

広報 よっかいち

YOKKAICHI CITY PUBLICITY PAPERS

令和7(2025)年10月20日発行

[10月下旬号] NO.1679

編集・発行/四日市市
代表電話(総合案内) ☎059-354-8104
8:30~17:15(土・日曜日、祝・休日除く)
〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号
☒https://www.city.yokkaichi.lg.jp

民間賃貸住宅相談会

都市計画課
(☎354-8214 FAX354-8404)

対住まい探しに困っている人(外国人世帯など)や、住まいを提供する賃貸住宅のオーナーや管理者

時11月30日(日)
①10:30~12:30
②13:30~15:30

所イオンモール四日市北
1階 ペテモ前

定計10組

申11月21日までに、①で、または直接、都市計画課(市役所4階)へ

南消防署庁舎 開放イベント

消防本部南消防署
(☎345-0530 FAX345-5673)
HPID<https://yokkaichisyoubou.jp/>



消防業務への理解と、防火防災意識の向上を目的とした交流イベントを開催します。

時11月22日(土) 9:30~12:00

所南消防署

内①一日消防署長任命イベント
(警察広報犬 豆助)

- ②消防車両展示
- ③はしご車搭乗体験
- ④スタンプラリー(庁舎見学)
- ⑤防火服の着装体験
- ⑥地震体験車

他雨天時などは内容の変更、または中止の場合あり。当日は、南消防署の駐車場は利用不可。誘導員が駐車場を案内。詳しくは、四日市市消防本部 Instagramを参照



月亭方正こども落語会 -にほんごっておもしろい!

こども子育て交流プラザ
(☎330-5020 FAX334-0606)

月亭方正さんのこども向け落語と、紙切りなどの上方演芸を通じて、日本語のおもしろさ、伝統文化・芸術の妙技を身近に体験します。



対4歳以上のこどもと保護者(未就

学児は保護者同伴)

時12月21日(日) 13:00~14:00
(12:30開場)

所こども子育て交流プラザ

定200人程度(先着順)

申11月9日10:30以降に、直接、同プラザへ(10日9:00以降は①も可)

他こども優先で鑑賞できるように、大人の人数を調整する場合があります。詳しくは、同プラザ☎を参照



萬古とお茶を楽しむ会 ~四日市の伝統・文化の 共演~

文化課
問萬古と茶道の共演実行委員会
(☎070-3620-5922)

萬古陶芸家による作品展示や実演、抹茶やかぶせ茶の提供、和菓子付きの茶会体験をお楽しみください。

時11月7日(金)~9日(日)
10:00~17:00
(最終日は16:00まで)

所四日市商工会議所1階 ホール

料呈茶券前売り500円(当日550円)、小学生以下無料(要申し込み)

他詳しくは、萬古とお茶を楽しむ会☎を参照



記事の記号の意味

HPID 13桁の数字を市ホームページ右下の「広報ページID検索」に入力すると関連ページを検索できます

対対象 **時**日時 **所**会場 **内**内容 **師**講師 **定**定員 **料**料金 **持**持ち物

申申し込み **他**その他 **問**問い合わせ先

※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

申し込みの記号の意味

☎ホームページ Eメール Fファクス ①はがき ①電話

申し込みの必要事項

事前申し込みは、以下の必要事項を記入してください

- ①行事名 ②開催日時・希望の回 ③代表者の住所・名前(ふりがな)・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)

INDEX

- 01 表紙
- 02 イベント・講座一覧
- 10 イベント・講座
- 14 パブリックコメント
- 14 募集
- 15 その他
- 21 保健だより
- 24 相談一覧



イベント・講座一覧



今月のイベントカレンダー

紙面に掲載しきれなかった催しも市ホームページ「四日市市イベントカレンダー」で紹介しています

◆あさけプラザ

〒510-8028 下之宮町296-1 ☎363-0123 FAX363-0129 9:00~21:00
 月曜日休館（祝日の場合はその翌日）✉asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp
 専用フォームは所に記載の二次元コードから

時		行事名	所	申し込みなど
11月19日(水)	13:30から (13:00 受け付け)	11月高齢者講座 (健康体操)	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 持タオル、飲み物
12月3日(水)	10:00 } 11:30	デザイン書道 ~午年の年賀状を 書こう~	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 定20人（応募多数の場合は抽選） 料700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、すずり]、汚れてもよい服装 申11月19日(必着)までに、専用フォーム、または往復④で、必 要事項を、同プラザへ
12月10日(水)	10:30 } 11:15	12月キッズのは つらつエクササイ ズ	体育館 	かけっこやバランス運動など 対市内か三重郡に在住する、2~4歳の幼児とその保護者 定40組（先着順。こどもと保護者で1組） 持動きやすい服装、上靴、バスタオル1枚、フェスタオル2 枚、飲み物 申12月8日までに、専用フォームから
12月13日(土)	10:00 } 13:00	地産地消料理教室 ~色々おせち~	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 柵山咲子さん、松山千奈美さん 定24人（応募多数の場合は抽選） 料3,000円（材料費ほか） 持エプロン、ふさん数枚（食器拭き用、台拭き用）、筆記用具 申11月29日(必着)までに、専用フォーム、または往復④で、必 要事項と、託児を希望する場合は、こどもの名前（ふりがな）・ 月齢を、同プラザへ 他託児あり（無料）

◆こども子育て交流プラザ

☎330-5020 FAX334-0606 9:00~19:00（小学生以下は17:00まで）
 ①<https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

時		行事名	申し込みなど
11月8日(土)	10:00~11:15 (9:00受け付け)	よかパパひろば (父親の子育て相談)	さまざまな遊びとおしゃべりタイムでパパ同士が交流します 定20組程度（当日、先着順）
①11月23日(祝) ②11月24日(休)	①14:00~16:30 ②10:30~13:00	どんぐりマーケット	どんぐりを通貨にしたこどもたちのお店がオープンします。どんぐりを持って遊びに来てください 他店長希望者は要問い合わせ。詳しくは、同プラザ⑥を参照
12月9日(火)	11:00~12:00 (10:30開場)	ぼくときみ。 ~親子ふれあいコン サート~	対未就学児と保護者 定おむね60組 申11月11日以降に、直接、同プラザへ（13日以降は①も可） 他詳しくは、同プラザ⑥、または「こここ通信」を参照

◆茶室 酒翠庵

☎/FAX352-4960 9:00~16:30 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）

時	行事名	所	申し込みなど
11月9日(日)	10:00~16:00 全国和菓子めぐり (毎月第2日曜日)	立礼席(いす席)	■ さんかん大福（滋賀県愛荘町） 料一服550円 他60個限定（なくなった場合、通常の和菓子）。入 席は15:40まで
11月16日(日)	10:00~15:00 (14:30まで 受け付け)	月釜（表千家）	料一席1,300円

[申し込み必要事項] ①行事名 ②開催日時・希望の回 ③代表者の住所・名前(ふりがな)・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)

◆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)

時		行事名	所	申し込みなど
11月19日(水)	13:30 } 16:00	樹脂粘土で多肉植物のミニ寄せ植えを作ろう	本館2階 研修会議室	定12人(先着順) 料1,700円(材料費込み) 持クリアファイル1枚、速乾性木工用ボンド、はさみ、あればラジオペンチ、持ち帰り用空箱 申10月27日以降に、①で、同センターへ
11月19日~令和8年2月11日(いずれも水曜日。12月31日を除く)全12回	10:00 } 11:30	ファイナンシャルプランナー3級講座水曜午前の部	本館1階 会議室	対ファイナンシャルプランナー3級を目指している人 定15人(先着順) 料12,000円(12回分) 持専用テキスト「みんなが欲しかった!FPの教科書3級」(滝澤ななみ著 TAC出版2025-2026年版) 申10月29日以降に、①で、または直接、同センターへ 他テキストは各自で準備
11月20日~令和8年2月12日(いずれも木曜日。1月1日を除く)全12回	19:00 } 20:30	ファイナンシャルプランナー3級講座木曜夜間の部		
11月20日(木)	10:00 } 11:30	保育士FPと一緒に学ぶお金のこと	本館2階 和室	NISAやiDeCoなどお金の育て方講座と、お金のあれこれプチ座談会 対子育て世代の保護者 定10人(先着順) 申10月30日以降に、①で、または直接、同センターへ
11月22日(土)	9:00 } 12:10	知っておかなきゃ!労働基準法	東館2階 第4会議室	労働基準法の基礎を学び、経営側・労働者側それぞれの権利と義務を確認します 定10人(先着順) 申10月31日以降に、①で、または直接、同センターへ
11月23日(祝)	①9:45~12:15 ②13:00~15:30	楽しく脳トレ!健康麻雀	東館3階 第2会議室	麻雀の魅力を知り、ルールを学びます 対高校生以上 定各16人(先着順) 料1,000円 申11月2日以降に、①で、または直接、同センターへ
11月27日(木)	①10:00から ②13:00から ③15:00から	シニア向け就職相談会	東館2階 第3・第4・第5会議室	(公財)産業雇用安定センター職員による個別面談後、求人紹介や相談を受け付けます 対在職中、または退職後1年以内の60~70歳の人 定各1人(先着順) 申①で、産業雇用安定センター(☎059-225-5449)へ
11月29日(土)	9:30 } 12:00	清潔感アップ!!ネイル&ハンドケア講座	本館2階 研修会議室	爪が簡単に綺麗になる基本ケア 対高校生以上 定6人(先着順) 料1,700円 持タオル 申11月7日以降に、①で、または直接、同センターへ 他爪のジェルネイルやマニキュアは事前に落とすこと。皮膚疾患の疑いがある人は、受講できない場合あり
11月30日(日)	10:00 } 11:30	傾聴講座~聴く力で人間関係が変わる~	本館1階 会議室	相手の気持ちを受け止める「傾聴」の基本を、実践を通して楽しく学びます。人間関係が楽になり、つながりも深まります 定10人(先着順) 申11月9日以降に、①で、または直接、同センターへ
12月11日(木)	9:30~11:00、13:00~14:30	プリザーブドフラワー講座お正月アレンジ	本館2階 研修室	定各8人(先着順) 料2,700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11月6日以降に、①で、同センターへ
12月14日(日)	9:30 } 12:30	ドライフラワー講座ラウンドリース	本館1階 会議室	定8人(先着順) 料3,200円 持持ち帰り用箱、木工用接着剤速乾性、ピンセット、はさみ 申11月5日以降に、①で、同センターへ
12月22日(月)	13:30 } 15:00	小原流いけばなクリスマスアレンジ	東館2階 第5会議室	定15人(先着順) 料2,700円 持持ち帰り用袋、花ばさみ(貸出用あり、要申し込み) 申11月10日~12月14日に、①で、同センターへ

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健たより

◆楠歴史民俗資料館 ☎398-3636 FAX398-3637 9:00~17:00 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）

時	行事名	申し込みなど
10月31日(金)まで 最終日は 12:00 まで	企画展示「介護を終えて傘寿の楽しみ展」	自宅でコツコツ作った布小物やペーパーフラワーなどの手芸作品を展示
12月7日(日) 9:00 ~ 11:30	手作りしめ縄で 新年を迎えませんか？	対小学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）料1,000円 持はさみ、あればペンチ 持作業のできる服装、防寒着 申11月22日~12月2日に、㊩で、または直接、同館へ 他屋外での作業

◆すわ公園交流館 ☎350-8411 FAX350-8412 9:30~18:30 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）

時	行事名	申し込みなど
11月1日(土)・ 2日(日) 10:00 ~ 16:00	こども四日市 2025	こどもがつくるこどものまち。ダンボールでお店を作って「しょうばい」をしたり、「おしごと」をしてヨー（こども四日市専用通貨）を稼いで買い物をして、こどものまちを楽しみます 対小学生 料500円/日 他幼児は体験コーナーで遊べます（要受け付け）。雨天の場合、商店街アーケード下で開催
11月8日(土) 13:30 ~ 15:00	四日市まちなか寄席	■出演 微笑亭さん太、六ツ家千艘、黄昏亭駄らく、起時亭ごすべる
11月11日(火) 14:00 ~ 15:00	みんなで唄おう！ 野ばら音楽会♪	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
11月11日(火) ~ 令和8年 2月22日(日) まで 17:00 ~ 24:00	すわ公園から 光の贈りもの 2025	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。期間中、さまざまなイベントでイルミネーションを盛り上げます
11月16日(日) 14:00 ~ 15:30	すわSUNDAY ライブ	クラシック&ポップスを、楽しいトークを交えながらピアノ、フルート、サククスでお届けします ■出演 上杉伊都子（ピアノ）、伊藤三五（フルート）、伊藤順子（サククス）
11月22日(土) 13:00 ~ 15:00	大人のための朗読 九華の会	「九華の会」7人が、「愛」をテーマに、名作小説やエッセイを朗読します。歌や体操もお楽しみください
11月23日(祝) 11:00 ~ 15:00	第99回交流館 フォークジャンボ リー	地元など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。懐かしのフォークソングなどを一緒に楽しみましょう 他雨天の場合1階ホール
11月24日(休) 16:00 ~ 17:30	こども四日市 GOLD市民会議	「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、具体的に形にしていきましょう 対小学5年生以上（大人も大歓迎） 申事前に、㊩で、または直接、同館へ
11月27日(木) 10:00 ~ 11:45	大正琴大好き！ どんぐり音楽会♪	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 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。定員6組（応募多数の場合は抽選）

イベント・講座

募
集

そ
の
他

保
健
だ
よ
り

[申し込み必要事項] ①行事名 ②開催日時・希望の回 ③代表者の住所・名前(ふりがな)・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)

◆スポーツ施設

問スポーツ協会(中央緑地管理事務所内) ☎345-4111 FAX346-7767 HP<https://www.y-sports.jp>

時	行事名	所	申し込みなど
11月16日(日) 9:00~12:00、 13:00~16:00	スポーツ体験会	相好アリーナ 四日市(総合 体育館)、相好 サブアリーナ 四日市(中央 第2体育館)	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 対市内に在住、または通学する小学生 持運動のできる服装、体育館シューズ、飲み物 他詳しくは、スポーツ協会へ
11月29日(土)・ 30日(日) 13:00 から	ヴィアティン三重 バレーボールホーム ゲームご招待	相好アリーナ 四日市(総合 体育館)	対戦相手:近畿クラブスフィード 対市内に在住、または通勤・通学する人 定各1,000人(先着順) 申ヴィアティン三重(HP https://www.veertien.jp/vc/) から
12月14日(日) 9:15 開校式 (8:30 受け付け)	2025サッカーウ インターフェスタ	中央陸上競技 場	対市内に在住、または通学する小学5~6年生 定20人(応募多数の場合は抽選。当選者はスポーツ協会®で発表) 持サッカーができる服装、サッカーシューズ、サッカーボール、飲み物(コート内は水のみ可) 申11月7~21日20:30までに、E(✉ taikyou.047@y-sports.jp)・F、または直接、所定の申込書を、スポーツ協会へ 他申込書は、同協会®から入手可

◆三浜文化会館

☎348-5380 FAX345-3809 9:00~19:00
火曜日休館(祝日の場合はその翌平日)

時	行事名	所	申し込みなど
11月9日(日) 13:30 } 16:30	宮沢賢治 「銀河鉄道の夜」 知って楽しむ ワークショップ	2階 練習室 A 	古典や名作を題材に、アーティスト・市民と一緒に舞台を作り上げるプロジェクトがスタート。作品の世界を知るために声に出したり体を動かしたりするワークショップを開催します 料1,000円(テキスト代含む) 定20人(応募多数の場合は抽選) 申10月30日までに、専用フォームか①で、同館(☎354-4501)へ
11月16日(日)	9:30 } 16:30	みはまアートフェ ス2025「あそん でひらくアートの とびら」	全館  お絵描きや音楽、陶芸などさまざまな体験を通して、アートで遊ぼう。キッチンカーも登場 料一部有料 他一部予約優先。詳しくは、同館®へ
	①10:00開演 ②14:00開演 (30分前に開場)	映画上映会 Mihama de Cinema ①アニメ「ムーミン 谷の彗星」 ②「ローマの休日」	2階 視聴覚 室 ①彗星が近づく中、ムーミンらが繰り広げる冒険と友情と助け合いの物語(1992年公開。72分) ②ローマを舞台に、欧州歴訪中の小国の王女とアメリカ人新聞記者とのロマンティックで切ない恋を描いたラブ・ストーリー。出演:オードリー・ヘップバーン、グレゴリー・ペックほか(1953年作。米国映画。モノクロ119分。日本語字幕)
	11:30から	ダンスリズム発 表会 「あなたもわたし も気軽にダンス」	1階 ロビー 10月開催の「ダンスラボ」や「はじめてのダンス」に参加した人でつくるチーム「ダンスリズム」が、カルメンなどのスペシャルダンスメドレーを上演。また来場者とダンスで交流します
	14:05から	肩掛け人形芝居 「ねずみのすもう」	3階 練習室 D  人形劇団「燕屋」が登場。日本の民話「ねずみのすもう」を基にした人形劇。肩掛けの小さな舞台から大きな世界が広がります。「腹話術ハローカンクロー」同時上演 料660円 申専用フォームか①で、同館®へ
11月23日(祝)	14:00開演 (13:30開場)	三浜ロビーコンサ ート 	1階 ロビー 同館利用団体による発表公演。三重県リコーダーコンテスト金賞受賞者で結成されたデュオによる演奏 ■出演 Sointu ■演奏予定曲 ピタゴラスイッチオープニングテーマ、ジブリメドレー、花は咲く、道化師のソネット、ユー・レイズ・ミー・アップほか
①11月28日(金) ②11月29日(土)	①14:00開演 ②10:00開演 /14:00開演 (30分前に開場)	映画上映会 Mihama de Cinema 「カサブランカ」	2階 視聴覚 室 第二次世界大戦中のモロッコ・カサブランカを舞台にしたラブストーリー。監督:マイケル・カーチス 出演:ハンフリー・ボガード、イングリッド・バーグマンほか(1942年作。米国映画。モノクロ92分) 他①日本語吹替 ②日本語字幕

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

◆そらんぽ四日市（四日市公害と環境未来館）

〒510-0075 安島一丁目3-16 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）

A：☎354-8065 FAX329-5792 ㊤kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp

B：☎354-8430 FAX354-8431 ㊥info@eco-yokkaichi.com

※当選者にのみ郵送で案内を送ります。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

申し込み
フォーム



時	行事名	所	申し込みなど	問
11月16日(日) 14:30 } 16:00	環境ボランティアをはじめよう!	1階 講座室	本市の環境課題と環境ボランティアの意義を学び、市内の環境団体の活動内容を聞き、一緒に活動してみましょう 対15歳以上 定30人(応募多数の場合は抽選) 申11月2日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「ボランティア」係へ 他詳しくは、専用フォームを参照	B
11月22日(土) 10:00 } 12:00	こども自然探検隊 里山たんけん	南部丘陵公園 南ゾーン	人と自然が共生できるように整備された「里山」に入って、冒険コースの散策や、木こり体験に挑戦しましょう 対小学生(保護者同伴) 定30人(応募多数の場合は抽選) 申11月8日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「里山」係へ	B
11月23日(祝) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	クリスマスリース作り	じばさん5階 研修室5	まつぼっくりなどの自然の素材を使ってクリスマスリースを作ります 対15歳以上 定各10人(応募多数の場合は抽選) 申11月9日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「クリスマスリース」係へ	B
11月24日(休) 13:30 } 15:30	こどもエコラボ ニボシのひみつ	じばさん5階 研修室5	ニボシを解剖して魚の体の仕組みを知ろう 対小学3年~中学生(小学生は保護者同伴) 定20人(応募多数の場合は抽選) 申11月10日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「ニボシ」係へ	B
11月29日(土) 10:00 } 12:00	暮らしを整える終活お片付け講座 ~未来の自分や家族、地球のため~	1階 研修・実習室	整理収納アドバイザーからモノの片付けや整理の仕方を知り、「持ちすぎない整った暮らし」を考えてみませんか 対15歳以上 定24人(応募多数の場合は抽選) 申11月15日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「終活」係へ	B
12月6日(土) 10:00 } 12:30	乗って体験バスのエコ	じばさん5階 研修室5	バスで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学習しましょう 対小学生(保護者同伴) 定30人(応募多数の場合は抽選) 申11月22日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「バスのエコ」係へ	B
12月7日(日) 9:00 } 12:30	ネイチャーウォークよっかいち ~もみじ谷編~	市民公園噴水前集合	三重県環境学習情報センターへ行き、水沢もみじ谷の紅葉を見学し、四日市の冬の自然を観察(バス移動) 対小学生以上(小・中学生は保護者同伴) 定20人(応募多数の場合は抽選) 申11月23日(必着)までに、専用フォーム、または㊥・㊦・㊧で、同館「もみじ谷」係へ	B

◆そらんぽ四日市（博物館・プラネタリウム）

〒510-0075 安島一丁目3-16 月曜日休館（祝・休日の場合はその翌平日）

☎355-2700 FAX355-2704 ㊤hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp

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

申し込み
フォーム



時	行事名	所	申し込みなど
11月24日(休)まで	特別展 「手塚治虫展」	4階 特別展示室	手塚治虫の生涯と業績を、手塚が生み出したキャラクターや作品などで紹介 料一般1,000円、高校・大学生600円、中学生以下無料
11月1日(土)	無料開放日		博物館の開館記念日にあわせて、特別展とプラネタリウムが無料になります。プラネタリウムの整理券の配布時間など、詳しくは、博物館㊤を参照
11月1日(土)~30日(日)	特集展示「館藏品展Ⅲ 赤羽刀」	3階 常設展示室 展示処 白里亭	戦後GHQにより接収・管理された赤羽刀のうち、同館所蔵の刀剣を展示
11月8日(土) 18:20 } 19:15	「学習投映」特別公開(中学校版)	5階 プラネタリウム	中学校向けの天体学習プログラムを特別投映 定140人 料一般550円、高校・大学生390円、小・中学生210円、幼児無料 他ヒアリンググループを設置

【申し込み必要事項】 ①行事名 ②開催日時・希望の回 ③代表者の住所・名前（ふりがな）・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）

時	行事名	所	申し込みなど
11月9日(日) 14:00 } 14:30	特別展「手塚治虫展」関連行事③ ギャラリートーク	4階 特別展示室	同館学芸員が展覧会の見どころを話します 料要当日観覧券
11月16日(日) 9:30 } 12:00	ベビーカーDAY	2・3階 常設展示室、4階 特別展示室、5階 プラネタリウム	毎月第3日曜日は「家庭の日」。子育て世代大歓迎です 他プラネタリウムは、10:05と11:20からの幼児番組 はじめてのプラネタリウム「しまじろうとおつきさまのひみつ」が対象
11月22日(土)	14:00 } 15:30	館長講座①「日本美術の成り立ち」	1階 講座室 外国の影響を常に受けて展開してきた日本の美術作品に共通する特徴(日本的なもの)について考えます 定50人(当日、先着順) 他手話通訳・要約筆記あり
	17:30 } 19:00	土星を見よう	市民公園 土星と、土星の環を観察します 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時間前に同館SNS (Facebook、Instagram、X) で発信
11月23日(祝) 15:35 } 16:30	熟睡プラ寝たリウム	5階 プラネタリウム	普段の疲れをプラネタリウムで癒しませんか。心地よい眠りへといざなう特別投映です 定140人(当日、先着順) 料一般550円、高校・大学生390円、小・中学生210円、幼児無料 他パジャマ、枕、ブランケット、ぬいぐるみなどの持ち込み可
11月24日(休) 13:15 } 15:15	時空街道ツアー-ex	3階 常設展「時空街道」入口集合	プラネタリウムを含めた「そらんぼ四日市」のコンセプトを博物館ボランティアと天文分野の学芸員が案内 定20人(当日、先着順)

◆図書館

- 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

所	時	行事名	対象など
市立	10月29日(水)~ 12月28日(日) 9:30 } 17:00	図書展示のお知らせ 「読んでおいしい食エッセイ」	作家や料理家による食にまつわるエッセイを展示します 所2階 展示コーナー
	11月6~27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
	11月8日(土)	14:30から 絵本ライブラリー(読みきかせ) おはなしぎんのかい(語り)	対幼児から 所1階 児童室
	11月9日(日)		
	11月15日(土)	14:00から 秋の絵本の読みきかせ(拡大版)	対幼児から 所2階 視聴覚ホール
	11月19日(水)	15:30から おはなし(語り)と読みきかせ	
	11月22日(土)	14:30から どっこいしょ秋のおはなし会(語り)(拡大版)	
	11月26日(水)	15:30から キャン CanのおはなしびっくりBOX (読みきかせ)	対幼児から 所1階 児童室
あさけ	11月1日(土)	14:00から 紙しばい	所幼児コーナー
	11月5日・19日 (いずれも水曜日)	11:00から よちよちさん(0歳から)の 読みきかせ	対乳幼児と保護者 所幼児コーナー
	11月22日(土)	14:00から 絵本の読みきかせ	所幼児コーナー
楠	11月8日(土)	10:30から おはなし会	所2階 研修室
	11月27日(木)	よみきかせ ひよこ	対0歳から 所1階 えほんのへや

◆四日市けいりん

けいりん事業課 (☎331-3457 FAX333-3261 ✉jigyous@city.yokkaichi.mie.jp)



四日市けいりん
ホームページ

11月	日	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	
	曜日	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	祝	休	火	水	木	金	土	日	
	昼	ジャパンカップ 平塚 F I					小田原 G III				京都向日町 F I in 岸和田			施設整備 小田原 G III					高知 F I			名古屋 F I										B
	ナイター		A		大垣 F I				富山 F I					高松 F I in 小松島				京都向日町 F I in 岸和田		松戸 F I		取手 F I									JC 伊東温泉 F I	
ナイター	四日市 74周年記念 G III ナイター			小倉 F I			奈良 F I					武雄 F I						名古屋 F I			競輪祭										関東カップ 京王閣 F I	

♥…ガールズケイリン A:高知 F I B:岸和田 F I ※日程は、追加・変更の場合あり

◆その他

時	行事名	所	申し込みなど	問い合わせ先など
11月1日(土) 10:00 ~ 17:00	音楽の街よっかいに 駅ピアノがや ってきた! 第5弾	あすなろう四 日市駅改札内	誰でも自由に演奏ができます ■ゲスト Zenzo (パーカッション)、米本希(チェロ)、内部中学校吹 奏楽部、笹川中学校合唱部、JUNCO 他演奏者 以外の人が改札内に入る場合、入場料が必要	公共交通推進室 問(一社)JUNCOい ずむ芸術アカデミー (☎337-8801)
11月2日(日) 8:00 ~ 10:00	吉崎海岸 早朝清掃・環境学 習	吉崎海岸	市内の貴重な砂浜海岸である吉崎海岸を保全 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、タオル、飲み物、雨具 他雨天決行。中止の場合は㊥(☎http://umi game2009.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)
11月5日(水) 14:30 ~ 16:30	四日市の小中学生 のためのこどもの 居場所	あさけプラザ	宿題や勉強、ミニ卓球、ボードゲーム、e-ス ポーツができます。おやつあり 対市内に在住する小・中学生	こども未来課 問アクティオ株 (☎359-5560)
11月7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 「美容業関係の創 業」	四日市商工会 議所中会議室	美容業界の現状と将来性、開業準備の手順、留意 点、事業を継続するための実践的なヒントを分か りやすく伝えます 対これから創業を考えている 人、創業後間もない人 持筆記用具 申事前に、 ㊥(☎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)
① 11月8日(土) ② 11月22日(土)	①13:30 ~16:30 ②9:00 ~12:00 定期普通救命講習	①北消防署 ②南部分署 	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 対市内に 在住、または通勤・通学する中学生以上 定20人 (先着順) 申①11月1日 ②11月15日までに、 専用フォームか㊥で、消防本部消防救急課へ	消防本部消防救急 課 (☎356-2006 FAX356-2016)
11月9日(日) 10:00 ~ 11:30	多文化講座~日本 生まれのインター ナショナル育ち~	本町プラザ1 階 ホール	YIC日本語サークルで日本語を学習している 米国籍で日本育ちの人が、生い立ちやインタ ーナショナルスクールについて英語で紹介 定40人(先着順) 申事前に、㊥・㊩で、国際交流センターへ	国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931 ✉yic@yokkaich i-shinko.com)
11月11日(火) 14:00 ~ 16:00	四日市志創業応援 隊 創業カフェ (動画配信)	四日市商工会 議所研修室	創業に当たり、アルバイトや正社員を雇用する際 の流れや必要な手続きについて説明します(6月9 日の創業カフェと同一内容)。会場スクリーンでの 動画視聴形式 対これから創業を考えている人、 創業後間もない人 持筆記用具 申事前に、㊥ (☎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)
11月11日(火) ~ 令和8年 2月22日(日)	YOKKAICHI WINTER ILLUMINATION 2025 (四日市まちなか イルミネーション)	商店街アーケ ード内の一部、 他	中央通りと諏訪公園をつなぐアーケード街に、今年 は新たに高さ6mの光のオブジェが登場。冬のま ちなかを華やかで幻想的に彩ります 他点灯式 [時]11月11日(火) 17:00~17:40(点灯17:30) [所]商店街アーケード内特設会場(諏訪公園通りと 一番街商店街の交差点)。カウントダウンに合わ せて諏訪公園のイルミネーションも一斉に点灯。四 日市商業高校の吹奏楽部によるミニ演奏会もあり ■主催 諏訪栄町地区街づくり協議会	商業労政課 (☎354-8175 FAX354-8307 ☎ID17258426 43760)

イベント・講座

募集

その他

保健だより

[申し込み必要事項] ①行事名 ②開催日時・希望の回 ③代表者の住所・名前(ふりがな)・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)

時	行事名	所	申し込みなど	問い合わせ先など	
11月15日(土)	9:00 } 17:00 上級救命講習	消防本部2階 防災センター 	成人、小児、乳児への心肺蘇生法(筆記試験と実技試験あり)、AED(自動体外式除細動器)の使用法、異物除去要領、止血法、傷病者管理法、外傷の手当要領、搬送法 対市内に在住、または通勤・通学する中学生以上 定20人程度(先着順) 申11月4~7日に、専用フォームか①で、消防本部消防救急課へ 他駐車場はなし	消防本部消防救急課 (☎356-2006 FAX356-2016)	
	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	相続や借金返済などのトラブルに関する相談 他駐車場はなし	市民・消費生活相談室 問三重県司法書士 四日市支部 水谷 (☎364-3631)	
	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)	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 対起業家と起業に興味がある人 定20人(先着順) 料500円 申事前に、☎(HP https://www.bizcafe41.jp/) から	商業労政課 問サイネット(株) ビズ・スクエ アよっかいち (☎329-5407 FAX329-5408)	
	13:30 } 15:30 家族の就労を考 える「家族の会」 1人で悩まず相談 できる場所の情報 交換を・・・	総合会館7階 第2研修室 	こどもの就労について、同じ悩みを持つ家族同士が情報交換などを気軽にできるようにサポートします 対49歳以下の当事者の就労を考えている家族 定40人(先着順) 申11月14日までに、専用フォーム、または⑥・①で、北勢地域若者サポートステーションへ	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)	
	13:30 } 16:00 四日市の小中学生 のためのこどもの 居場所「環境講座 ～木のペンダント をつくろう!～」	あさけプラザ	木のオリジナルペンダントを作ろう 対市内に在住する小・中学生	こども未来課 問アクティオ(株) (☎359-5560)	
11月22日(土)	10:00 } 12:00 ひとり親家庭のた めの交流事業 「親子祭り巻き寿 司教室」	総合会館4階 調理室	対市内に在住、または通勤する母子・父子家庭の親子 定5組(応募多数の場合は抽選) 料300円/人 持エプロン、三角巾、持ち帰り容器 申11月5日までに、⑥・⑦・①で、必要事項、メールアドレス、託児の有無を、母子・父子福祉センターへ 他託児あり(無料)	母子・父子福祉 センター (☎/FAX354-8277 ✉b-f.center. yokkaichi- shakyo.or.jp)	
11月28日(金)	10:30 } 11:30 こんにちは、四日 市!	こどもの家 (諏訪公園内)	市内の子育て施設や公園を紹介します。先輩ママや子育てコンシェルジュに相談もできます。気軽におしゃべりしましょう 対乳幼児と保護者、または子育て中の人 定6組(先着順) 申11月22日までに、①で、同所へ	こどもの家 [☎/FAX351- 3933(日・月 曜日、祝日、11 月4日休館)]	
11月29日(土)	9:30 } 13:00 シクラメン・ポイン セチアなど季節 の花の展示即売会	農業センター	四日市温室園芸組合花き部員が生産した、高品質なシクラメンやポインセチアなどを生産者価格で直売。「よっかいち農業マルシェ」も同時開催	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)	
12月6日(土)	9:30 } 12:00 すいざわ茶人めぐ り	茶業振興セン ター	茶畑でお茶の説明を受けながら茶人を訪ねます。マルクメ鎌田製茶、山重製茶ではお茶の製造工程の見学や飲み比べを通してお茶への理解を深めます(お土産付き) 対徒歩で移動ができる人(3km程度) 定20人(先着順) 料300円 申11月28日までに、⑥・①で、または直接、必要事項を、同センターへ	茶業振興センター (☎/FAX329- 3367 ✉info@y-och a.com)	
12月7日(日)	7:00 } 11:00 いちばの朝市	北勢地方卸売 市場(河原田 町)	新鮮で安全・安心な野菜、果物、魚介類などの販売。マグロの解体ショーや模擬セリなど	農水振興課 問北勢公設卸売 市場(株) (☎347-8111 FAX347-8116)	
12月21日(日)	①10:00 ~11:45 ②13:15 ~15:00 (各20分前 受け付け)	家庭の日応援プロ ジェクト12月 ~大きな松ぼっく りのお正月かざり 作り~	少年自然の家	対4歳以上のこどもを含む家族 定各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11月21日までに、必要事項を、同施設⑥「お問い合わせフォーム」から	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095 HP https://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi/)
12月26日(金)	9:00 } 13:00 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 	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 対市内に在住する小・中学生と保護者 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11月7日までに、専用フォームか①で、同センターへ 他食物アレルギーへの対応は不可。詳しくは、市⑥から	学校給食センター (☎336-5225 FAX336-5226 HP①1728292 329647)	

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

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。

おうちで読みきかせ はじめのいっぽ！

市立図書館
(☎352-5108 FAX352-9897)

乳児への読みきかせをするコツ、本の選び方などをお伝えします。

対市内に在住する、0歳の子を持つ親、または出産予定の人やその配偶者

時11月30日(日) 10:00~11:30

所市立図書館2階 視聴覚ホール

定10人(応募多数の場合は抽選)

申11月12日までに、専用フォームから

他託児なし(0歳児のみ同伴可)



資格を生かしてみませんか 看護師カムバック研修

市立四日市病院
(☎354-1111 FAX352-1565)

看護師の資格を持ちながら、現在看護職に携わっていない人へ、最新の医療や看護の知識、技術などを学習し、再就職を支援する研修です。

時11月27日(木) 9:00~16:00

所市立四日市病院研修センター

定10人(先着順)

申11月7日までに、①で、市立四日市病院看護部(内線5036)へ

スマホサポート人材 (ボランティア)育成教室

デジタル戦略課
☎ソフトバンク(株)
(☎0800-111-9442 9:00~17:00)

基本的な使い方から、防災・LINE、市の電子申請システムなどについて学びます。スマホ相談窓口も開設します。

対右記日程のうち、いずれか1日参加できる人

時10:00~15:30

時	所
11月4日(火)	富田地区市民センター

11月6日(木)	富洲原地区市民センター
11月11日(火)	八郷地区市民センター
11月13日(木)	大矢知地区市民センター
11月20日(木)	下野地区市民センター
12月1日(月)	羽津地区市民センター
12月3日(水)	橋北地区市民センター
12月8日(月)	神前地区市民センター
12月9日(火)	海蔵地区市民センター
12月10日(水)	桜地区市民センター
12月15日(月)	県地区市民センター
12月16日(火)	中部地区市民センター
12月22日(月)	日永地区市民センター
12月23日(火)	保々地区市民センター
12月24日(水)	水沢地区市民センター
12月25日(木)	小山田地区市民センター
令和8年 1月5日(月)	川島地区市民センター
1月6日(火)	内部地区市民センター
1月7日(水)	常磐地区市民センター
1月13日(火)	三重地区市民センター
1月14日(水)	塩浜地区市民センター
1月19日(月)	楠地区市民センター
1月20日(火)	河原田地区市民センター
1月28日(水)	四郷地区市民センター

定各3人(先着順)

持スマートフォン(貸与も可)

申11月1日以降に、①で、ソフトバンク(株)へ(スマホ相談窓口は申込不要)

他詳しくは、市④または、各地区市民センターで配布するチラシを参照。受講後は、市が開催するスマホ教室などにアシスタントとして参加を依頼する場合あり(任意)



くるべ×芸能大会合同祭

文化課
(☎354-8239 FAX354-4873
HPID1755319267829)

時11月15日(土) 9:00から

◆久留倍官衙遺跡まつり

木簡に字を書く体験や、古代のボードゲーム「かりうち」の体験など、地域の歴史に親しむ企画を行います。

時9:00~11:30

所くるべ古代歴史公園正殿ほか

問くるべ古代歴史館(☎365-2277)

◆郷土が誇る芸能大会

北鶴大太鼓・大鉦保存会、東日野

町獅子舞保存会、あがた音頭保存会、日永つつくおどり保存会(予定)による発表に解説を交えてご覧いただけます。

時13:00~15:15

所あさけプラザホール

第8回Yokkaichi Teen's Music Fes(YTMF)2025

文化会館
(☎354-4501 FAX354-4093)

10代が主役となる音楽フェス。今年は「つながり」をテーマに音・町・食などさまざまなつながりを楽しめる野外フェス形式で開催します。

時11月2日(日) 10:00~16:00

所市民公園特設ステージ

他飲食ブース出展あり。詳しくは、YTMF®、またはInstagramを参照



ホームページ



Instagram

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

はもりあ四日市
☎(株)デルタスタジオ
(☎355-1320 平日10:00~18:00)

日々の生活費やこどもの教育費、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①11月17日(月)

②令和8年1月25日(日)
9:00~12:00(相談時間は1人1時間程度)

所①子ども子育て交流プラザ工作室

②あさけプラザ2階 展示会議室
1・2

申専用フォームか①で、(株)デルタスタジオへ



他託児あり(相談日の7日前までに要申し込み)

令和7年度 四日市市社会福祉大会

福祉総務課

問四日市市社会福祉協議会

(☎354-8265 FAX354-6486

✉y-syakyom5.cty-net.ne.jp)

時11月12日(水) 13:00~15:30
(12:00開場)

所四日市商工会議所1階 会議所ホール

■第1部 福祉功労者の表彰

■第2部 講演「『阪神淡路大震災から30年』～生き残る知恵を探して～」

師堀内正美さん

定300人

他手話通訳・要約筆記あり。FM補聴システム設置。駐車場なし



はもりあカレッジ2025 (市民企画講座)

はもりあ四日市

(☎354-8331 FAX354-8339

日・月曜日、祝日休館

☎1732777933298)

◆「できる」を増やそう！パパと作ろう、おうちごはん～生活力UPミニ講座付き～

対市内に在住する小学生とその父で、全3回参加できる人

時いずれも10:00~12:00

時	内
12月21日(日)	パパと作るクリスマス！ 缶詰でお手軽ごちそう& エコなヘチマスポンジづくり
令和8年1月18日(日)	パパと巻こう！ 福を呼ぶ「火なし寿司」& 親子で学ぶおうちのお金
2月8日(日)	おいしい！楽しい！ パパと作るフルーツ大福 &暮らしを育む手作りぞうきん

所本町プラザ3階 調理室、ミーティングフロア

定10組(先着順)

料1組1,000円(全3回分)

申10月21日9:00以降に、専用フォーム、または㊦・㊩で、必要事項、託児希望の場合はこども名前と年齢を、は



■企画・運営 四日市友の会

他託児あり(6カ月~未就学児。先着8人。12月11日までに、要申し込み)

第3回マリッジサポート セミナー(オンライン)

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 FAX355-1321】

婚活世代に向けて、結婚や出産、マイホームなど、将来のお金に関する不安をファイナンシャルプランナーが分かりやすく解説します。

対市内に在住、または通勤する、セミナー当日に20~39歳の独身男女

時12月14日(日) 13:30~14:30

申12月10日17:00まで

に、四日市マリッジサポート㊦から



2026年四日市市 20歳を祝う会

青少年育成室

(☎354-8247 FAX354-8444

☎1645686139435)

対平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれの人

時令和8年1月10日(土) 13:00から(12:00開場)

所四日市ドーム

他12月上旬に、市内に住民登録のある人へ案内はがきを送付。住民登録がなくても参加可(手続き不要)。駐車場には限りあり。シャトルバス(無料)を推奨。詳しくは、決まり次第、市㊦を参照

三二情報

◆ビバ橋北

所橋北交流会館体育館

申問ビバ・橋北事務局(☎080-4840-9775)

(1)Let'sエクササイズ ダンベル体操教室

対小学生以上 時11月1日~12月27日の土曜日(11月22日は除く)全8回 10:00~11:00

定15人 料会員500円・非会員600円/1回

持タオル、飲み物、上靴、あればヨガマット、ダンベル(1~5kg)

申開催日の3日前までに、同事務局へ

(2)器械体操教室

対年中~中学生 時11月9日(日) ①9:30~10:20 ②10:30~11:20

定各15人(先着順)

持タオル、飲み物、上靴(体操ができる服装)

◆四日市まんなかこどもステーション

所問同所(☎351-6670 FAX351-6679)

(1)絵本のひろばとランチ

対未就園児と保護者 時11月6日(木) 10:30~13:00(10:00受け付け)

定8人(先着順) 料1,000円(ランチ代込み)

(2)四日市おもちゃ病院

時11月8日(土) 14:00~16:00

持壊れたおもちゃ

(3)おうちカフェ

対仕事をしている人、復職予定の人 時11月15日(土) 10:00~12:00 定5人 料500円

他託児あり(500円。2人目から250円)

(4)子育て中の方、ゆっくりお話しませんか? 「カフェまんなか」

時11月19日(水) 10:00~12:30(9:45受け付け) 定5組(先着順) 料500円/組

他託児あり(500円。2人目から250円)

◆映画「地球交響曲」第7・8番上映と談話会

時11月6日(木) 18:00から「第7番」、23日(祝) 13:30から「第8番」

所総合会館7階 第1研修室 定50人(予約優先)

料一般1,000円、高校生以下500円

申地球交響曲小さな上映会・三重 伊藤(☎090-2683-4562 ✉ytkchy@gmail.com)へ

◆創立70周年記念 ~みんなの花展~

時11月8日(土)・9日(日) 10:00~17:00(9日は16:00まで)

所じばさん6階 ホール、展示室

問小原流四日市支部 久保(☎351-1043)

◆四日市歩こう会11月行事

持弁当、飲み物、雨具 問同会

鈴木(☎090-6072-3486)

他中止案内は同会㊦を参照

(1)秋のバスハイク(雨天実施)

時所11月13日(木) 7:50近鉄四日市駅西口集合、18:00ごろ同駅解散 料5,500円

申11月9日までに、参加費を添えて、同会へ

■主な行き先 農村景観日本一展望台、農村散策、岩村城跡公園、岩村城跡、歴史資料館、岩村城下町(ふれあいの館)など(5km)

(2)四日市歩こう会(雨天順延)

時所11月23日(祝) 8:25近鉄海山道駅集合、13:30ごろ近鉄北楠駅解散 料300円(交通費自己負担)

■主な行き先 海山道神社、塩浜公園、ヘルスプラザ、塩崎神社、磯津公園、磯津海岸、楠緑地公園、楠郷総社神社(9.2km、ショートコースは7.4km)

◆高齢者のための弁護士電話相談(ひまわりあんしん事業)

対65歳以上の人と親族

時11月14日(金) 10:00~12:00

■相談専用 ☎059-228-3167

問三重弁護士事務所(☎059-228-2232)

◆マイカー点検教室

時11月15日(土) 9:00から 所北勢自動車協会2階 教室、テスター場(八田3丁目)

定30人(先着順) 申11月6日までに、四日市自動車整備組合(☎364-1124)へ

高いつの情報 イベント・講座 募集 その他 保健だより

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）】

時ヘルスプラザ **定**下表参照（応募多数の場合は抽選）

申11月20日（必着）までに、㊦・㊧・㊨で、必要事項、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）、関節の痛みの有無（ある場合は、部位）を、〒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、参加不可。6～12月に、同じコースに複数回の申し込み不可（異なるコースには申し込み可）。令和8年1月以降は2回目の応募可（応募者多数の場合は初回の人を優先）。ただし、いきいきライフ教室は参加回数の制限なし

教室名	対	時	定	持	
転ばぬ先の健康教室（水中運動コース） 介護予防に効果的な運動をします	おおむね65歳以上の体力低下を感じている人、要介護認定申請の要支援者、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	火 12月2～23日 全4回	9:45 } 10:45	各20人	水着、水泳帽
脳力リフレッシュ教室（陸上運動コース） 認知症予防に効果的な運動をします	おおむね65歳以上の人	水 12月3～24日 全4回	13:30 } 14:30		運動できる服装、運動靴(上靴)
足腰パワーアップ教室（水中運動コース） 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	18歳以上で、肩・膝・腰の痛み、骨粗しょう症などでお悩みの人	木 12月4～25日 全4回	9:45 } 10:45	各20人	水着、水泳帽
シニア・ここカラ教室（水中運動コース） 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	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	金 12月5～26日 全4回			
いきいきライフ教室 障害のある人と介助者が一緒に運動をします	トレーニングジムコース	水 12月10・24日	10:00 } 11:00	各3組	運動できる服装、運動靴(上靴)
	水中運動コース	木 12月4・18日	13:30 } 14:30		水着、水泳帽

11月15日～12月15日は ボランティアキャンペーン期間です

福祉総務課
☎四日市市社会福祉協議会
ボランティアセンター
(☎354-8144 FAX354-6486)

他詳しくは、四日市市社会福祉協議会☎を参照



◆ボランティア短歌 募集

申11月21日までに、同協議会☎から
他作品は、「ボランティア活動を知ろう！」で展示し、来場者の投票で優秀作品を選定

◆ボランティア活動を知ろう！

市内で活躍するボランティア団体の活動パネル展示やワークショップ。
時12月7日(日) 10:00～16:00
所イオンタウン四日市泊1階 中央イベント広場

◆はじめてのボランティア説明会&ボランティア活動体験

ボランティアの基礎知識や心構え

の説明会・防災講座の受講、公園清掃・障害者スポーツなどのボランティア活動を体験します。

キーロやコンポストを使っている人向け講座

生活環境課 (☎354-8192
FAX354-4412 HPID1740716073502)

冬は微生物の活動が低下し、生ごみの分解が遅くなります。冬に生ごみ処理機を十分に活用するための対応策や簡単にできる工夫を紹介します。
対市内に在住する、キーロやコンポストを所持している人

時	所
12月2日(火) 13:30～15:00	農業センター 第1・2会議室
12月6日(土) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00	じばさん5階 大研修室

定各30人（先着順）

申10月21日9:00から、開催日の3日前までに、



専用フォームから

他非電動式生ごみ処理機の土置き型キーロ、設置型コンポストの展示や、実演あり。受講者には特典グッズを進呈

外国人市民向け 防災セミナー

多文化共生推進室
☎国際交流センター (☎353-9955
✉yic@yokkaichi-shinko.com)

災害の時はどうするか、普段からの準備はどうするか、体験をしながら学べます。

対市内に在住、または通勤・通学する外国人

時11月9日(日) 13:30～16:30

所防災教育センター **定**30人程度

申10月31日までに、専用フォーム、または㊦・㊨で、必要事項、国籍、通訳の要否を、国際交流センターへ



じんけんフェスタ2025

人権センター
(☎354-8609 FAX354-8611
📠1754524219708)

◆展示、表彰式など

人権啓発の取り組みを紹介するパネルの展示、生命のメッセージ展、中学生人権作文優秀作品朗読会・表彰式、こども体験コーナーなど。

時12月7日(日) 9:30~16:00

所勤労者・市民交流センター

◆人権週間記念映画

「父と僕の終わらない歌」



© 2025 「父と僕の終わらない歌」

若き日に諦めたレコードデビューの夢をかなえようとするアルツハイマー型認知症の男性と、彼を支える家族と仲間たちの物語。

時午前の部 10:00~12:10

午後の部 13:30~15:10

(いずれも30分前に開場)

所本館1階 多目的ホール

定各300人(当日、先着順)

他手話通訳、要約筆記あり。託児あり(11月26日までに専用フォームから要申し込み)



◆人形劇団むすび座

「はらぺこぺっこん／ブレーメンのおんがきたい」

時10:00~11:00(9:30開場)

所東館3階 大会議室

定100人(当日、先着順)

他聴覚障害があり、台本の貸し出しを希望する人は、当日受け付け時にお申し出ください

◆こども向け映画

「おしりたんてい さらば愛しき相棒よ」

時13:00~14:15(12:30開場) ㊤

所東館3階 大会議室
定90人(当日、先着順)

車いすテニス体験会

スポーツ課
問四日市テニスセンター
(☎330-5500)

車いすテニスのデモンストラーション、テニス用車いすの操作体験。

時11月8日(土)

第1部 9:30~10:00

第2部 11:30~12:00

所四日市テニスセンター

対各10人(先着順)

持運動のできる服装、運動靴、飲み物

申11月7日までに、㊥で、必要事項を、主催の住友ゴム工業(株)(☎dunlop rtao@dunlopsports.co.jp)へ

他ラケットと競技用車いすの貸し出しあり

介護予防教室 「ウォーキング講座」

ステップ四日市
(☎348-4008 FAX346-4070
📠1687243920103)

ウォーキングに関する講義と、中央緑地内約2.5kmのウォーキングをします。

対市内に在住するおむね65歳以上で、長距離歩行が可能な人

時11月17日(月) 14:00~16:00
(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)

定8人程度(応募多数の場合は抽選)

持筆記用具、動きやすい服装と運動靴(履き慣れた靴)、タオル、飲み物、上靴

申11月7日までに、専用フォーム、または㊦・㊨で、必要事項、性別を、同施設へ



情報

◆税のなんでも相談会

時11月15日(土) 10:00~16:00

所トナリエ四日市、日永カヨ

問東海税理士会四日市支部 (☎351-8811)

◆福祉の就職フェアinみえ

対福祉関係事業所に就職を希望の人

時11月15日(土) 13:30~15:30

所四日市商工会議所ホール

申問三重県福祉人材センター (☎059-227-5160
🌐https://jinzai.miewel-1.com)へ

◆自然農法セミナー

「野菜の硝酸態窒素について、まとめ」

時11月16日(日) 9:30~11:30

所なやプラザ第2会議室 料500円 問自然農法ネットワーク 加藤 (☎090-4236-5184)

◆四日市友の会友の家

所問同会(智積町) 関 (☎090-9940-1243 FAX355-1535)

(1)家事家計講習会

時11月16日(日) 10:00~12:00

料300円(別途、こども保険料50円)

(2)「わくわく子どもひろば」

大事な物を入れる箱を作ろう

対小学生以下と保護者

時11月23日(祝) 9:45~11:30 定10組

料100円/組(別途、こども保険料50円)

持飲み物、手拭きタオル、あれば上靴

◆アハハの森の感謝祭と里山ワクワク体験!

時11月16日(日) 10:00~15:00

所遊パークすいざわアハハの森(水沢町)

定30人 料こども500円、大人700円

持弁当、飲み物、軍手、ヘルメット

申11月9日までに、遊パークすいざわ田んぼの楽校 前田 (☎090-4256-2341)へ

◆ブリエの森の朝市

時11月16日 10:00~15:00、11月23日

10:00~14:00、12月28日 10:00~14:00

(いずれも日曜日) 所北勢中央公園

問嶋坂 (☎090-7027-5091)

◆四日市交響楽団 第24回室内楽演奏会

時11月16日(日) 13:30開演(13:00開場)

所ハヤシユナイテッド文化ホール鈴鹿けやきホール

問同楽団事務局 (☎090-7374-8944)

◆子育て仲間づくり〜ピッコリーノ〜絵本、手作りおもちゃなどで遊び、パパ、ママのおしゃべりタイム

対乳幼児と保護者

時11月20日(木) 10:00~11:30

所富田地区市民センターホール

問子育て広場・ドロップin (☎/FAX363-3728
📠smile_dropin@yahoo.co.jp)

◆みんなで歌おう♪昭和歌謡 みはまde錦秋liveツアー2025

時11月20日(木) 14:00~15:30(13:30開場)

所三浜文化会館3階 練習室C

定40人(先着順) 申問男の練炉裏端の会 志田 (☎/FAX346-2903)へ

◆四日市地方産業安全衛生大会&優良勤労者表彰式/特別講演参加者募集

時11月20日(木) 15:00から 所都ホテル四日市伊勢の間

定30人 師NHK大相撲解説者舞の海秀平さん 申問事前に四日市労働基準協会事務局 (☎353-3910)へ

◆文化セミナー四日市「壬申紀を読む」IV(堀越光信)

時11月22日(土) 14:00~16:00

所じばさん4階 研修室2

料一般1,000円(学生500円)

問同会 久安 (☎090-1981-8110)

暮らしの情報

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。

パブリックコメント

四日市市手話言語条例 (案) の意見募集

障害福祉課(☎354-8527 FAX354-3016
 syougaiufukushi@city.yokkaichi.mie.jp HPID1755744437794)

- 条例(案)の入手先 市☎、障害福祉課(市役所3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 11月20日まで
- 意見の提出方法 住所、名前を記入し、㊟か㊠、または郵送(消印有効)で、〒510-8601 障害福祉課へ。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

募集

人権啓発活動のための人権学習を支援します

人権センター(☎354-8609 FAX354-8611)

- ◆ 第76回全国人権・同和教育研究大会
- 時 11月29日(土)・30日(日)
- 所 兵庫県西宮市、大阪府大阪市・東

大阪市

申 11月14日までに、人権センターへ

令和8年度納税通知書送付用封筒裏面有料広告募集

市民税課(☎354-8131 FAX354-8309
 HPID1634280674814)

- 納税通知書送付用封筒の裏面に掲載する広告(有料)を募集します。
- 申 11月13日までに、直接、市民税課(市役所2階)へ

北大谷・富田霊園 空き区画墓地使用者を募集

生活環境課(☎354-8186 FAX354-4412)
 北大谷霊園(大字松本・67区画程度)および富田霊園(大字茂福・33区画程度)の墓地使用者を11月下旬から募集予定です。詳しくは、広報よっかいち11月下旬号に掲載予定です。

会計年度任用職員 登録者の募集

育ち支援課(☎354-8285 FAX359-0280)
 申 事前に電話連絡の上、履歴書を、直接、育ち支援課(総合会館6階)へ

◆小・中学校介助員(パートタイム)

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)

◆医療的ケアサポーター

対 看護師(准看護師)資格を持ち、市立小・中学校に勤務可能な人

保育士・保育補助[会計年度任用職員(パートタイム)]募集

保育幼稚園課(☎354-8173 FAX354-6013)

- 勤務地 市立保育園・こども園
- ◆ 保育士・幼稚園教諭
- 対 保育士資格・幼稚園教諭免許を有する人
- 勤務条件 週1~5日勤務(勤務日数・時間は応相談)
- 主な業務 クラス担当・特別支援加配などの保育業務
- 申 市☎、または直接、履歴書と保育士証などの写しを、保育幼稚園課(総合会館3階)へ



◆保育補助

- 勤務条件 ①土曜日(午前または午後、4時間程度) ②週1~5日勤務(主に午後、夕方または早朝の時間帯、3時間程度)
- 申 直接、勤務を希望する園へ

令和8・9年採用 市の正職員・任期付職員募集

人事課(☎354-8120 FAX354-8330 jinji@city.yokkaichi.mie.jp HPID1703569089581)

- 応募方法 応募期限までに、専用フォームから。応募期限の23:59までに受信できたものに限り受け付けします
- 受験資格 (1)地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない人 (2)外国籍の人は永住者または特別永住者の在留資格を有する人



職種	採用予定人数	採用予定日	職種ごとの受験資格	応募期日	一次試験日	会場
正職員	若干名	令和8年4月1日	(年齢要件) 昭和56年4月2日~平成8年4月1日生まれ (職歴) キャリア枠のみ学歴に応じた職務経験が必要 (学歴) 高校またはこれと同等以上の学校を卒業	11月9日	市が指定する日程のうち受験者が選ぶ日	全国のテストセンター
		令和9年4月1日 (令和8年7月1日も可)	(年齢要件) 昭和57年4月2日~平成9年4月1日生まれ (職歴) キャリア枠のみ学歴に応じた職務経験が必要 (学歴) 高校またはこれと同等以上の学校を卒業	令和8年2月28日		
	土木 電気	5人程度 2人程度	令和8年4月1日	(年齢要件) 平成8年4月2日以降生まれ (学歴) 高校またはこれと同等以上の学校を卒業(見込み)	11月23日	12月7日(日)
任期付職員	3人程度	令和8年4月1日	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳などのいずれかの交付を受けている	11月23日	12月6日(土)	

他 業務内容、試験内容、提出書類など詳しくは、採用試験要項を参照。採用試験要項は、人事課、各地区市民センターほかで配布。市☎からも入手可

イベント・講座

募集

その他

保健だより

「ふるさと納税」 返礼品提供事業者募集

ふるさと納税推進室

(☎354-8525 FAX354-8315)

✉furusato@city.yokkaichi.mie.jp

☎1533190733127

ふるさと納税の返礼品を通じて「四日市の魅力発信」や「地元特産品のPR」を一層推進するために、返礼品の提供にご協力いただける事業者を随時募集しています。

■返礼品の主な選定基準

総務省の地場産品基準に該当しているもので、次をすべて満たすもの

(1) 市内で生産・製造、加工、採取などを行っている物品または提供されているサービス

(2) 本市の魅力を感じられるもので、本市のPRや地域産業の振興につながる要素がある

(3) 通常販売価格、通常提供価格が10万円以下(税込・送料別)

申㊦・㊧・㊨で、または直接、ふるさと納税推進室(市役所9階)へ他返礼品の提供には、別途返礼品取りまとめ事業者との契約が必要

その他

秋の火災予防運動(11月9～15日)「急ぐ日も 足止め 火を止め 準備よし」

消防本部予防保安課

(☎356-2008 FAX356-2041)

☎https://yokkaichisyoubou.jp/

令和6年中に管内で発生した火災は78件。主な出火原因はたばこ、ストーブ、こんろ、電気配線です。

◆住宅防火

いのちを守る10のポイント

≪四つの習慣≫

- ①寝たばこはしない、させない
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない

- ③火を使うときはそばを離れない
- ④コンセントのほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

≪六つの対策≫

- ①ストーブやこんろは安全装置の付いた機器を使用する
- ②住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- ③部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する
- ④消火器などを設置し、使い方を確認しておく
- ⑤高齢者や体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保する
- ⑥地域ぐるみの防火対策を行う

◆山林火災を予防しましょう

秋は空気が乾燥し、強風が吹き、山林火災が発生しやすい時季です。山林火災の原因は、人的要因が多く、皆さん一人ひとりの注意で防ぐことができます。

◆山火事予防四つのポイント

- ①乾燥・強風時は外で火を使わない
- ②火気を使用する時は、目を離さない
- ③消火用の水の確保
- ④使用後は完全に消火していることを確認

市税・県税の納付について

収納推進課(市税)

(☎354-8141 FAX354-8309)

三重県四日市県税事務所納税課(県税)

(☎352-0572 FAX352-0579)

11・12月は本市と三重県の「差押強化月間」です。納期内の納付をお願いします。災害や病気など、特別な理由で納付ができない場合は、収納推進課(市税)または四日市県税事務所(県税)へご相談ください。

■市税 個人住民税(市県民税・森林環境税)、法人市民税、固定資産税・都市計画税、事業所税、軽自動車税など

■県税 自動車税、不動産取得税、法人県民税、法人事業税、個人事業税など

情報

◆知的・発達障害 大きく変わる二つの制度「就労選択支援」と「成年後見制度」講演会

対障害がある人の保護者・支援者 時11月23日(祝) 10:00~12:00

所三浜文化会館視聴覚室 定90人(先着順) 料1,000円(会員外) 申11月14日までに、四日市市をつなぐ育成会(☎once-job@m6.city-net.ne.jp ☎353-8036)へ

◆暮らし資源★フェス 2025

時11月23日(祝) 10:00~15:00 所四日市一番街商店街 問同実行委員会事務局 すがま(☎070-7780-7167)

◆親子で楽しく手作りニョッキ&「ほめトレ」

対小学生以上と保護者 時11月24日(休) 10:30~14:30 所富洲原地区市民センター2階 料理室 定6組 料2,000円/組(追加600円/人) 持エプロン、筆記用具、ふきん 問セパ三重(☎090-1831-1714)

◆一般公開の詩吟発表会 岳風影岳会一吟会を視聴し、詩吟の世界に浸りましょう

時11月24日(休) 12:30~16:30(12:00受け付け) 所四日市商工会議所

問同会 鈴木(☎352-2337)

◆体験ひろば☆子どもスペース四日市

申①11月26日まで ②事前に、同所へ 問同所(☎/FAX321-0883)

①子どもと離れて大人同士の会話を楽しみませんか?~あべっくまん~

対子育て中の保護者 時11月28日(金) 10:00~12:00 所子どもスペース四日市

定5人 料1,000円 他託児あり ②親子で一日自然体験~秋の一日を森の中で~

対3歳~小学生と保護者 時11月29日(土) 10:00~14:00 所南部丘陵公園 栗の大林 定15組 料8,000円/組(追加2,000円/人)

◆1月開講コース職業訓練受講生募集

対求職中の人 ■募集科 ①テクニカルオペレーション科 ②電気設備技術科 ③電気施工技術科 時①②令和8年1月6日(火)~6月26日(金) ③令和8年1月6日(火)~6月24日(水) 定①②各15人 ③若干名(選考あり) 申①②11月28日、③12月12日までに、ポリテクセンター三重(☎320-2645 ☎https://www.3.jeed.go.jp/mie/poly/)へ 他①②託児あり(要申し込み)。受講希望者は施設見学会(毎週木曜日、月1回日曜日)に参加必須

◆パーキンソン病友の会みえ 四日市・菟野ブロック交流会

時11月30日(日) 13:30から 所三浜文化会館リハーサル室A 持飲み物

他音楽療法と意見交換会を開催 問同会 中村(☎090-6098-4495)

◆四日市シンフォニックコーラス

問中山(☎090-6080-9352) (1)第36回定期演奏会

時11月30日(日) 14:00開演(13:30開場) 所川越町あいあいホール

料前売り1,500円(当日2,000円) (2)団員募集

時毎週土曜日 17:45~20:00 所主に三浜文化会館 料4,500円/月、高校生以下は1,500円/月 他練習日に見学可能

◆第6回 四日市☆映画祭 開催!

時12月20日(土)・21日(日) 定150人 所近鉄百貨店四日市店11階 アートホール 問四日市映画祭(☎070-8239-8045) 他詳しくは、☎を参照

◆潜在保育士等就労・職場復帰支援研修(WEB)

対三重県内の潜在保育士など 申令和8年2月13日までに、専用フォームから 問三重県社会福祉協議会(☎059-227-5160)

イベント講座

募集

その他

保健たより

11月は「労働保険未手続事業一掃強化期間」

商業労政課

問三重労働局総務部労働保険徴収室
(☎059-226-2100)

●労働保険とは

「労災保険」(労働者災害補償保険)と「雇用保険」の総称で、政府が管理し、運営する強制保険です。農林水産業の一部を除き、労働者を一人でも雇用している場合、事業主または労働者の意思の有無にかかわらず成立手続を行い、労働保険料を納付しなければなりません。

●労災保険とは

労働者が業務上の事由、二つ以上の事業の業務を要因とする事由または通勤が原因で負傷、病気になった場合や死亡した場合に、被災労働者や遺族を保護するための給付などを行います。

●雇用保険とは

労働者が失業した場合や雇用の継続が困難となった場合に、労働者の生活や雇用の安定を図るとともに、再就職を促進するための給付などを行います。

●労働保険の成立手続を怠ると

さかのぼって保険料などを徴収するほか、労働災害が生じた場合、労災保険給付額の全部または一部を事業主から徴収します。

国民健康保険に関するお知らせ

保険年金課(☎354-8159 FAX359-0288)

◆職場の健康保険に加入したとき

国民健康保険に加入していて、職場の健康保険(社会保険・健康保険組合など)に加入したときは、国民健康保険からの脱退手続が必要です。保険年金課(市役所3階)か各地区市民センター(中部地区を除く)で、届け出をしてください。

マイナ保険証をお使いの場合も、

健康保険は自動で切り替わりませんので届け出が必要です。

手続きが遅れると、支払う必要のない保険料が請求されたり、さかのぼって資格を喪失したりするため、その間に国民健康保険を使って医療を受けた場合、国民健康保険が負担した医療費を返していただく場合があります。

持国民健康保険の資格確認書(持っている人のみ)、職場の健康保険の資格確認書または資格情報のお知らせなど、免許証などの本人確認書類、マイナンバー確認書類

◆70歳になる人に送ります

70歳になると所得に応じて自己負担割合が変わる場合があります。適用は、70歳の誕生日の翌月(1日が誕生日の人は誕生日)からで、その前月に、マイナ保険証の有無に応じて、自己負担割合を示した資格確認書、または資格情報のお知らせを送付します。

マイナンバーカードのお知らせ

マイナンバーカードサービスセンター
(木曜日、第1・3土曜日の翌日は休業。
[11月8日(土)は臨時休業])

問マイナンバーカードコールセンター
(☎0120-000-396)

◆マイナンバーカード出張申請

(1)福祉施設、企業など

新規・更新手続き希望者が、5人以上見込まれる福祉施設などを対象に、市職員などが訪問し、申請手続きを一括して行います

(2)戸別訪問

対市内に住居登録があり、新規・更新手続き希望者で、次のいずれかに該当する

- ①介護認定を受けている
- 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1~2カ月でカードを住所地向郵送。ただし、更新申請する人で、カードの再交付理由(紛失

など)により、窓口での受け取りが必要となる場合あり

◆申請サポート(予約不要)

後日、マイナンバーカードサービスセンター(市役所北館5階)で受け取る必要があります。

■11月の開催予定

時	所
1日(土)・2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)
15日(土)・16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)
29日(土)・30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)

■12月の開催予定

時	所
6日(土)・7日(日) 10:00~18:00	イオンモール四日市北 (1階 専門店通路)
13日(土)・14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)

毎日をアクティブに ARUKU+10

健康づくり課

(☎354-8291 FAX353-6385)

「毎日をアクティブにARUKU+10」のリーフレットを利用して健康づくりに取り組んでみませんか。10分運動するごとに記録をして、塗り絵を完成させましょう。完成した人にはオリジナルクリアファイルをプレゼントします。また、抽選で景品を進呈します。

対市内に在住、または通勤・通学する18歳以上

時11月~令和8年1月

他リーフレットは、各地区市民センター、市民窓口サービスセンター、健康づくり課(市役所7階)で配布

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 イオン四日市尾平ショッピングセンター(尾平町字天王川原1805番地ほか)

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
- 大規模小売店舗において小売業を行う者の氏名または名称・住所、法人にあっては代表者の氏名
- 駐車需要の充足など交通に係る事項

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8年1月5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

第19回美し国三重 市町対抗駅伝四日市市 代表候補選手選考会

スポーツ課
(HPID1758761988985)

問スポーツ協会(☎345-4111 FAX346-7767
✉taikyuu.047@y-sports.jp)

対小学5年~中学生の男女、高校生以上女子、40歳以上 男子

時12月20日(土) 10:00選考開始(9:00集合) 所中央陸上競技場

申12月13日までに、㊦・㊧で、または直接、参加申込書を、中央緑地施設管理事務所へ

他代表候補選手は本選考会の結果を参考に選手選考委員会で決定。上記以外の区間は、各種大会の結果を参考に、12月下旬に選手選考委

員会で決定。募集要項や参加申込書など、詳しくは、市
㊦、スポーツ協会㊦を
参照



第57回全日本大学駅伝 対校選手権大会開催に 伴う交通規制

スポーツ課

問全日本大学駅伝大会事務局
(☎052-222-5926

HPhttps://daigaku-ekiden.com/)

熱田神宮から伊勢神宮までの106.8kmで「第57回全日本大学駅伝対校選手権大会」が開催されます。当日は国道23号などで交通規制を実施します。

時11月2日(日)



国民健康保険医療費の お知らせ

保険年金課(☎354-8158 FAX359-0288)

医療費への理解を深めていただくため、令和8年1月下旬に「国民健康保険医療費のお知らせ」を送付します。このお知らせには令和6年11月~令和7年10月の診療分を記載しています(令和7年11月以降分は記載なし)。医療費控除の申告に使用する際は、領収書が必要となる場合があります。領収書の保管をお願いします。

納付済額のお知らせ(確定 申告などに利用できます)

保険年金課(☎354-8160 FAX359-0288)
介護保険課(☎354-8190 FAX354-8280)

11月下旬に、国民健康保険加入世帯の世帯主、後期高齢者医療制度被保険者(担当:保険年金課)、65歳以上の介護保険被保険者(担当:介護保険課)を対象に、「納付済額のお知らせ」(1~11月上旬に納付が確認できた金額)を発送します。早めに「納付済額のお知らせ」が必要な人は、各担当課へご連絡ください。

納めた国民年金保険料は 社会保険料控除の対象です

保険年金課

問四日市年金事務所

(☎353-5515 FAX3654-5011)

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、その分も含めて控除が受けられます。

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7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8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)が必要です。

他証明書の再交付を希望する場合は、四日市年金事務所かねんきん加入者ダイヤルへ

三 二 情 報

◆第3回よっかいちジュニアメディカルラリー
対高校生対象(1チーム4~6人。1人から応募可) 時令和8年3月15日(日) 12:30~17:00 所四日市羽津医療センター 定72人 持動きやすい服装 申専用フォームから 問四日市羽津医療センターHCU病棟(☎331-2000)



◆ハーモニカ教室 会員募集
対市内に在住する70歳以上 時令和8年3月まで 所なやプラザ 定20人 問藤井(☎090-4163-2864)

◆吹矢をしませんか 楽しみながら健康に肺機能、集中力増進

時第1・3月曜日 13:00から 所なやプラザ体育館 持上靴、飲み物 問さわやかアローズ 加藤(☎090-8955-8533)

◆三重混声合唱団あんだれ70合唱団員募集
時週1回(木曜日 18:45~20:45、土曜日 9:45~11:45のいずれか) 所三浜文化会館ほか 料3,500円/月+積立500円/月 他見学可 問同団 木村(☎090-8860-9471)

◆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 他今年度で終了 問詳しくは同会事務局(☎03-3261-5521)へ

◆自動車起終点調査のご協力をお願いします
全国一斉に「令和7年度全国道路・街路交通情勢調査 自動車起終点調査」を11月まで実施しています。無作為に抽出した県内の世帯に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。
回答方法 インターネットまたは調査票
調査実施主体 国土交通省三重河川国道事務所 問サポートセンター(☎0120-186-312)

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。

インフルエンザに 注意しましょう

保健予防課(☎352-0595 FAX351-3304)

インフルエンザは、例年12～3月に流行します。こどもや高齢者は、肺炎や脳症を伴うなど重症になることがあり、特に注意が必要です。

■症状

38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状。のどの痛み、咳などの呼吸器症状

■潜伏期間 通常1～3日

■予防方法

- ①流行前にワクチンを接種する
- ②石けんで手洗いをする
- ③室内では適度な湿度(50～60%)を保つ
- ④十分な休養とバランスのとれた食事をとる
- ⑤流行時には、できるだけ人ごみを避ける
- ⑥室内ではこまめに換気をする

■症状があるときの注意点

- ①外出を控える
- ②咳やくしゃみが出るときは、咳エチケットを徹底する
- ③早めにかかりつけ医療機関を受診する

11月10～16日は 「アルコール関連問題 啓発週間」

保健予防課(☎352-0596 FAX351-3304)

アルコール依存症は、大量のお酒を長期にわたって飲み続けることで、お酒を飲まないといられなくなる精神疾患の一つです。回復には、本人が治療に対して積極的に取り組むことはもちろん、家族をはじめ周囲の人のサポートがとても大切です。

まずは保健所や専門医療機関に相談しましょう。ご家族からの相談もお待ちしております。

■精神科医師によるアルコール関連問題の個別相談

時11月20日(木) ①13:30から

②14:30から ③15:30から
定各3組(先着順)
申事前に、①で、保健予防課へ

自転車・バイク 有料駐輪場のご案内

道路管理課(☎354-8154 FAX354-8302)



近鉄四日市駅北・南駐輪場(有料)は、自転車・バイク(大型バイク含む)を駐輪できます。

所①近鉄四日市駅北駐輪場(安島一丁目 ☎357-2014)

②近鉄四日市駅南駐輪場(鵜の森一丁目 ☎356-0600)

料120円/日(自転車)、210円/日(50cc以下)、320円/日(50cc超～125cc以下)、420円/日(125cc超) ※定期利用もあり

申直接、各駐輪場へ

他詳しくは、友輪(株)へ



花井悠希のミュージックカフェ 第4回「バロック音楽とともに 過ごす聖なるひととき」

文化課

問文化会館仮事務所

(三浜文化会館内 ☎354-4501)

本市の観光大使でヴァイオリニストの花井悠希さんが出演するトーク&コンサート。バロック時代の楽曲演奏をお楽しみください。

■出演 花井悠希(ヴァイオリン)、林愛実(フルート)、山本有紗(電子チェンバロ)

対小学生以上

時12月7日(日) 14:00開演

所あさけプラザホール

料一般2,000円、高校生以下1,000円

申専用フォームから



コンビニ交付サービス 一時停止

市民課(☎354-8152 FAX359-0282)

計画停電のため、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11月7日(金) 19:00
～10日(月) 6:30

市民窓口サービスセンター
点検作業による臨時休業

休11月8日(土)・9日(日)

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

相好アリーナ四日市(☎348-4100)
(四日市市総合体育館)

●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
11/5・12 C 11/6・13 E
11/18・19 F

バドミントン 11/6 A 11/5・12 D
卓球 11/14 C 11/20 E
11/4・7・21・27 F

バスケットボール 11/11・25 F
バレーボール 11/10・26 E
ハンドボール 11/17 E

●弓道場(弓道で使用する場合)

近的射場 11/11 A 11/16・26 C
11/2～7・9・10・12～15・
17～25・27～30 F
11/1・8 H

遠的射場 11/11 A
11/4・6・9・13・15・18・
20・23・25・27・29 F
11/1・8・30 H

●弓道場(アーチェリーで使用する場合)

遠的射場(全面) 11/26 C
11/16 E
11/2・3・5・7・10・12・14・
17・19・21・24・28 F
11/22 H

●トレーニングルーム

11/6 G 11/1～5・7～30 F

相好サブアリーナ四日市(☎345-4111)
(中央第2体育館)

バドミントン 11/7・14 B
11/10・20・27 E
11/4・11・25 F 11/3 I

卓球 11/28 B
11/5・6・12・13・17・19 E
11/18・26 F

四日市ドーム(☎330-3131)

グラウンドゴルフ 11/25 D

あさけプラザ体育館(☎363-0123)

バドミントン・卓球 11/1・8・22・29
(9:30～16:30)

四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み

令和7年度 四日市市文化功労者が決定

問文化課 (☎354-8239)

●表彰式 時11月3日(祝) 13:30から 所総合会館8階 視聴覚室

四日市市文化功労者

日永つんつくおどりの保存・継承に
貢献

日永西

伊藤邦英さん



市指定無形民俗文化財である日永つんつくおどりの保存会会長を、永年にわたり務められました。また、歌い手として、踊りの披露には欠かせない存在となり、大四日市まつりをはじめ、さまざまな行事へ積極的に参加されました。

さらに、担い手育成のためのDVD制作や日永小学校で踊りの指導を行うなど、後進育成にも尽力され、日永つんつくおどりの保存・継承と普及に貢献された永年の功績が認められました。

萬古陶芸技術により市の文化振興に
貢献

羽津山町

木村元次さん



萬古陶芸作家として釉薬ゆうやくの研究を重ね、各種展覧会において優秀な成績を収められています。また、全国各地で個展を開催するとともに、本市で開催される萬古焼の企画展への継続的な出品協力など、市民が陶芸に触れる機会の創出に寄与されました。四日市市美術展覧会審査員を永年にわたり務められ、陶芸による本市の文化振興に貢献された功績が多大であると認められました。

後進育成に努め市の美術振興に貢献

堀木

田島健次さん



洋画家として、各種展覧会への出品や、海外での個展開催など、広く活躍しておられます。四日市市民芸術文化祭行事「四日市アート展」へ毎年優れた作品を出品されています。本市では永年にわたってデッサン教室の指導者として後進育成に尽力され、本市の美術振興に貢献された功績が認められました。

ハローワークって？ inイオンモール四日市北 ハローワーク出張相談会

商業労政課
☎四日市公共職業安定所
☎353-5566 (41#)

適職診断、職業訓練などハローワークの各種支援サービスの案内が受けられます。1日ハローワーク所長としてこにゅうどうくんも登場。自分の適職を知りたい人や手に職をつけたい人、仕事探しの方法などを気軽にご相談ください。

時 11月15日(土) 10:00~14:00
所 イオンモール四日市北1階
3 COINS+plus前

ミニ情報の掲載について

広報マーケティング課
☎354-8244 FAX354-3974

「広報よっかいち」のミニ情報は、市民や市民団体などの活動を、スペースの範囲内でご紹介するコーナーです。

スペースの都合上掲載できない場合や、詳細を割愛する場合がありますので、ご理解をお願いします。なお、同一内容の掲載は年2回までです。

ミニ情報は各月下旬号のみの掲載となっていますので、原稿の締め切りにご注意ください。

原稿の締め切りなどは、次のとおりです。

■ 下旬号の発行日

毎月20日(おおむね1週間で配布完了)

■ 対象 発行翌月の1日以降に開催か、申し込み締め切りがある催し

■ 原稿締め切り

発行前月の15日(15日が土・日曜日、祝日の場合は、直前の平日)
(例)12月下旬号の締め切りは11月14日

※初めて掲載を希望する場合は、広報マーケティング課(市役所8)

階)へ原稿や参考資料をお持ちください。また、市役所には、報道機関が加盟する市政記者クラブがあります。イベントの開催や講演会などの情報を、市政記者クラブに提供してみたいかでしょうか。詳しくは、市政記者クラブ[総合会館1階(☎354-8266 FAX351-2631)]へ

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 FAX325-0286

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」を友だち登録



● ID検索から登録する場合

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

駅前発！ こにゅうどうレンタサイクル

道路管理課
☎354-8154 FAX354-8302



時 月～土曜日 7:00～20:00

日曜日、祝日 10:00～17:00

所 ① レンタサイクルポート近鉄

(近鉄四日市駅北駐輪場内
☎357-2014)

② レンタサイクルポートJR

(JR四日市駅構内
☎070-4091-8296)

料 一般自転車 120円/日

電動アシスト自転車 240円/日
※ヘルメットあり

持 身分証明書(初回のみ)

申 直接、各レンタサイクルポートへ

他 台数に限りあり。レン

タサイクルは相互返却

可。詳しくは、友輪(株)

☎を参照



じばさん イノベーションセミナー

商業労政課

☎(株)アルファドライブ

✉reiko.ishida@alphadrive.co.jp
HPID1759097515524

「スタートアップ支援拠点」などの機能を備えてリニューアル予定のじばさんで、スタートアップについて理解を深められるセミナーを開催します。

対 市内事業者(スタートアップ支援機関を含む)

時 ① 12月8日(月)

② 令和8年1月19日(月)

いずれも14:00～17:00

(13:30受け付け)

所 じばさん6階 ホール

内 ① 共創入門セミナー「スタートアップとの共創による新事業創出とは」(一般参加可)

② 共創実践セミナー「スタートアップとの共創のポイントと新規事業開発の進め方」

定 各20人

申 専用フォームから



広報マーケティング課からのお知らせ



広報マーケティング課 (☎354-8244 FAX354-3974)

広報よっかいち

どこにいても「広報よっかいち」が見られる



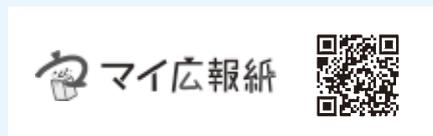
■マチイロ

スマートフォンやタブレット端末アプリ「マチイロ」で「広報よっかいち」を配信しています。二次元コードを読み取り、アプリをダウンロード。「お住まいの地域」または「気になる地域」で四日市市を設定するとご覧いただけます。



■マイ広報紙

ダウンロード不要で、パソコンやスマートフォン・タブレットから「広報よっかいち」を見ることができるサービスです。日本語以外にも全20言語の多言語翻訳機能があるほか、文章の読み上げを設定すると、日本語で読み上げる機能もあります。



広報用SNS (Facebook/X/YouTube/Instagram) あります

さまざまな方法で市の情報をお知らせするため、広報用のSNSを運用しています。情報収集の一環として、ぜひ、お役立てください。



Facebook



X



YouTube



Instagram



保健だより

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	診療科目	診療日	診療時間
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 <small>※年末年始を除く</small>	日曜日	
歯科医療センター(本町9-12) ☎354-5130 <small>※月によって各曜日の診療回数が変わることがあります</small>	障害者(児)の 歯科診療(予約制) <small>※祝・休日と 12/28~1/3を除く</small>	火曜日(月2回)、木曜日(月3回)	13:30~16:30
		木曜日(月1回)	9:30~12:00
	日曜日(月2回)	9:30~12:30	
	応急歯科	12/30~1/2	9:00~11:30
名称		相談内容・時間など	
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 ■担当 (一社)四日市薬剤師会	14:00~16:00
みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000 または ☎059-232-9955	こどもの病気などの 電話相談	日曜日、祝・休日、12/30~1/3 それ以外 ■担当 医療関係の専門相談員	8:00~翌朝8:00 19:00~翌朝8:00

イベント講座
募集
その他
保健だより

問こども家庭センター ☎354-8187 FAX354-8061



◆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、同センター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。該当する人は同センターへ連絡してください
- 令和7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6,000円)、新生児聴覚検査費用の一部(上限3,000円)を補助します。補助券のない人は同センターへご連絡ください。また、生活保護世帯と市民税非課税世帯には、別途、聴覚検査の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 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センター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)の経過措置について 平成9年4月2日から平成21年4月1日までの間に生まれた女子は、令和4年4月から令和7年3月31日までに、1回以上接種していれば、令和8年3月31日まで公費で全3回の接種が完了できます。詳しくは、厚生労働省(☎https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou/hpv_catch-up-vaccination.html)を参照
■ MRワクチン接種期間延長 (第1期) 令和4年4月2日から令和5年4月1日の間に生まれた人、(第2期) 平成30年4月2日から平成31年4月1日までの間に生まれた人は、MRワクチン予防接種が済んでいない場合、令和9年3月31日まで公費で接種できます

○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日までのこどもが対象です。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 こども家庭センター(総合会館3階)、F・A・T・窓口・よかプリコ(さくらんぼひろば、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
パパママ教室 (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8年3月14日以降(教室参加時、妊娠28週未満)の妊婦・その家族 定15組	12月19日(金) 9:30~12:00	12月5日	必要事項、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	11月10日(月) 10:00~11:00	11月6日	所 総合会館5階 申 ①・よかプリコ(当日参加可)
さくらんぼひろば (みんなであそんだり、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	11月7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	12月9日(火) 12月23日(火) 10:30~11:50 12月19日(金)	開催日の2週間前	必要事項、生年月日 持 だっこひもなど
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	12月2日(火) 13:30~15:00 12月12日(金) 13:30~15:00		必要事項、生年月日
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	12月2日(火) 10:00~11:30		必要事項、生年月日 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

※教室などの利用時は、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

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



- 申①市㊟ [HPhttps://www.city.yokkaichi.mie.jp/kenshin/index.html](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㊦・㊨ 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7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8年2月28日(土)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 ※次の日程表は11月の申し込み締め切り分。今年度の集団検診は下表の日程で終了となります

会場名	月	日(曜日)	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		肺がん
桜地区市民センター	12	★6日(土)	胃AM	大腸1日	子宮PM	マンモ1日	エコー1日	肺1日	11月5日(水)
		★14日(日)	胃AM	大腸1日	子宮PM	マンモ1日	エコー1日	肺1日	11月12日(水)
あさけプラザ	12	7日(日)				マンモ1日		肺1日	11月5日(水)
		13日(土)			子宮PM		エコー1日		11月12日(水)
楠福祉会館	12	17日(水)	胃AM	大腸AM	子宮AM				11月17日(月)
		1★11日(日)	胃AM	大腸1日	子宮PM	マンモ1日	エコー1日	肺1日	

●検診日・会場により、受けられる検診種類や実施時間が異なります

●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。会場によっては、すぐに定員になります。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を記載した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

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

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

※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7年度がん検診のお知らせ」をご確認ください



◆B型肝炎・C型肝炎ウイルス検査を無料で受けられます

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、血液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8年3月31日まで	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㊦、郵送を希望する場合は、同課へご連絡ください				

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12ページ、館内のチラシやポスターをご参照の上、ぜひ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

※塩浜子育て支援センターおよび塩浜児童館移転工事のため、1階図書室、学習室などが利用できません

※プール使用中止のご案内 11月18~21日は、施設点検・定期清掃のため使用できません

募 集
イベント講座
その他
保健だより

11月の予定

相談

祝・休日を除く

分類	相談名	問	時	所		
市民	消費生活相談 ※1	354-8264	月～金曜日	9:00～12:00	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 示談、自動車保険の請求など 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			13:00～16:00		
	弁護士相談 ※3	354-8153	毎週木曜日	13:00～16:00		市役所 1階
	司法書士相談 ※3 ※4		予約制 各7人			
	行政書士相談 ※5		毎週月曜日			
	社会保険労務士相談 ※6		4(火)・18(火) 19(水)			
	交通事故相談 ※7	354-8155	月～金曜日	9:00～12:00 13:00～15:45		建築指導課 ※8 要相談カード ※9 国・県・市など役所の業務や独立 行政法人などに対する意見など
	建築相談(市民向け)	354-8206	14(金)・28(金)	13:00～15:00		
	建築相談(専門家向け) ※8	354-8208	12(水)・26(水)	13:00～16:00		
	木造住宅の耐震化相談	354-8207	6(木)・20(木)			
行政相談 ※9	354-8153	18(火)	18(火)	大知地区市民センター 11月のみ		
日曜市税納付相談	354-8140 354-8143	30(日)	10:00～16:00	収納推進課		
日曜国保納付相談	354-8160					
福祉	障害者相談 ※10	354-2550 354-2411 354-8144 354-8276 354-8298 353-5110 354-8064	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 シンオ(精神) 345-9016 HANA(精神) 320-2761 陽だまり(知的) 328-5881 プールーム(知的) 329-5657 福祉総合相談室 ボランティアセンター 総合会館2階 こども家庭センター 総合会館3階 子どもの虐待防止ホットライン(電話相談) こども発達支援課 総合会館5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					
	こどもとその家庭に関する相談					
	ひとり親家庭の相談					
	児童虐待相談					
	児童発達相談					
健康	結核相談・HIV(エイズ)などの相談	352-0595	電話相談(随時) 来所相談(要予約)	8:30～17:15	保健予防課 ※11 検査結果を聞くため、再度来所要 ※12 要予約(先着順。3日前まで) 現在通院していない人が対象です	
	HIV		毎週水曜日	13:00～15:00		
	B型・C型肝炎ウイルス 梅毒検査 ※11		26(水)	13:00～15:00 17:30～19:00		
	こころの相談 (精神科医師による来所相談) ※12		13(木)	13:30～16:30		
	こころの相談 (保健師などによる来所相談)		28(金)	10:00～12:00 13:00～16:00		
	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)	8:30～17:15		
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	育ち支援課 総合会館6階 青少年育成室 総合会館5階	
	いじめ・体罰等教育相談	354-8169				
	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				
子育て	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	354-8069 相327-6325	月～金曜日 (祝日と年末年始を除く)	9:00～17:00	こども未来課 総合会館3階 塩浜子育て支援センター 大字塩浜 887-1 橋北子育て支援センター 午起一丁目 3-13 こども子育て交流プラザ 橋北交流会館 4階	
		345-7978 相345-3553				
		332-4527 相331-1875				
		330-5020 相331-5560				月～日曜日 (年末年始を除く)
人権	人権相談	354-8610	月～金曜日	9:00～12:00 13:00～16:00	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)	
	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(働くウーマンナビ)	0120-976-477 (予約専用)	8(土)	9:00～12:00 13:00～15:00	(面談相談) 本町プラザ3階	
			12(水) 26(水)	オンライン 13:00～16:00 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)	4(火)	9:00～12:00		
	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 出入国・在留手続き相談	16(日)(要予約)		13:00～16:00			