



お知らせ

よごろう

令和7年10月5日号
四郷地区市民センター
☎ 059-321-2021
FAX 059-320-2090
四郷地区団体事務局
☎・FAX 059-322-5675

表彰おめでとうございます

9月24日(水)あさけプラザにて四日市市自治会長大会が開催され、永年、自治会活動にご尽力いただいている次の方々表彰されました。

- 🎖️【勤続15年】新原 慎一さん(笹川九丁目西)
- 🎖️【勤続10年】水谷 弘さん(西日野町第十三)
- 小林 廣さん(八王子町)
- 中村 行雄さん(笹川五丁目第一)
- 🎖️【勤続5年】坂下 善治さん(東日野町第三)
- 松永 伸一さん(高花平連合)
- 丸橋 順子さん(ビレッジハウス笹川 AB 地区中央)
- 河北 房子さん(ビレッジハウス笹川 C 地区南西)



<再掲載>

子育て支援事業

親子で楽しむ音楽リズム

リズムに合わせて親子で一緒に
体操を楽しみましょう!

参加費
無料

- ♪日 時：11月13日(木)
10:30 ~ 11:00頃
- ♪場 所：四郷地区市民センター2階 大会議室
- ♪講 師：坂倉 絹子さん
- ♪対 象：四日市市在住の4歳未満の子どもとその保護者
- ♪定 員：親子20組(先着順)
定員になり次第、受付を終了させていただきます。
- ♪共 催：笹川保育園子育て支援センター
四郷地区民生委員児童委員協議会
四郷地区市民センター



申込みフォーム

【申込み・問合せ先】四郷地区市民センター ☎ 059-321-2021

回 覧												

高齢期の食事～低栄養予防～

加齢による衰えを遅らせるためには、適切な「食生活」が重要です。
低栄養を予防し、活動的な生活を送るヒントを学んでみませんか？

- ◆日 時：10月25日（土）9：30～13：00
 - ◆場 所：四郷地区市民センター2階 調理室
 - ◆定 員：16名（先着順）
定員になり次第、受付を終了させていただきます。
 - ◆参加費：700円
 - ◆持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、台拭き
 - ◆主 催：四郷ヘルスメイト
 - ◆受付期間：10月21日（火）まで
- 【申込み・問合せ先】四郷地区市民センター ☎059-321-2021
※申し込み後、ご都合が悪くなられた場合は、必ずご連絡ください。

メニュー

- ・さけ南蛮
- ・大豆とかぼちゃのごまみそ汁
- ・こまつなの梅和え
- ・チーズ入りスイートポテト



11月 楽しく長生き 百歳体操

高知市から始まった「百歳体操」、各地に広がりを見せています。一緒に始めましょう！

- ★日 時：11月3日・10日・17日・24日（月）13：30～15：00
 - ★場 所：四郷地区市民センター2階 大会議室
 - ★主 催：四郷地区老人クラブ連合会
- 【問合せ先】四郷地区団体事務局 ☎059-322-5675
平日9：30～12：00、13：00～16：30（祝日を除く）
※参加される方は感染症予防にご協力ください

参加費無料
申込み不要



四郷地区市民センターで行う 集団がん検診へお越しの方へ



受診される方は、できるだけ徒歩や自転車でお越しください。駐車場が大変混み合いますので、お車の場合は、できる限り乗り合わせのうえ、北側駐車場をご利用ください。西側駐車場は窓口にお越しのお客様専用です。ご協力の程よろしく申し上げます。

《四郷地区市民センターで行う集団がん検診》

※事前にお申し込みされた方が対象です。郵送される受診券に記載された時間にお越しください。

- 胃がん・大腸がん……………11月18日（火）、19日（水）、28日（金）
- 子宮頸がん検診……………11月18日（火）、28日（金）
- 乳がん検診（マンモグラフィ）…11月 4日（火）、12日（水）、12月5日（金）
- 肺がん検診……………11月 4日（火）、12日（水）

【問合せ先】健康づくり課 ☎059-354-8282 FAX 059-353-6385

市民税・県民税・
森林環境税（第3期）



納期限は
10月31日（金）です

自動車文庫 11月の予定



高花平3号公園	5日(水)	10:10 ~ 11:10
四郷地区市民センター	7日(金)	13:30 ~ 14:30
笹川一丁目1号公園	13日(木)	10:00 ~ 10:40
笹川西公園	//	10:50 ~ 11:20
笹川郵便局前	//	13:30 ~ 14:10
西日野町(老人ホームオーロラ)	20日(木)	13:30 ~ 14:10

人権フェスタよごう2025

入場無料

- ★日時：11月1日(土) 13:30 ~ (開場 13:15 ~)
- ★場所：高花平小学校 体育館
- ★内容：第1部【13:30~】人権ふれあいコンサート♪ (演奏：マリンバプラス)



【演奏予定曲♪】

- ・ドレミの歌
- ・アンダー・ザ・シー
- ・小さな世界
- ・剣の舞
- ・おもちゃの兵隊の行進
- ・ウィリアムテル序曲
- ・アメリカンパトロール
- ・ライラック
- ・上を向いて歩こう
- ・川の流れのように

＝知っている曲ばかり!!＝

第2部【14:30~】「小さな山神スズナ姫」(原作・富安 洋子、人形劇団むすび座)

スズナ姫が父との約束を果たし、自立する物語
挑戦する勇気 一歩踏み出す行動力
仲間を信頼する心が夢をかなえる



- ★主催：四郷地区人権啓発推進協議会
- ※スリッパ(上ぐつ)、座布団・マットは各自でお持ちください。
- ※駐車場は、高花平小学校、中央公園(▲P表示してあります)、高花平こども園、子育て支援センターなど

【問合せ先】四郷地区団体事務局 ☎ 059-322-5675

平日 9:30 ~ 12:00、13:00 ~ 16:30 (祝日を除く)

外国人住民を対象とした防災セミナーを開催します

災害が起こった時はどうしたらいい? 普段からの準備はどうしたらいい?

災害や防災について、最新の施設で体験しながら学べます。 ※通訳がいます。

参加費
無料

- 日時：11月9日(日) 13:30 ~ 16:30
- 場所：四日市市防災教育センター(富田二丁目4-15)
- 対象：四日市市内に住んでいるか市内で働いている外国人
- 定員：30名程度
- 主催：四日市市(市民生活課多文化共生推進室)



Google フォーム

- 申込み：10月31日(金)までに Google フォーム、電話、Eメールで申し込んでください。

【問合せ先】公益財団法人四日市市文化まちづくり財団

四日市国際交流センター(YIC) ☎ 059-353-9955

Google フォーム <https://forms.gle/9Uri2LJ58agg7aek6>

Eメール yic@yokkaichi-shinko.com





《2025 年度ふれあい講座》

『新体操の体験』のご案内

参加費
無料



新体操を体験してみませんか？新体操は、音楽に合わせて動いて、きれいに表現をするスポーツです。みんなで身体を動かして楽しみましょう！初めての人、子どもも大人も、皆さんの参加をお待ちしています！！

♡♪♡♪♡子どもたちの演技も紹介します。お楽しみに♡♪♡♪♡

◎日 時：11月15日（土）14：00～15：30

◎場 所：ビレッジハウス笹川 中央第一集会所（笹川郵便局北隣）

◎講 師：ルアナ ギマライスさん〔新体操のコーチ〕

◎対 象：四日市市在住、在勤の方

◎定 員：30名

◎持ち物：水筒、汗拭きタオル

【申込み・問合せ先】

多文化共生サロン ☎ 059-322-6811（月～土 9：00～17：15、祝日除く）

Eメール kyouseimodel@city.yokkaichi.mie.jp



サロン Facebook



四日市市議会 議会報告会のお知らせ

9月定例会議会の議会報告会を10月21日（火）に開催します。定例会議会でどのような議論がされたのかを、議員が直接、市民の皆さんにお伝えします。

報告会の後にシティ・ミーティング（意見交換会）を開催します。

市内に在住または通勤・通学する人を対象とし、事前のお申し込みは不要ですので、参加を希望する会場にどうぞお気軽にお越しください。

●日 時：10月21日（火）18：30～20：30

第1部：議会報告会

第2部：シティ・ミーティング（意見交換会）テーマ「四日市市政全般について」

●会 場：総合会館7階 第1研修室（諏訪町2番2号）

※会場でのやりとりを基本としてご意見をいただきます。

※手話通訳・要約筆記いたします。（事前予約は不要です）

※天候等により中止や開催内容が変更となる場合があります。状況によっては記載された予定時刻よりも早く終わる可能性がありますので、あらかじめご了承ください。

【問合せ先】議会事務局 議事課 ☎ 059-354-8340 FAX 059-354-8304

市民窓口サービスセンター臨時休業のお知らせ

市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）は、点検作業のため下記の日程は臨時休業いたします。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

■臨時休業

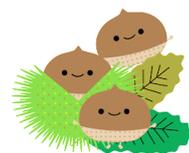
11月8日（土）、11月9日（日）終日

【問合せ先】市民課 ☎ 059-354-8152



ヘルスリーダーによる イキイキ教室

11月はお休みです



あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

マイナンバーカードの申請の仕方がわからない方やカードの更新時期を迎える方などに、市内商業施設において、マイナンバーカードの申請サポートを実施します！

予約不要ですので、この機会にぜひご利用ください！

持ち物

ID付マイナンバーカード交付申請書、または通知カードなどマイナンバーがわかるもの

サポート内容

- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
- ・インターネットでの申請のお手伝い
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け（無料）
- ・交付申請書送付用封筒（切手不要）のお渡しなど



◆マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表（11月分）

曜 日	場 所	受付時間
11月 1日（土）・2日（日）	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）】	10：00 ～ 18：00
15日（土）・16日（日）	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）	イオン四日市尾平店 【1階東側エスカレーター付近】	

【問合せ先】マイナンバーカードコールセンター ☎ 0120-000-396

第4回出会いイベント

Match event ゆったい縁むすび

結婚を希望する独身の人を対象とした出会いイベントを行います。

出会い・結婚応援！「出会いイベント」に参加してみませんか。



- 日 時：11月23日（日）13：30～16：00
- 場 所：大正館（西新地3-18）
- 対 象：四日市市内に在住、または通勤するイベント当日に30～39歳の独身男女
- 参加費：1,000円（季節の和菓子・抹茶付き）
- 定 員：男女各10名（応募多数の場合は抽選）
- 内 容：1対1トークを中心とした出会いイベント
- その他：参加者を対象にした事前ガイダンスあり
- 申込み：11月17日（月）9：00までに、四日市マリッジサポート事務局



申込みフォーム

専用ホームページから申し込みください。

四日市マリッジサポート事務局 ☎ 059-355-1320 FAX 059-355-1321

【安島一丁目 トナリエ四日市4階（株）デルタスタジオ内】

専用ホームページ <https://yokkaichi-marriagesupport.jp>

【問合せ先】こども未来課 ☎ 059-354-8038



11月の遊び会・遊ぼう会のご案内



未就園のお子さんと保護者の方に、遊び場を提供し親子の仲間づくりの場としてご利用いただけます。参加される方は、必ず健康観察を行い、風邪症状などがある場合はご遠慮ください。

★子育て支援センター

笹川中央幼稚園 ☎ 059-322-1781	11月 4・11・18・25日(火) 7・14・21・28日(金)	9:30 ~ 11:30
高花平こども園 ★ ☎ 059-337-8607	月～金(祝日は休み)	9:30 ~ 14:30
	11月 4日(火) 主任児童委員さん訪問	10:00 ~ 11:00
	11月 7日(金) 助産師さんがみえます	
	11月 25日(火) アビさんとあそぼう	
四郷保育園 ☎ 059-321-0148	11月 6・13・20・27日(木)	9:30 ~ 11:30
笹川保育園 ★ ☎ 059-321-5510	月・火・水(祝日は休み)	9:30 ~ 14:30
	11月 5日(水) 図書司書による絵本のよみきかせ	10:30 ~ 11:00
	11月 11日(火) さんぽ	10:15 ごろ出発予定
	11月 17日(月) 心理判定員による子育て相談	10:00 ~ 11:30 受付 11:15 まで
笹川西保育園 ☎ 059-322-1782	11月 5・12・19・26日(水)	9:30 ~ 11:30
津田第一幼稚園 ☎ 059-321-8836	11月 11日(火) 子育て支援 いちごクラブ	第1部 9:30 ~ 第2部 11:00 ~
	11月 27日(木) 園庭開放	10:00 ~ 12:00
津田第二幼稚園 ☎ 059-321-8011	11月 6日(木) 子育て支援 いちごクラブ	第1部 9:30 ~ 第2部 11:00 ~
	11月 21日(金) 園庭開放	10:00 ~ 12:00
認定こども園 めぐみの園幼稚園 ☎ 059-321-0305	11月 14日(金) あそぼう会～親子体操キッズジム～	10:00 ~ 10:45
	11月 21日(金) 赤ちゃん広場(ベビーマッサージ)	10:00 ~ 11:00
こっこ保育園 ★ ☎ 059-320-2055	月～土(祝日は休み) 詳しい取り組み内容は市のホームページをご覧ください。	9:00 ~ 14:00
ひよこ保育園 ★ ☎ 059-322-1829	火・水・土【11月8・29日(土)は休み】	9:00 ~ 14:00
	11月 1日(土) パパデー 探索散歩	10:30 ~ 11:30
	11月 14日(金) 南部丘陵公園で遊ぼう	10:00 北ゾーン駐車場集合
ことり保育園 ☎ 059-340-0500	11月は開催はなし	
たいすいこども園 ★ ☎ 059-321-1175	火・水・木	9:00 ~ 14:00