ送金 他市民スキー大会にオープン部門を設定(現地集合、現地解散)。開催要項や申込書は、ホームページ( <a href="https://www.y-sports.jp">https://www.y-sports.jp</a> )で入手可	スポーツ課 問スポーツ協会 (中央緑地施設管理事務所内) ☎345-4111 FAX346-7767 ✉taikyou.024@y-sports.jp)
1月19日(日)	9:30~14:30(9:00受け付け) 家庭の日応援プロジェクト1月~森のバードフィーダーづくり~ 13:15~15:30 第4回婚活イベント~四日市のスイーツ×お茶イベント~	少年自然の家 プラトンホテル四日市3階エメラルドホール	対4歳以上の子どもを含む家族 内バードウォッチングをしながら、集めた材料で鳥の餌台(バードフィーダー)を作ります 定12組(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) 料1,000円/組 申12月19日までに、同施設ホームページ「お問い合わせフォーム」から 対市内に在住、または通勤する、イベント当日に25~34歳の独身男女 定20人(男女各10人。応募多数の場合は抽選) 料1,000円 申令和7年1月9日17:00までに、四日市マリッジサポートホームページから 他参加者を対象にした事前ガイダンスあり	少年自然の家 子ども未来課 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 FAX355-1321]
1月25日(土)	10:00~12:00(9:30受け付け) 富良野自然塾 in 四日市市少年自然の家 14:00開演(13:30開場) 浪曲公演 真山隼人・国本はる乃 二人会	少年自然の家 文化会館第2ホール	内五感を使って地球や自然の大切さを学ぶ野外講座 定10組(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) 料500円/組 申1月5日までに、同施設ホームページ「お問い合わせフォーム」から 内伝統芸能日本三大話芸の浪曲公演。東西新進気鋭の浪曲師が競演 ■出演 浪曲師 真山隼人、国本はる乃、曲師 沢村さくら、沢村道世 料全席指定2,200円(当日2,500円)、22歳以下1,000円 申専用フォームか電話で、または直接、同館へ	少年自然の家 文化会館
1月26日(日)	8:30 中央陸上競技場で受け付け 第66回四日市総合駅伝競走大会 9:00~16:00(8:30受け付け) ちびっこデイキャンプ③	中央緑地 少年自然の家	■チーム編成 一般の部・高校男子の部は、監督1人、選手6人、補欠2人。シニアの部・女子の部・中学男子の部・中学女子の部は、監督1人、選手5人、補欠2人 料6,000円/チーム(中学男子・女子の部は4,000円/チーム) 申12月25日までに、所定の申込書に参加料を添えて、直接、スポーツ協会へ。または、Eメール、ファクスで申し込み後、指定口座へ送金 他開催要項と申込書はホームページ( <a href="https://www.y-sports.jp">https://www.y-sports.jp</a> )から入手可 他雨天決行 対小学1~3年生 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1,000円/人 申12月20日までに、同施設ホームページ「お問い合わせフォーム」から	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 ✉taikyou.024@y-sports.jp)
2月14日(金)	19:00開演(18:15開場) 石井琢磨47都道府県ツアー ~ウィーンからあなたの街へ~ in MIE	文化会館第2ホール	内クラシック音楽のピアニスト・石井琢磨によるコンサート 料全席指定5,000円 申専用フォームか電話で、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

# 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(祝日の場合はその翌平日)

[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

🌐 <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](mailto:kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp))

(B ☎354-8430 ✉ [info@eco-yokkaichi.com](mailto: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
12月7日(土)~14日(土) [11日(水)は休館] 9:30~17:00	<b>公害・環境に関する研究作品展</b> 公害と環境に関する小中学生の研究作品を展示します。	所じばさん5階大研修室	A
12月14日(土) 10:00~15:30	<b>四日市市環境フェア</b> ヒノキや貝がらなど自然の材料や水素エネルギーを使った工作体験、環境を守る取り組みの展示をします。	所メイン会場:じばさん6階、一部イベント会場:じばさん5階 研修室5 他四日市市環境活動賞表彰式、およびグリーンカーテンフォトコンテスト表彰式は10:30開始。公害・環境に関する研究発表会、表彰式は13:30開始	A
12月21日(土) 13:30~15:00	<b>しめ縄リースづくり</b> 自然の素材を使ってナチュラルなお正月飾りを作ります。	対15歳以上 所じばさん5階 研修室5 講師 ドライフラワーアレンジメント教室kopal 伊東恭子さん 定12人(応募多数の場合は抽選) 申12月7日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「しめ縄リース」係へ	B
12月22日(日) 13:30~15:30	<b>エコカレッジ4 地域力で目指す脱炭素社会~鳥羽市の取り組み~</b> 地域と連携したエコツアーリズムなど、ゼロカーボンパークに登録されている鳥羽市での取り組みを解説します。	対15歳以上 所じばさん5階 研修室5 講師 鳥羽市環境課 上村渡さん 定20人(応募多数の場合は抽選) 申12月8日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「エコカレッジ4」係へ	B
令和7年 1月11日(土) ①10:00~11:00 ②13:30~14:30	<b>マンスリーキッズ工作 ずぼんぼを作ろう</b> 風ので宙を舞う江戸時代のおもちゃ「ずぼんぼ」を作ってあそびましょう。	対4歳~小学生(保護者同伴) 所じばさん5階 研修室5 定各20人(応募多数の場合は抽選) 申12月21日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「ずぼんぼ」係へ	B
1月19日(日) 10:00~12:00	<b>自然観察会 冬の里山~冬の樹木、里山保全活動~</b> 冬の里山を散策しながら、周辺の生きものや植物を観察してみましょう。	対小学生以上(小学生は保護者同伴) 所南部丘陵公園南ゾーン 定60人(応募多数の場合は抽選) 申令和7年1月5日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「自然観察会1月」係へ	A

## 博物館・プラネタリウム

(☎355-2700 ✉ [hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp))

時	内	申し込みなど
12月14日(土) 18:00~19:30	<b>冬の星空観望会</b> 月明かりがありますが、ふたご座流星群が見られるかもしれません。	所伊坂ダム 他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。天候不良時は中止。さらら号は出勤しません。天候不良などによる実施判断は、開始時刻の3時間前に当館ホームページ、Facebookで発信します

## そらんぽ四日市からのお知らせ

そらんぽ四日市は、受変電および発電機設備などの更新工事のため、令和7年2月28日(金)まで整備休館中です。ご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

イベント・講座

募集

その他

保健たより

# 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	12月28日(土)まで	9:30~17:00	図書展示のお知らせ 「丹羽文雄生誕120年」 所2階 展示コーナー 内四日市生まれの小説家、丹羽文雄を紹介します
	12月5~19日の木曜日	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
	12月6日(金)	14:00~15:30 (13:45開場)	おしゃべりえほんの会 テーマ「新刊絵本を読む」 所2階 視聴覚ホール 内絵本の楽しさを自由に語り合う、大人向けの講座
	12月8日(日)	14:30から	小学生版冬のおはなしぎんのかい(語り)【拡大版】 所2階 視聴覚ホール 師おはなし銀の權
	12月14日(土)		絵本ライブラリー(読み聞かせ) 所1階 児童室 師絵本ライブラリー
	12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」
	12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
	12月25日(水)	14:00から	冬のおはなしびっくりBOX(読みきかせ)【拡大版】 所1階 児童室 師キャンCan 内手話を交えた読みきかせ
あさけ	12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 所幼児コーナー 対乳幼児と保護者
	12月7日(土)	14:00から	紙しばい 所幼児コーナー 師劇団ちょこっと
	12月21日(土)		冬のおはなし会 所1階 身体測定室 師語りの会「どっこいしょ」
楠	12月3日(火)	10:30から	よみきかせ クリスマス 所2階 和室 師すのうほわいと
	12月7日(土)		おはなし会 所2階 研修室 師朗読劇豆
	12月14日(土)		おはなし会 所2階 研修室 師語りの会「どっこいしょ」
	12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 師しらゆきひめ、または職員

## 子ども読書研修会「おはなし会を楽しもう」

市立図書館  
(☎352-5108 FAX352-9897)

対読み聞かせボランティアなどの活動をしている、または活動に興味のある人

時12月15日(日) 10:00~11:30

所市立図書館2階 視聴覚ホール

内読み聞かせや絵本の選び方、みんなで楽しむためのちょっとした工夫を解説

師久居おはなしの会かたつむり前代表 日間賀京子さん

定30人(先着順)

申11月27日以降に、住所、名前(ふりがな)、電話番号、メールアドレス、あれば団体名を専用フォームへ

かファクス、または直接、図書館へ



## 第1回 e-ケアネット よっかいち講演会

障害福祉課

問(特非)なちゅらん

e-ケアネット事務局

(☎329-5262 FAX329-5263)

✉natyuranyokkaichi@helen.ocn.ne.jp

■講演 「悲しみや失意から回復するために、人ができること」~医療的ケアが必要な子どもたちとの関わりを通して~

対障害福祉への理解を深めたい人

時12月15日(日) 10:00~12:00

所文化会館 第3ホール

師貝沼内科小児科院長(e-ケアネ

ットよっかいち代表) 貝沼圭吾さんほか 定120人(先着順)

申12月10日までに、名前、メールアドレス、職業、所属を専用フォームで、または、Eメールから



他手話通訳・要約筆記あり

## 令和6年度 固定資産税・都市計画税(第3期)納期のお知らせ

収納推進課(☎354-8141 FAX354-8309)

12月25日は固定資産税・都市計画税(第3期)の納期限です。納期限までに納付してください。コンビニやeLTAX(エルタックス)などでも納付できます。

口座振替を利用している人は、前日までに振替口座の残高を確認してください。



## 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**12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・不整脈の有無・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）、関節の痛みの有無（ある場合は、部位）を、ファクスかほかき、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。応募者多数の場合は初回の人を優先します

	転ばぬ先の健康教室	脳力リフレッシュ教室	シニア・ここカラ教室
<b>内</b>	介護予防に効果的な運動をします	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
<b>対</b>	おおむね65歳以上の体力低下を感じている人、および要介護認定申請の結果「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	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
<b>時</b>	<陸上運動コース> 1月8～29日の水曜日 全4回 9:45～10:45	<水中運動コース> 1月10～31日の金曜日 全4回 13:30～14:30	<水中運動コース> 1月9～30日の木曜日 全4回 13:30～14:30
<b>定</b>	20人	20人	20人
<b>持</b>	運動できる服装、運動靴（上靴）	水着、水泳帽	水着、水泳帽

### いきいきライフ教室

<b>内</b>	障害のある人と介助者が一緒に運動をします	
<b>対</b>	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 ※手帳所持者で介助の必要がない人は、本人のみで参加できる場合もあります ※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	
<b>時</b>	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から選択し、申し込み時にお知らせください	
<b>定</b>	<水中運動コース> 1月28日（火曜日） 13:30～14:30	<トレーニングジムコース> 1月24日（金曜日） 10:00～11:00
<b>持</b>	各日3組	運動できる服装、運動靴（上靴）

## シルバー人材センター 定期入会説明会

福祉総務課

☎シルバー人材センター

☎354-3670 FAX351-4830

**対**市内に在住する原則60歳以上で、健康で働く意欲のある人

### 定期入会説明会

時	所
12月11日(水) 13:30から	シルバー人材センター（十七軒町）

12月25日(水) 13:30から	あさけプラザ2階 第1小ホール
1月8日(水) 13:30から	シルバー人材センター
1月22日(水) 13:30から	あさけプラザ2階 第1小ホール

**持**筆記用具。当日入会する場合は、  
①年会費3,600円（初年度のみ2,200円） ②銀行か郵便局の通帳（本人名義のもの） ③運転免許証、保険証、マイナンバーカードなど本人確認ができるもの

## 三 二 情 報

◆水沢地区社会福祉協議会 秋のすいざわ「楽し市」

**時**12月1日(日) 10:00～14:00

**所**茶業振興センター（☎329-3367）

◆絵本のひろば クリスマス会

**対**未就園児と保護者 **時**12月5日(木) 10:30

～13:00（10:00受け付け） **所**四日市まんなかこどもステーション **定**8人（先着順）

**料**1,300円（ランチ代込。子どもランチ100円）

**申**事前に、同所（☎351-6670）へ

◆四日市友の会

**所**同会友の家（智積町）

(1)クリスマスセール

**時**12月7日(土) 9:30～12:00

**問**同会（☎326-2081 火・金のみ）

(2)わくわくこどもひろば クリスマスの飾りを作ろう

**対**12歳以下の子どもと家族 **時**12月22日(日)

9:45～11:30 **定**10組 **料**100円/組（保

険代子ども50円） **持**飲み物、手拭きタオル、

あれば上靴 **申**関（☎090-9940-1243）へ

◆第21回四日市大学留学生日本語弁論大会

**時**12月7日(土) 13:00から

**所**四日市大学311教室

**問**同大学留学生支援課（☎365-6793）

◆第39回四日市市障害者大会

**時**12月8日(日) 10:00～12:00

**所**文化会館第2ホール **問**四日市市障害者団体

事務局（☎/FAX354-8306）

◆やさしいエンディングノート講座

**時**12月10日(火) 10:00～11:30 **所**三重県

総合文化センター生涯学習棟4階 小研修室1

**定**30人（先着順） **料**1,000円 **申**終活アドバ

イザー結（☎yui.clover.315@gmail.com）

**他**エンディングノートプレゼント

◆シニア歌の広場（リズムメイトの会）

**時**12月11日(水)、令和7年1月10日(金) いず

れも13:30～15:30 **所**総合会館8階 視聴

覚室 **料**500円（希望者は別途歌詞集代100円）

**問**山田（☎090-5629-0283）

◆映画「地球交響曲」上映会&談話会

**時**12月12日(木) 13:30「9番」、12月14日

(土) 18:00「4番」 **所**総合会館7階 第1研

修室 **定**50人（予約優先・先着順） **料**1,000

円（高校生以下500円） **申**伊藤（☎090-2683

-4562 ☎ytkchy@gmail.com）へ

◆子ども食堂四つ葉SK

**時**12月14日(土) 10:00～14:00

**所**レンタルスペースサイン（鶴の森1丁目）

**定**100人 **料**一般500円、学生無料

**申**12月4日までに、同所公式LINE（ID@575

xhhzx）へ **他**アレルギー対応不可

◆四日市歩こう会

**時**12月15日(日) 8:50近鉄名古屋駅正面改

札口集合、14:20ごろ同駅解散

■主な行き先 小鳥町遺跡、名古屋市資料館、

名城公園ほか（8.2km）、ショートコース（6.6

km） **料**300円（交通費別） **持**弁当、飲み物、

雨具 **他**雨天中止。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

**問**同会 鈴木（☎090-6072-3486）

◆ピバ橋北 ミニロゲイング大会&ミニライブ

**対**市内に在住、または運動・通学する成人を含む

2人以上のグループ **時**12月15日(日) 9:00

から（8:30受け付け） **所**橋北交流会館体育館

**定**80人（先着順） **料**500円/人（小学生以下

は無料） **持**デジタルカメラまたはスマートフォンなど

**申**11月25日～12月6日に、同事務局（☎

vivakyohoku@yahoo.co.jp）へ

◆みえテクノロジーカフェ

「全固体電池材料、次世代でデッドヒート」

**時**12月15日(日) 10:00～12:00 **所**MG

YOKKAICHI（諏訪栄町） **料**500円（ドリンク・菓子付き）

**申**事前に、日本技術士会三重県支部 堀（☎y\_hori@mui.biglobe.ne.jp）へ

生涯学習情報誌「まなぼうや通信」を一緒に作りませんか

市民生活課(☎354-8146 FAX354-8316)
shiminseikatsu@city.yokkaichi.mie.jp

市内の生涯学習情報誌「まなぼうや通信」のボランティア記者となるために、広報紙づくりの基礎や取材方法を学習します。

対 Windowsパソコンの基本操作ができ、メールアドレスを持ち、写真撮影や取材活動に関心のある人
時 令和7年1月20日(月) 10:00~11:45、1月28日(火) 14:00~15:45 全2回

所 総合会館7階 第2研修室
定 5人(応募多数の場合は抽選)
申 12月16日(必着)までに、名前、電話番号、メールアドレスを、専用フォームかEメール、郵送で、〒510-8601 市民生活課へ

新たな事業の創造について

商業労政課
百五総合研究所
(☎059-228-9105 FAX059-228-9380)
chosa@hri105.jp

基調講演 「スタートアップ・新事業創造で重要なこと」
パネルディスカッション 「新たな事業を創造することについて」
対 市内事業者、市内で起業・新規事業の創造を検討する人など

時 12月9日(月) 14:00~16:30 (13:30開場)
所 じばさん6階 ホール
師 百五総合研究所理事兼首席研究員 瀧本和彦さん、市内事業者
定 50人(先着順)
申 12月6日までに、名前、電話番号、所属・職名を、専用フォームかEメールで、百五総合研究所へ

四日市ドーム教室

四日市ドーム(☎330-3131 FAX330-3133)
https://www.yokkaichidome.com/

所 四日市ドーム

申 12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)に必要な事項を記入し、直接、同所へ

他 ●応募多数の場合は抽選(落選者にのみ通知)※当落の目途は締切日から、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申し込み可(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 ●複数の教室の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の場合は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 ●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、③5~12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

スポーツ教室

Table with columns: 教室名, 対, 時, 定, 料. Rows include: フィットフラ教室, ザ・スロー®リンパドレナージュ教室, リフレッシュストレッチ教室, リズムトレーニング教室, ステップ(初級)かんたんステップ運動教室, ZUMBA①・②教室, 辻友寛のENJOYランニング教室, 親子で遊びフィット☆教室, 脂肪燃焼エアロ教室, ゆがみ調整セルフケア教室, 動きケア体操®教室, リフレッシュヨガ教室, 棒びくす®教室.

(※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)

Table with columns: 肩こり・腰痛・猫背改善ストレッチ教室, 筋力UPトレーニング&ストレッチ教室, ストレッチ&エアロ教室, やさしいピラティス教室, スロー・ステップエクササイズ教室, イキイキ体操&ストレッチ教室, SALSATION®(サルセーション)教室.

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	1/24~3/21 全8回 (3/7を除く)	13:00~13:50	30人 4,800円
ボディメイクヨガ教室 師 西久保由美子さん	①	金 1/17~3/28 全10回 (3/7を除く)	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	土 1/18~3/29 全9回 (2/15、3/8を除く)	9:30~10:30	30人 5,400円
Balletone®(バレトン)教室 師 東由紀江さん	⑥		10:45~11:45	30人 5,400円
バランスボールエクササイズ教室 師 横石亜紀さん(※3)	①	1/18~3/29 全10回 (3/8を除く)	12:30~13:30	30人 6,000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、サント社  
 ●サイズ…身長150cm以下:45cmサイズ、150~170cm:55cmサイズ、165~185cm:65cmサイズ

はじめてのキッズダンス教室 師 立松祐樹さん	⑨	土 1/18~3/29 全9回 (3/8・15を除く)	14:00~15:00	30人 5,400円
ヒップホップダンス教室 師 立松祐樹さん	⑤		15:30~16:30	30人 5,400円
辻友寛のボディメイクエクササイズ 師 辻友寛さん	⑦	土 1/18~3/29 全10回 (3/8を除く)	18:00~18:50	30人 6,000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 6,000円

### ■ テニス教室

教室名	対	時	定	料
キッズテニス教室 四日市テニス協会派遣講師	③	水 1/15~3/19 全7回 (2/5、3/5・12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) 師 四日市テニス協会派遣講師(※4)	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) 師 四日市テニス協会派遣講師(※4)	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


### ■ 文化教室

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 1/17~3/28 全6回 (1/24、2/7・21、3/7・21を除く)	18:00~19:00	20人 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		19:30~20:45	20人 9,600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各1回/500円。台数はいずれも5丁まで。レンタル三味線の持ち帰りは不可)  
 ※中級クラスは、初級クラスを既に受講した人が対象。

## 「もったいない」を「ありがとう」に フードドライブ開催

生活環境課

(☎354-8192 FAX354-4412  
1728016610295)

食品ロス削減のため、ご家庭で眠っている食品をぜひお持ちください。四日市市環境フェアと同時開催です。

### ■ 寄付できる食品

- ・常温保存ができて、未開封
- ・賞味期限まで1カ月以上ある
- ※缶詰、米、乾物(パスタ、うどんなど)、レトルト食品、飲料、お菓子、調味料など

### ■ 寄付できない食品

- ・生鮮食品(生ものや野菜など)
  - ・包装や外装が破損している
  - ・ほかの容器に移し替えたもの
  - ・賞味期限が明記されていない(米は除く)
  - ・手作りのもの(クッキーなど)
  - ・アルコール類(料理酒、しょう油、みりんは除く)
- ※寄付できない食品はお持ち帰りいただきます

時 12月14日(土) 10:00~15:30

所 じばさん1階 正面入口

他 寄付された食品は、四日市市社会福祉協議会を通じて子ども食堂などの団体に寄付します

## 三二情報

### ◆子ども環境サミットとエコの和を上げよう!

時 12月15日(日) 10:00~15:00  
 所 少年自然の家 定30人 料 子ども500円、大人700円 持弁当、飲み物、筆記用具、軍手  
 申 12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)

### ◆四日市交響楽団 第23回室内楽演奏会(無料)

時 12月15日(日) 13:30開演(13:00開場)  
 所 文化会館第2ホール  
 問 水谷(☎090-1831-5086)

### ◆クリスマスコンサート(無料)

時 12月15日(日) 14:00~15:00

所 総合会館7階 第3研修室

問 子どもと若者の居場所(☎355-1320)

### ◆クリスマスJ. ゴスペルコンサート(無料)

時 12月20日(金) 19:00~20:00

所 あさけプラザホール 問 ロパの子J. ゴスペル

クラブ(☎090-9915-6972)へ

### ◆第15回フードパントリー食料品無料提供します

時 12月21日(土) 10:00~11:00(9:00~

受け付け) 所 文化会館第4ホール

問 フードパントリーよっかいち 古本(☎090-1414-3353)へ

### ◆緩和ケア講座 ごきげんは自分で作る

時 12月21日(土) 10:00~12:00

所 想鼓(下海老町) 定10人 料1,000円

申 問 あした葉(☎wkiwkiriko@solid.ocn.ne.jp)

### ◆親子料理! キッシュに挑戦&「ほめてレ」

対 小学生以上の親子

時 12月21日(土) 10:30~14:30ごろ

所 富洲原地区市民センター調理室 定5組

料 2,000円/組 持 エプロン、筆記用具、ふきん

申 問 セパ三重(☎sepamie@yahoo.co.jp)へ

### ◆大正琴で綴る「時代を彩る名曲たち」

時 12月22日(日) 10:00から

所 あさけプラザホール 定326人

問 伊藤(☎090-9944-0448)へ

### ◆書初めを仕上げよう

対 小・中学生

時 12月26日(木) 10:00~15:00

所 体験ひら☆こどもスペース四日市 定10人

料 2000円 問 申 同所(☎/FAX321-0883)へ

### ◆「アンネ・フランクと旅する日記」上映会

時 12月28日(土) ①10:00 ②13:30

所 あさけプラザホール 定各216人

料 前売券1,000円(当日1,200円)

問 四日市良い映画を観る会 村上(☎wg482527@pc5.soi-net.ne.jp)

### ◆優奏コンサート~津軽三味線エンターテインメント~

対 小学生以上 時 令和7年1月13日(祝)

14:30開演(14:00開場) 所 文化会館第2

ホール 料 自由席:一般3,000円、高校生以下

500円 問 優奏コンサート2025実行委員会

(☎090-6074-5561)

### ◆「四日市・写の会」会員募集

対 市内に在住または勤務する写真愛好家

時 ①教室 毎月第2木曜日 ②野外撮影実習

毎月第4木曜日 所 ①なやプラザ会議室 ②三

重県内とその周辺県 料 4,000円/月 持 撮影

に必要な機材 申 大湊(080-2077-1988)へ

### ◆社交ダンス「信章クラブ」会員募集

時 毎週木曜日 13:15から(月4回)

所 ヘルズプラザ2階 軽運動室 料 2,500円/

月 問 山口(☎080-3653-1044)

### ◆三重県警察からのお知らせ

中央通り再編事業などに伴い令和7年3月末

で、中央通り北、JR四日市駅前北、諏訪新道、

近鉄四日市駅西にあるパーキング・メーターお

よびパーキング・チケットの運用を終了します。

今後は周辺駐車場をご利用ください。

問 四日市南警察署交通第1課(☎355-0110)

高い情報

イベント・講座

募集

その他

保健たより

## 令和6年度 冬季スポーツ教室が始まります

スポーツ協会 (中央緑地施設管理事務所内 ☎345-4111 FAX346-7767 📧taiyou.044@y-sports.jp 🌐https://www.y-sports.jp)

**対**市内に在住、または通勤・通学する人 (年齢は教室初日、学年は令和6年4月1日現在)

**申**12月11日 (必着) までに、教室名、住所、名前 (ふりがな) [親子教室は親と子の名前 (ふりがな)]、性別、年齢・学年、電話番号、託児付き教室の託児を希望する場合は、子どもの名前 (ふりがな)、性別・年齢を、Eメールか往復はがきで、または直接、〒510-0886 日永東1丁目3-21 四日市市スポーツ協会「スポーツ教室申込」係へ。直接申し込む場合は、申込書に返信用はがき (裏面は白紙) を添付してください。申込書は、同協会ホームページから入手できます。Eメールで申し込む場合は、パソコンからのEメールを受信できるアドレスで申し込んでください (応募多数の場合は抽選。結果は全員に通知)

**他**●料金は保険料を含みます ●受講料は、教室初日に集金します ●乳幼児同伴での教室参加はご遠慮ください ●子どものみのロビーでの待機は禁止します ●申込状況により、開催中止となる場合があります ●教室中の写真・映像などの肖像権および掲載に関する使用権は、主催者に帰属し、同所ホームページ・情報発信案内およびパンフレットなどに使用することを了承した上で申し込んでください

教室名	対	時	所	定	料
親と子のウェルネスリトミック①	親と子(1~3歳)	1/14~3/25 全10回 9:30~10:15	総合体育館多目的室1	15組	8,000円
親と子のウェルネスリトミック②		1/14~3/25 全10回 10:30~11:15			
アナトミック骨盤ヨガ	16歳以上	1/7~3/18 全10回 19:00~20:30		50人	5,000円
ウォーキング&ストレッチ	16歳以上	1/8~3/19 全10回 9:30~11:00	中央フットボール場Aフィールド	40人	4,000円
スロージョギング		1/8~3/19 全10回 11:00~12:30			
バランスボールエクササイズ	16歳以上の女性	1/8~3/12 全10回 13:15~14:15	総合体育館多目的室2	20人	5,000円
やさしいピラティス		1/8~3/12 全10回 14:45~15:45		50人	5,000円
卓球	16歳以上	1/9~3/13 全9回 9:30~11:30	総合体育館アリーナ	60人	4,500円
骨盤エクササイズ&ウェーブリング	16歳以上の女性	1/9~3/27 全10回 19:30~20:30	総合体育館多目的室1	60人	5,000円
プア レファ(フラダンス)		1/24~3/28 全7回 10:00~11:30	総合体育館多目的室1	50人	3,500円
ZUMBA	1/24~3/28 全7回 13:30~14:30	総合体育館多目的室2			
かけっこ教室(長距離走の練習含む)	小学1~3年生	1/11~3/22 全10回 9:00~10:00	桜多目的広場	30人	4,000円
ジュニア陸上(長距離走の練習含む)	小学4~6年生	1/11~3/22 全10回 10:30~12:00			
マット運動が上手になるレスリング教室	年少~中学3年生	1/11~3/15 全10回 9:00~10:00	中央レスリング	20人	4,000円
託児付き	16歳以上	月 1/6~3/24 全10回 10:00~11:30	中央第2体育館	50人	5,000円
		水 1/8~3/19 全10回 10:00~11:30			
		金 1/17~3/21 全9回 9:30~10:30		70人	4,500円
		金 1/17~3/21 全9回 11:00~12:00			
託児	1歳以上	各教室と同日程		幼児室	各25人 2,700円~

※四日市テニスセンターでは、ジュニアスクール、一般スクール、初心・初中級・中級の各教室を年間を通じて水・木・金曜日に時間帯を設定して実施しています。申し込み・問い合わせは、テニス教室専用ダイヤル (☎080-4844-0968) へ

### 第74回四日市市民芸術文化祭「四日市の第九」

文化課

☎四日市の第九実行委員会

細谷 (☎070-4317-9643)

📧yokkaichinodai9@gmail.com

**時**12月28日(土) 14:00開演

**所**文化会館第1ホール

**内**第1部 カルメン行進曲、アヴェ・マリアほか

第2部 交響曲第九番ニ短調作品125合唱付

**出演** 指揮：井村誠貴、演奏：セントラル愛知交響楽団、ソリスト：ソプラノ 倉本亜紗、アルト 伊藤理絵、テノール 上ノ坊航也、バス 大倉一将、合唱：2024公募市民合唱団「フロイデ」、賛助出演：女性アンサンブルMarimo座、名古屋芸術大学学生有志

**料**A席指定席3,500円(当日3,800円)、B席指定席3,000円(当日)

3,300円)、一般自由席2,500円(当日2,800円)、高校生以下自由席1,500円(当日1,800円)。文化会館で販売中

**他**詳しくは、「四日市の第九」ホームページまで



### 介護予防教室

#### 「オーラルフレイル予防講座」

高齢福祉課

☎介護予防等拠点施設(ステップ四日市) (☎348-4008 FAX346-4070)

**対**おおむね65歳以上の市民

**時**12月16日(月) 14:00~15:00 (13:40受け付け)

**所**ステップ四日市2階 ホール(日永東一丁目)

**内**オーラルフレイル(口腔機能の衰え)の原因と予防・対策を、実技を交えて講義

**師**主体会病院言語聴覚士 田中弘晟さん

**定**30人程度(応募多数の場合は抽選)

**持**筆記用具、上靴

**申**12月6日までに、住所、名前、性別、年齢、電話番号を、専用フォームかファクス、または電話で、ステップ四日市へ



### 窓口で終活情報を登録できます

高齢福祉課(☎354-8170 FAX354-8280)

身寄りのないひとり暮らしの高齢者などが、緊急連絡先、医療情報、エンディングノートの保管場所などをあらかじめ登録しておき、万が一の際に知人や関係機関に伝えられるようにするため、終活情報を登録できます。

登録を希望する人は高齢福祉課(市役所3階)までご相談ください。

**対**市内に在住するひとり暮らしの高齢者で身寄りがない、または頼れる親族がいない人

## 令和6年度 第Ⅲ期 外国語講座

国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931)

✉yic@yokkaichi-shinko.com 🌐https://yokkaichi-shinko.com/yic  
月曜日、祝日休館)

- 対**16歳以上 **時内**下表のとおり **所**本町プラザ6階  
**定**各15人程度(先着順。5人以下の場合は開講しない場合もあり)  
**料**一般14,300円、賛助会員13,200円(全10回分。テキスト代込み。ただし、英会話入門・初級・中級、Understanding Englishは、別途3,200円程度必要)  
**申**12月8～19日(必着)に、受講希望講座名、郵便番号、住所、名前(ふりがな)、日中連絡のとれる電話番号、メールアドレス(必須)、語学のレベル、受講動機をEメールかファクス、または、往復はがきで、〒510-0093 本町9-8 国際交流センターへ  
 ※賛助会員は、12月1日から先行受付します  
**他**同センターのホームページまたは各地区市民センターで配布する募集案内で、詳しい内容を必ずご確認の上、お申し込みください  
 ※開講講座の見学は、初回のみ可

※下表の「レベル」について

- ★：初めて学ぶ ★★：発音等の基礎や簡単なあいさつができる  
 ★★★：少し簡単な会話ができる ★★★★：会話や文書をもう少し深めたい  
 ★★★★★：表現力や聞き取り能力などを高めたい

曜日	時間	開講講座	レベル	開催期間
火	19:00-20:30	はじめてのインドネシア語	★	令和7年 1月7日～ 3月18日
水	10:00-11:30	タイ語 入門	★★	1月8日～ 3月12日
木	19:00-20:30	ハングル 初級	★★	1月9日～ 3月13日
		ベトナム語 入門	★★	
金	9:20-10:50	英会話 入門	★★	1月10日～ 3月14日
	11:10-12:40	英会話 初級	★★★★	
	13:30-15:00	英会話 中級	★★★★★	
	19:00-20:30	中国語 入門	★★	
土	9:10-10:40	ハングル 入門	★★	1月11日～ 3月15日
	11:00-12:30	ベトナム語 初級	★★	
	13:00-14:30	Understanding English	★★★★	
	14:50-16:20	スペイン語 入門	★★	

## ステップ四日市 映画 「オレンジ・ランプ」上映会

高齢福祉課

☎介護予防等拠点施設(ステップ四日市)  
(☎348-4008 FAX346-4070)

- 時**12月14日(土)  
 ①10:00～12:00(9:30受け付け)  
 ②13:30～15:30(13:00受け付け)  
**対**市内に在住、または通勤・通学する人 **所**ステップ四日市  
**内**39歳で若年性認知症と診断された丹野智文さんの実話に基づく映画  
**定**各40人(先着順)  
**申**12月6日(必着)までに、住所、名前、電話番号、参加希望時間(①または②)を、専用フォームかファクス、はがきで、〒510-0886 日永東1丁目2-27 ステップ四日市へ  
**他**落選者のみ通知。同日、同所で「見学会&もの忘れ相談会」を開催。相談を希望する場合は、要申し込み



## 募集

### 御池沼沢植物群落 環境保全ボランティア募集

文化課 (☎354-8238 FAX354-4873)  
 ✉bunka@city.yokkaichi.mie.jp  
 🌐1664789395339)

- 対**植物や環境保全に興味のある人  
**時**12月8日(日) 9:00～12:00  
**所**御池沼沢植物群落東部指定地(西坂部町)  
**持**作業しやすく汚れてもよい服装、長靴、あれば草刈機  
**申**12月3日までに、名前、参加人数、電話番号、メールアドレス、交通手段、草刈り機の有無を、専用フォームかEメール、電話で、文化課へ  
**他**交通費の支給はありません。駐車場は、大池中学校(下海老町)武道場横駐車場をご利用ください。傷害保険に加入します



市立四日市病院  
職員募集市立四日市病院総務課  
(☎354-1111 FAX352-1565)

## 募集職種

- ①手話通訳士(正職員)
- ②手話通訳士・手話通訳者(会計年度任用職員)

## 受験資格

- ①昭和60年4月2日以降生まれ
- ②昭和40年4月2日以降生まれ

## 採用予定日 令和7年4月1日

## 募集人数 各1人程度

## 試験日 12月21日(土) 9:00

## 場所 市立四日市病院

## 応募期限

12月10日(火) 17:15(必着)

## 募集案内請求と応募先

〒510-8567 芝田二丁目2-37 市立四日市病院総務課

四日市市奨学金  
奨学生の募集教育総務課(☎354-8236 FAX354-8308  
HPID1632475301453)

経済的な理由で修学が困難な人を対象に奨学生を募集します。

申12月2~25日 17:00までに、願書と必要書類を、郵送で、または直接、在学中の学校(市内中学校の場合)、または〒510-8601 教育総務課(市役所9階)へ

他募集要項と願書は、同課、各地区市民センター(中部除く)、および市内各中学・高校で配布。市ホームページからも入手可。願書の郵送を希望する人は、140円切手を貼った返信用封筒を同封し、同課へ。予算の範囲内で採用します

## (1)月額奨学金(1/2給付、1/2貸与)

対令和7年度に、①大学、短大、高専(専攻科)、専修学校専門課程(高等学校卒業後入学。修業年限2年以上) ②高校、中等教育学校(後期課程)、高専(専攻科を除く)、特別支援学校高等部、専修学校高等課

程(中学校卒業後入学。修業年限2年以上)などに進学予定、または引き続き在学し、本人か保護者が市内に在住する人(所得制限あり)

## 定各25人

■支給額 ①24,000円 ②12,000円  
※条件を満たせば貸与も返還免除となります

## (2)入学支度金(全額給付)

対(1)の対象者のうち、令和7年度に入学する人

■支給額 ①50,000円 ②40,000円  
※入学支度金のみ申し込みは不可

訪問看護スキルアップ研修  
受講生募集

保健企画課(HPID1728431189214)  
問四日市看護医療大学(☎340-0703  
FAX361-1401 ①zk@y-hm.ac.jp)

対市内の訪問看護ステーション、および福祉の現場に勤務する看護師  
時12月13日(金) 18:00~19:30  
所四日市看護医療大学(萱生町)  
※オンライン受講可

## 内急変時の対応について

師三重県立総合医療センター急性・重症患者看護CNS 奥田美香さん  
定30人(先着順)

申12月11日までに、申込書を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

(公財)四日市市文化  
まちづくり財団職員募集

文化課

問(公財)四日市市文化まちづくり財団  
(☎354-8328 FAX354-8349)

## 募集職種 事務職、技術職

## 職務内容

財団が管理運営をする施設で、一般事務と施設の整備・修繕などに従事

## 募集人数 2人程度

■採用予定日 令和7年4月1日

## 第1次試験日・会場

令和7年1月19日(日)

本町プラザ2階 第1会議室

■応募期間・応募先 12月2~23日(必着)までに、所定の受験申込書を、郵送で、または直接、〒510-0093 本町9-8(公財)四日市市文化まちづくり財団経営企画室(本町プラザ6階)へ

他詳しくは、同財団ホームページの募集要項まで

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 FAX354-6013)

対保育士資格を有する人

■主な業務 公立保育園・こども園でのクラス担当・特別支援加配などの保育業務

■勤務条件 勤務日数・時間については相談に応じます

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、市ホームページまで

保育補助[会計年度任用職員  
(パートタイム)]の募集

保育幼稚園課(☎354-8173 FAX354-6013)

## 勤務地

市内の公立保育園・こども園

■勤務条件 週1~5日勤務(主に午後・夕方または早朝の時間帯)

申勤務を希望する園へ直接ご連絡ください

## 市立保育園・認定こども園給食用共同購入物資の納入業者募集

保育幼稚園課(☎354-8172 FAX354-6013)

申12月2~13日に、保育幼稚園課(総合会館3階)にある所定の登録申請書を、直接、同課へ

## 保育士応援・魅力アップ セミナー参加者募集

保育幼稚園課  
(☎354-8173 FAX354-6013)

- 対** 保育所勤務にブランクのある人、  
保育士に興味がある人  
**時** 1月18日(土) 10:00~12:00  
**所** 総合会館7階 第3研修室  
**申** 令和7年1月10日まで  
に、専用フォームから



## 消防出初式 こども隊長募集

消防救急課  
(☎356-2004 FAX356-2016)  
▶<https://yokkaichisyoubou.jp>

- 消防出初式の分列行進で消防車に  
乗車することも隊長を募集します。  
**対** 市内か朝日町、川越町に在住する  
6~12歳(平成24年4月2日~平  
成30年4月1日生まれ)  
**時** 令和7年1月12日(日)  
9:00~11:40(小雨・小雪実施)  
**所** 四日市ドームおよび周辺  
**定** 21人(応募多数の場合は抽選。当  
選者には12月19日午後に電話で  
連絡)  
**申** 11月25日~12月13日(消印有効)  
までに、消防本部ホームページか  
ら、または、郵送で、〒510-0087  
消防救急課へ。または直接、各消  
防署・分署・出張所の受付窓口へ。  
申込書は消防本部ホームページで  
入手可。団体での申し込みは不可

## 北大谷・塩浜霊園 空き区画墓地使用者を募集

生活環境課(☎354-8186 FAX354-4412)  
▶[▶](https://www.city-yokkaichijapan.jp)[1667544112564](https://www.city-yokkaichijapan.jp)

- 対** 市営霊園に墓地を持っていないか、  
市営霊園に墓地を持っていて墓地  
を移転したい人で、8月30日以前  
から本市に住民登録がある人  
**募集内容**  
●北大谷霊園(大字松本)

墓地面積	募集区画数	墓地使用料
8㎡	13区画	1,120,000円
6㎡	5区画	840,000円
4㎡	27区画	560,000円

※別途、墓地管理料が必要です

●塩浜霊園(大字塩浜)

墓地面積	募集区画数	墓地使用料
2.25㎡	12区画	120,000円

- 受付期間** 11月28日~12月6日  
(開庁日の8:30~17:15)  
**申** 世帯全員の住民票と印鑑を持って、  
直接、生活環境課(市役所5階)へ  
**他** 申し込みは、1世帯1区画に限る。  
使用者と区画の選択順位は抽選で  
決定し、補欠者も同時に抽選します

## やきものたまご創生塾 令和7年度研修生募集

工業振興課  
▶[▶](https://www.city-yokkaichijapan.jp)[萬古陶磁器工業協同組合](https://www.city-yokkaichijapan.jp)  
(☎331-7146 FAX331-8263)

- 内** 製陶技術者に必要な知識と、ロク  
ロ成形を中心とした陶磁器の製造  
を学びます  
**応募資格**  
次の要件をすべて満たす人  
・現在、萬古焼の製造業などに従  
事している、または研修終了後、  
萬古焼の製造業などに従事する  
ことを希望する  
・義務教育を修了している  
**研修期間**  
令和7年4月21日(月)~  
令和8年3月6日(金)  
**研修場所** 三重県工業研究所窯業  
研究室(東阿倉川)ほか  
**料** 18万円[準備研修費2万円、本研  
修費16万円(半期に8万円ずつ納  
入)自己負担が別途必要となる場  
合あり]  
**申** 12月9日(必着)までに、応募書  
類一式を、郵送で、または直接、〒  
510-0032 京町2-13 萬古  
陶磁器工業協同組合へ  
**他** 応募用紙(願書、履歴書、作文の  
様式)は同組合で配布。研修生は  
書類選考と面接で決定[面接日は▶

令和7年1月14日(火)]。定員に  
満たない場合は2次募集を実施

## その他

### 納めた国民年金保険料は 社会保険料控除の対象

保険年金課  
▶[▶](https://www.city-yokkaichijapan.jp)[四日市年金事務所](https://www.city-yokkaichijapan.jp)  
(☎353-5515 FAX354-5011)  
ねんきん加入者ダイヤル  
(☎0570-003-004)

国民年金保険料は、社会保険料控  
除としてその年の課税所得から控除  
されます。ご自身の保険料だけでなく、  
ご家族の保険料を支払った場合、そ  
の分もあわせて控除が受けられます。  
保険料を納付した人には、日本年  
金機構から「社会保険料控除証明書」  
が送付されます(令和6年1~9月に  
納付した人は11月上旬、それ以降に  
のみ納付した人は令和7年2月上旬)。  
年末調整または確定申告の手続き  
にはこの証明書(または領収書)の  
添付が必要です。

### 大規模小売店舗届出(変更) の縦覧をしています

商業労政課(☎354-8175 FAX354-8307)  
▶[▶](https://www.city-yokkaichijapan.jp)[1001000001380](https://www.city-yokkaichijapan.jp)

- 縦覧期間中は、誰でも意見書を提  
出できます。  
**店舗名称** 四日市ファッションモ  
ール(十七軒町287番、288番、  
289番)  
**届出事項** 大規模小売店舗を設置  
する者の氏名または名称・住所、法  
人によっては代表者の氏名  
**縦覧場所**  
商業労政課(市役所7階)  
**縦覧・意見書提出期間**  
令和7年2月3日(月)まで  
**意見書の提出**  
郵送で、または直接、〒514-8570  
三重県中小企業・サービス産業振  
興課へ  
**他** 詳しくは、市ホームページまで

## 四日市都市計画道路 北勢バイパスの変更案の縦覧

都市計画課(☎354-8272 FAX354-8404)

縦覧期間中は、誰でも意見書を提出できます。

### 縦覧する都市計画変更案

四日市都市計画道路 3・3・91号  
北勢バイパスの変更

### 縦覧・意見書提出期間

12月13日(金)～27日(金)

縦覧場所 三重県都市政策課(県庁4階)、都市計画課(市役所4階)、神前・川島・四郷・内部・小山田の各地区市民センター

意見書の提出先 郵送で、または直接、〒514-8570 三重県都市政策課へ

## マイナンバー制度に関する 特定個人情報保護評価書 (案)の意見募集

デジタル戦略課(☎354-8106 FAX325-7530)

✉digital@city.yokkaichi.mie.jp

HPID1728539757017)

マイナンバーを取り扱う事務(住民基本台帳や、個人住民税に関する事務など)では、安全対策が十分に取られていることを確認するため、特定個人情報保護評価書を作成し、公開しています。

この度、評価書の見直しをするため、ご意見を募集します

### ◆特定個人情報保護評価書(案)

資料の入手先 市ホームページ、デジタル戦略課(市役所7階)、市政情報センター(市役所北館1階)、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

募集期間 12月17日(消印有効)

### 意見の提出方法

住所、名前を記入し、Eメールかファクス、郵送、または直接、〒510-8601 デジタル戦略課へ

他マイナンバー制度の詳細については、デジタル庁ホームページ(HP) <https://www.digital.go.jp/>

policies/mynumber)、特定個人情報保護評価の詳細については、個人情報保護委員会ホームページ(HP) <https://www.ppc.go.jp/legal/assessment/> まで

## 合併処理浄化槽 維持管理補助金

生活排水課(☎354-8402 FAX354-8375)

対次の条件をすべて満たす人

- (1) 下水道などの供用区域外(諸条件あり)に合併処理浄化槽を設置している  
※単独処理浄化槽は対象外
- (2) 申請者が居住している専用住宅または併用住宅(面積制限あり)
- (3) 年1回の法定検査の判定が「適正」か「おおむね適正」である  
※新たに設置した浄化槽の初回の法定検査は対象外

### 補助額

人槽	補助額
5～6人槽	16,000円
7～9人槽	18,000円
10～50人槽	22,000円

※昨年度より増額

対象者には、「三重県水質検査センター」から法定検査の結果書とともに申請書類一式を送付。令和7年3月31日(必着)までに、申請書と法定検査結果書(令和6年度のもの)の写しを、郵送で、または直接、〒510-0076 堀木一丁目3-18 生活排水課へ

## 12月1日は世界エイズデー HIV検査(無料)のご案内

保健予防課(☎352-0595 FAX351-3304)

HIV感染の早期発見・治療で、エイズの発症を抑えることができます。

### 夜間検査増設日

12月4日(水) 17:30～19:00

通常検査日 本号21ページ参照

### 検査について

●匿名検査・予約不要

●結果を聞くために、再度来所が必要

●HIV検査と一緒に、B型肝炎・C型肝炎・梅毒の検査も受診可  
所保健所(総合会館5階)

## 一般競争入札で 市有地を売り払います

市立四日市病院事務局総務課

(☎354-1111 FAX352-1565)

物件 土地:前田町339番1  
(宅地 392.18㎡)

### 入札参加申込期間

12月11日(水)まで

### 受付

市立四日市病院総務課(2階)

### 入札・開札の日時・場所

12月19日(木) 10:00から  
市立四日市病院講堂(2階)

### 予定価格(最低入札価格)

1,160万9,000円

## コンビニ交付サービス 一時停止

市民課(☎354-8152 FAX359-0282)

メンテナンス作業のため、コンビニ交付サービスを一時停止します。

### すべての証明書

時12月11日(水)・29日(日)  
～1月3日(金) 終日

### 市民窓口サービスセンター

(近鉄四日市駅高架下)

年末年始は休業します

休12月29日(日)～1月3日(金)

※戸籍届出は、市役所地下1階夜間・休日受付で年末年始中も預かります

### ◆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



## 令和6年度 四日市市スポーツ特別栄誉賞・ 功労賞・有功賞・地域有功賞が決定

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432)

本市のスポーツ振興に貢献いただいた次の皆さんを表彰しました。

**スポーツ特別栄誉賞** (オリンピック競技大会において、最も優秀な成績を挙げた市民・本市出身者を表彰)



**藤波 朱理さん**

パリ2024オリンピックレスリング女子53kg級において、金メダルを獲得され、多くの市民に感動と勇気を与えるとともに、本市のスポーツ振興に多大な貢献をされました。

**スポーツ功労賞** (オリンピック競技大会に出場した市民・本市出身者を表彰)



**岡村 真さん**

パリ2024オリンピック体操女子に出場され、本市のスポーツの発展と競技力向上に大きく寄与され、スポーツ振興に多大な貢献をされました。



**谷口 卓さん**

パリ2024オリンピック競泳に出場され、本市のスポーツの発展と競技力向上に大きく寄与され、スポーツ振興に多大な貢献をされました。

※水谷 咲良さん(ラグビー女子7人制)は辞退

**スポーツ有功賞** (永年にわたりスポーツ・レクリエーション団体において、普及、発展に貢献された市民を表彰)

- 川北 尚子さん(四日市市レスリング協会)
- 黒田 輝子さん(四日市ソフトバレーボール連盟)
- 鈴木 良明さん(四日市市スポーツ少年団)
- 竹内 ひとみさん(四日市テニス協会)
- 西口 明弘さん(四日市市スポーツ推進委員協議会)
- 長谷川 光男さん(四日市弓道協会)
- 前島 俊彦さん(四日市市スポーツ少年団)
- 森 啓祐さん(四日市ゲートボール連合会)

**スポーツ地域有功賞** (永年にわたり地域におけるボランティアとしてスポーツ・レクリエーションの普及、発展に貢献された市民を表彰)

- 伊藤 俊一さん(大矢知地区連合自治会)
- 渡邊 卓也さん(内部地区連合自治会)

## 令和6年度 生涯スポーツ功労者・優良団体 文部科学大臣表彰

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432)

スポーツの健全な普及と発展に貢献し、地域スポーツの振興に顕著な成果をあげたため、本市から1人と1団体が表彰されました。

**生涯スポーツ功労者** 向井 圭子さん

**生涯スポーツ優良団体** 四日市市スポーツ推進委員協議会

## 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  
(市役所北館5階)

[☎340-8371 FAX340-8372 (木曜日、  
第1土曜日、第3土曜日の翌日は休業。  
12月14日(土)・15日(日)は臨時休業)]

マイナンバーカードの申請をサポートします(予約不要)。

### 12月の開催予定

時	所
1日(日) 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)
7日(土) 8日(日) 21日(土) 22日(日) 10:00~ 18:00	イオンモール四日市北 (1階 専門店通路)
14日(土) 15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)

## 宝くじ助成金で 備品を購入しました

市民生活課(☎354-8146 FAX354-8316)

宝くじの社会貢献広報事業である  
コミュニティ助成事業を活用し、北  
小松町自治会では、コミュニティ活  
動で使用するプロジ  
ェクターなどの備品  
を購入しました。



## 日永地区都市計画 マスタープラン案を縦覧

都市計画課(☎354-8214 FAX354-8404)

縦覧期間中、住民および利害関係  
者は、意見書を提出できます。

### 縦覧する案

日永地区都市計画マスタープラン

### 縦覧・意見書提出期間

11月28日(木)~12月12日(木)

縦覧場所 都市計画課(市役所4  
階)、日永地区市民センター

意見書の提出先 郵送で、または  
直接、〒510-8601 都市計画課へ

## 国民健康保険の保険証に関するお知らせ

保険年金課  
(☎354-8159 FAX359-0288)

12月2日で現行の健康保険証は新規発行が終了し、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)の利用が基本となります。

ただし、12月2日時点でお使いの保険証は、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、新たに加入するときや、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。医療機関などの窓口で提示すれば、これまでと同様に受診できます。

### ◆保険証の有効期限が切れる前に、次のとおりお送りします

マイナ保険証をお持ちの人には、「資格情報のお知らせ」を送付します。マイナ保険証の読み取りができない時は、医療機関などの窓口でマイナンバーカードと一緒に提示することで受診できます。マイナ保険証をお持ちでない人は、申請によらず「資格確認書」を送付します。

## 三重県後期高齢者医療広域連合からのお知らせ

保険年金課

☎三重県後期高齢者医療広域連合事業課  
資格保険料グループ(☎059-221-6883)

### ◆保険証などの取り扱い

12月2日で保険証、限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証の新規発行が終了します。

ただし、12月2日時点で有効な証は、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日以降に75歳の誕生日を迎える人、住所や負担区分などの変更、もしくは紛失した時は、「資格確認書」を交付します。医療機関などの窓口で提示すれば、これまでと同様に受診できます。

同様に受診できます。

なお、保険証と資格確認書の有効期限後は、マイナ保険証をお持ちの人は「資格情報のお知らせ」が、お持ちでない人は「資格確認書」が交付(申請不要)されます。

## ミニ情報(1月下旬号)の締め切り日にご注意ください

広報マーケティング課  
(☎354-8244 FAX354-3974)

広報よっかいち1月下旬号の「ミニ情報」の締め切りは、通常(原則、発行前月の15日)より早い、12月10日です。

### ■下旬号の発行日

毎月20日(おおむね1週間で配布完了)

### ■掲載対象

発行翌日の1日以降に開催か、申し込み締め切りがある催し

## 大規模小売店舗届出(変更)の縦覧をしています

商業労政課  
(☎354-8175 FAX354-8307  
HPID1001000001380)

縦覧期間中は、誰でも意見書を提出できます。

### ■店舗名称

ヤマダ電機テックランド四日市店・ニトリ四日市店(十七軒町201番外)

### ■届出事項

大規模小売店舗を設置する者の氏名または名称・住所、法人にあっては代表者の氏名

### ■縦覧場所

商業労政課(市役所7階)

### ■縦覧・意見書提出期間

令和7年2月3日(月)まで

### ■意見書の提出

郵送で、または直接、〒514-8570 三重県中小企業・サービス産業振興課へ

他詳しくは、市ホームページまで



## 四日市けいりん

本場開催

12月6・7・8・21・22・23日

場外発売 12月①・②・③・④・⑤・⑥・⑦・⑧・⑨・⑩・⑪・⑫・⑬・⑭・⑮・⑯・⑰・⑱・⑲・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・ソフトバレーボール・インディアカ

12/11・17 C

12/6 D

バドミントン 12/11 D

卓球 12/4 C

12/5・9・10 F

バスケットボール 12/18 F

バレーボール 12/2 E

ハンドボール 12/16 E

### ●弓道場(弓道で使用する場合)

近的射場 12/10 A

12/7・18・21 C

12/1~6・8・9・11・16・

17・19・20・22・28 F

遠的射場 12/10 A 12/21 C

12/1 E

12/3・5・7・17・19・28 F

### ●弓道場(アーチェリーで使用する場合)

遠的射場(全面) 12/8・18 C

12/2・4・6・9・11・

16・20・22 F

### ●トレーニングルーム

12/4 C

12/1~3・5~11・16~22・28 F

※12/7 9:00~12:00はマシンエリアのみ一般公開となります

中央第2体育館(☎345-4111)

バドミントン 12/13 A 12/9・16 E

12/4・5・10・12・25 F

卓球 12/24 I

12/18・19 A

12/2・23 E

12/3・11・17・26 F

四日市ドーム(☎330-3131)

スケートボード 12/3・5・12・19 J

グラウンドゴルフ 12/23 D

あさけプラザ体育館(☎363-0123)

バドミントン・卓球 12/7・14・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み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の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、公費による接種は令和7年3月末までです。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
<b>パパママ教室</b> (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4月6日以降(教室参加時、妊娠28週未満)の妊婦・その家族 <b>定</b> 15組	1月12日(日) 9:30~12:00	12月26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
<b>パンダひろば</b> (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	12月9日(月) 10:00~11:00	12月5日	所総合会館5階 <b>申</b> 不要 <b>申</b> 電話
<b>さくらんぼひろば</b> (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	12月6日(金) 10:00~11:00		
<b>乳幼児食教室</b> (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	<b>定</b> 各15人 4~7カ月児 8~12カ月児	1月17日(金) 10:30~11:50 1月28日(火)	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 <b>持</b> だっこひもなど 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 <b>持</b> 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
<b>1歳のバースデー歯科教室</b> (講話・歯科健診など)	10カ月~1歳3カ月の乳幼児 <b>定</b> 各15人	1月21日(火) 13:30~15:00 1月24日(金) 10:00~11:30		
<b>2歳のバースデー歯科教室</b> (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 <b>定</b> 各15人	1月21日(火) 10:00~11:30 1月31日(金) 10:00~11:30		
<b>家庭訪問・電話相談</b>	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 ※いずれも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
12月7日(土) 10:00~11:15(9:00から受け付け)	こども子育て交流プラザ	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
こども未来課（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	
こども子育て交流プラザ（東新町26-32）	☎330-5020 ☎☎331-5560	9:00~17:00(年末年始を除く)



◆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 【実施期間】 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 今年度の集団検診は下表の日程で終了となります

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 どちらかひとつ	乳がん エコー	
1	12日(日)	ヘルスプラザ	胃AM	大腸1日		マンモ1日	エコー1日	12月2日(月)
	17日(金)	ヘルスプラザ★	胃AM	大腸1日	子宮PM	マンモ1日	エコー1日	

※10月30日時点で申し込み可能な日程

●左表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。余裕をもって早めに申し込みください

●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

●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。都合が悪くなった場合は、事前にご連絡ください

★印の日程は、五つのがん検診（乳がんはマンモグラフィまたはエコー）を同日に受けることが可能です



◆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 [HP](https://www.qq.pref.mie.lg.jp/)https://www.qq.pref.mie.lg.jp/
- ◆携帯電話による案内 [HP](https://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	
<b>応急診療所(西新地14-20)</b> ☎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)
<b>歯科医療センター(本町9-12)</b> ☎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
<b>薬の相談(本町プラザ内/近鉄百貨店2階)</b> ☎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
<b>みえ子ども医療ダイヤル</b> ☎#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 上 記 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>	12月の毎週水曜日 13:00~15:00 12月25日(第4水曜日) 17:30~19:00 <エイズデーによる検査増設>12月4日 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
<b>こころの相談</b> (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 12月12日(木) 13:30~16:30 12月27日(金) 10:00~12:00、13:00~16:00	総合会館4階
	保健師などによる相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	
<b>難病の相談</b>	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9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

# 「ひとりで抱えず、最初の一步を」

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=



DV(ドメスティック・バイオレンス)は、配偶者や恋人など親密な関係にある人、またはあった人から受ける暴力のことです。

DVには、殴る・蹴るなどの「身体的暴力」、心ない言動などにより、相手の心を傷つける「精神的暴力」、性的行為や中絶を強要する、避妊に協力しないなどの「性的暴力」、生活費を渡さないなどの「経済的暴力」、交友関係を監視、制限するなどの「社会的暴力」があります。これらの暴力は単独で行われることもあります。多くの場合は複数の暴力が重なって起こります。被害者は暴力によ

り、けがなどの身体的な影響を受けるだけでなく、心的外傷後ストレス障害(PTSD)に陥るなど、精神的にも大きな影響を受けます。

そうした被害者の中には、DVを受けていたにもかかわらず、自分に原因があると思っていたり、これくらいはDVにはならないかと思っていたりする人もいます。また、長期にわたり、暴力を受け続けていると、加害者から離れる必要がある場合でも、徐々に逃げ出す気力がなくなったり、恐怖心から決心がつかなくなったりすることがあります。

DVは、加害者側に責任があり、い

かなる理由があっても、どんな間柄でも許される行為ではありません。本市では、女性相談支援員による「女性のための電話相談」や、男性臨床心理士による「男性のための電話相談」を実施し、相談者の気持ちに寄り添いながら、相談者と一緒に解決策を考えています。ひとりで悩んだり、自分だけが我慢すればいいと思わず、まずは相談してみましょう。

**問い合わせ先**  
**男女共同参画課**  
(☎354-8331 FAX354-8339)  
※女性のための電話相談、男性のための電話相談は下表をご覧ください

## 12月の予定

### 相談

午前=9:00～12:00 午後=13:00～16:00 祝・休日を除く ※12月28日～1月5日は全て休業

分類	相談名	問	時	所			
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(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か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 ※8 示談、自動車保険の請求など		
	市民相談 ※2		毎週木曜日	午後			
	弁護士相談 ※3	354-8153	毎週月曜日				
	司法書士相談 ※3 ※4		3(火)・17(火)	予約制各7人			
	行政書士相談 ※5		18(水)	予約制6人			
	社会保険労務士相談 ※6		17(火)				
	行政相談 ※7						
	交通事故相談 ※8	354-8155	月～金曜日	午前と13:00～15:45		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	
	建築相談(市民向け)	354-8206	13(金)・27(金)	13:00～15:00			
	建築相談(専門家向け) ※9	354-8208	11(水)・25(水)	午後			
木造住宅の耐震化相談	354-8207	5(木)・19(木)					
日曜日税納付相談	354-8140 354-8143	15(日)	10:00～16:00	収納推進課			
日曜日保納付相談	354-8160						
福祉	障害者相談 ※10	354-2550 354-2411 354-8144 354-8276 353-5110 354-8064 354-8278	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 ブルーム(知的) 329-5657 プラウ(障害者就業・生活支援) 福祉総合相談室 ボランティアセンター 総合会館2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						
	子育て、ひとり親家庭など 児童家庭の相談						
	児童虐待相談						
	児童発達相談						
	幼児のアレルギ-健康相談					24(火)(要予約)	13:00～15:00
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 毎週水曜日(祝日除く)	9:00～16:00 9:00～19:30	(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	28(土)	9:30～12:30			
	働く女性、働きたい女性 のための就労相談 (働くウーマンナビ)	0120- 976-477 (予約専用※)	14(土) 11(水) 25(水)	オンライン	午前と13:00～15:00 午後 17:00～20:00		(面談相談) 本町プラザ3階 ※委託業者:㈱ファーストステップ
	シングルマザー等のため の家計相談	355-1320 (予約専用※)	7(土)	午前	(面談相談) 本町プラザ3階 ※委託業者:㈱デルタスタジオ		
	外国人のための生活相談	353-9955	火～日曜日	9:00～17:00	国際交流センター		本町プラザ 6階
	外国人のための家事相談		火～日曜日(要予約)				
	出入国・在留手続き相談		15(日)(要予約)				