



お知らせ

よごう

令和8年5月10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



子育て支援事業

人形劇団むすび座の「こねこのミーくん」がやってきます！

〈再掲載〉

人形劇「ミーくんとまほうのたね」

参加費無料

- ♪日 時：6月11日（木）10：30～
- ♪場 所：四郷地区市民センター2階 大会議室
- ♪対 象：未就園児の親子
- ♪定 員：20組（先着順）
- ♪共 催：四郷地区民生委員児童委員協議会
笹川保育園子育て支援センター
四郷地区市民センター



【申込み・問合せ先】
四郷地区市民センター
☎ 059-321-2021



申込みフォーム

おさんぽ大好きなこねこのミーくん。
きれいなお花にとまったちょうちょを見てにっこにこ。
でもふとしたはずみでお花が倒れてしまいます。
ションボリしているミーくんに“元気を出して”とイモ
虫さんがくれたものは、”金色のまほうのたね”。
さあ、どんなお花が咲くでしょう…!?



やってみよう！みどりのカーテン グリーンカーテン講座

〈再掲載〉

ゴーヤを育てたみどりのカーテンで日差しをさけ、快適に省エネに取り組みませんか？
年々暑くなっている夏に向け、気軽に取り組める地球温暖化対策です。

- ♣ 日 時：6月2日（火）13：30～14：30
- ♣ 場 所：四郷地区市民センター 2階 大会議室
- ♣ 内 容：地球温暖化対策講座とグリーンカーテン ゴーヤ苗の育て方（各20分程度）
※講座終了後にゴーヤを1人2苗お渡しします。
- ♣ 定 員：20名（先着順。定員になり次第締め切り）

参加費無料

【申込み・問合せ先】グリーンカーテン講座申込み窓口（受託者：アクティオ株式会社）
☎ 059-354-8430 受付開始日時 5月19日（火）から
火曜日～土曜（月曜休み）9：00～17：00

軽自動車税
（全期）

納期限は

6月1日（月）です

【問合せ先】収納推進課 ☎ 059-354-8141



回 覧									



市が養成した介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による **イキイキ教室**

参加費無料
申込み不要

健康な毎日を目指して、みんなで楽しく、一緒に介護予防に取り組みましょう♪

- ♣日 時：6月18日（木）13：30～15：00
 - ♣場 所：四郷地区市民センター1階 和室
 - ♣対 象：おおむね65歳以上の市民の方
 - ♣内 容：ストレッチ体操、筋トレ、脳トレ、歌など
 - ♣持 物：タオル、飲み物、必要に応じマスク
- 【問合せ先】高齢福祉課 ☎059-354-8170

認知症予防のための“コグニサイズ”も実施しています♪

コグニサイズとは、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を合わせた言葉で、国立長寿医療研究センターで考案された、認知症予防の運動方法です。

◎参加される方は感染症予防にご協力ください

6月 楽しく長生き 百歳体操

参加費無料
申込み不要

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：6月1日・8日・15日・22日・29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

※参加される方は感染症予防にご協力ください



Jアラートの全国一斉情報伝達試験が実施されます

Jアラート全国一斉情報伝達試験に併せて、市内121箇所全ての防災行政無線の屋外スピーカーの試験放送を実施します。防災行政無線に加え、CTY-FM ラジオ放送、四日市市Sアラート等からも一斉に放送いたしますので、ご承知おきください。

1. Jアラートとは
Jアラートは、弾道ミサイル情報、緊急地震速報、津波警報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を、携帯電話等に配信される緊急速報メール、防災行政無線等により、国から住民まで瞬時に伝達するシステムです。
2. 試験実施日時：6月3日（水）11：00頃から数分程度
3. 試験放送内容



上りチャイム音（♪ピンポンパンポン↑）「これは、Jアラートのテストです。」×3
「こちらは、こうほうよっかいちです。」下りチャイム音（♪ピンポンパンポン↓）

※地域住民の皆さんに参加していただく試験ではありません。

- ☎059-351-4004（自動電話応答機能）に電話していただくと放送内容が確認できます。
- 気象状況その他の理由により中止する場合があります。
- 以降の試験は、以下のとおりを予定しています。

8月26日（水）、11月11日（水）、令和9年2月3日（水）いずれも11：00

【問合せ先】危機管理課 ☎059-354-8119 Eメール kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp

子育てを地域で支えあうファミリー・サポート・センターから

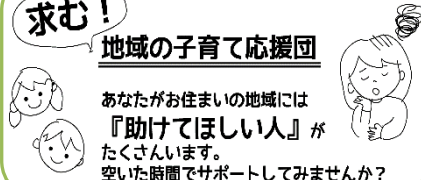
新規援助会員講習会のお知らせ

ファミリー・サポート・センターは、子育てを地域で支えあう会員組織です。

あなたの力を子育て支援に活かしてみませんか？受講開始から1年以内に受講を完了すれば、援助会員として登録できます。1講座からでも受講できます。

求む!
地域の子育て応援団

あなたがお住まいの地域には『助けてほしい人』がたくさんいます。空いた時間でサポートしてみませんか？



日時と内容：

日 時		内 容
6月 7日(日)	9:50 ~ 15:45	子ども・子育てを取り巻く環境とファミリー・サポート・センター事業の意義 基礎講座「子どもの権利」 発達障害について～子どもの育ちをどう見守る～
6月13日(土)	10:00 ~ 15:15	子どもの虐待と社会的養護 / 子どもの栄養と食生活
6月14日(日)	10:00 ~ 15:15	子どもの心と身体の発達 / 小児看護
6月20日(土)	10:00 ~ 15:15	子どもの心に寄り添う / 子どものあそび
6月21日(日)	10:00 ~ 15:15	子どもの病気やけがの時のホームケア 子どもの安全と事故・救急法
6月27日(土)	10:00 ~ 12:00	援助活動を円滑に進めるために / 講習のまとめ

場 所：三浜文化会館（海山道町一丁目 1532-1）

テキスト代：2,500円

申込方法：電話にて5月30日（土）まで

その他：託児あり（無料）※事前申込

【申込み・問合せ先】四日市市ファミリー・サポート・センター ☎ 059-323-0023
(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)

在宅医療市民啓発活動事業を補助します

「在宅医療」を広く知っていただくために、市民企画による啓発活動（講演会・勉強会など）にかかる経費の一部を補助します。

対象事業 5月1日（金）～ 令和9年3月31日（水）に実施される事業
[※同一申請者（団体）による申請は、一年度2回までとします]

応募資格 市民または、四日市市を活動拠点とする市民活動団体など

補助限度額 6万円 ※①～③の合計で6万円を上限とする

①講師等報償費（上限3万円、全額補助）

②事業にかかる事務費（上限5千円、全額補助）

③要約筆記及び手話通訳の報償費、託児・託老にかかる委託料（上限3万円、全額補助）

募集スケジュール 4月20日（月）～ 令和9年1月29日（金）【保健企画課 必着】

必要書類を、郵送か直接、保健企画課（総合会館4階）へご提出ください。申請の内容を審査し、補助金交付が決定した場合は、決定通知をお送りいたします。募集要項は各地区市民センター、市民窓口サービスセンター、あさけプラザ、なやプラザにあります。申請書類一式については保健企画課からお送りしますので、ご連絡ください。募集要項等の応募に必要な書類は、市のホームページからもダウンロードできます。

問合せ先 保健企画課 ☎ 059-354-8281

「よっかいちニコニコ子育て応援券」のご案内

「よっかいちニコニコ子育て応援券」とは、2人目以降の子どもを出産した後の、保護者の心身の負担を軽減するため、生まれた子の兄・姉を産後12か月までの間に、市内の一時保育や病児保育に預けたときの保育料や家事支援サービスの利用料が2回まで無料になる券です。

ぜひ、ご利用ください。

※ニコニコ券を受け取るには、交付申請をしていただく必要があります。



【申請方法】

①または②のいずれかの方法により申請

①右記「ニコニコ券 申請フォーム」から申請

②所定の申請書を郵送または直接、子ども未来課（総合会館3階）へ提出

申請書は、子ども未来課、各地区市民センターまたは

市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）にあります。

また、市ホームページからダウンロードもできます。



ニコニコ券申請フォーム
はこちらから

【対象者】

市内在住の産婦で、2人目以降の子を出産し、生まれた子の兄・姉（小学生までの子）を養育している人

【利用期間】

ニコニコ券を受け取った日から、出産月の12か月後の月末まで

●一時保育（未就学児が利用できます）

●病児保育（小学生までの子が利用できます）

●家事支援（小学生までの子がいる世帯が利用できます）



市ホームページはこちらから

【利用方法等】

●一時保育・・・園によって異なるため、各園に直接お問い合わせください。

●病児保育・・・病児保育予約受付システム「テオテ（旧あずかるこちゃん）」で利用予約を行ってください。

●家事支援・・・ホームページに記載の事業所に直接ご連絡ください。

★利用期間や方法など、詳細は市ホームページをご確認ください★

【問合せ先】子ども未来課 ☎ 059-354-8069

四日市市プレミアム付きデジタル商品券「よんデジ券」の 説明会を開催します

5月20日（水）より申し込み受付開始予定の「よんデジ券」について説明会を開催します。説明会は予約制です。よんデジ券ウェブサイトまたはコールセンターで申し込みを受け付けます。（定員20名）

○事業概要・申し込み方法等の説明会

日 時：5月25日（月）10：00～11：00「プリペイドカード型商品券について」

11：00～12：00「スマホアプリ型商品券について」

場 所：四郷地区市民センター 2階 大会議室

【問合せ先】四日市市プレミアム付きデジタル商品券 コールセンター

☎ 050-3816-5626

よんデジ券ウェブサイト <https://4digi-ken.cloud-config.biz/>



「よっかいち農業マルシェ」を開催します

- 日時 5月30日(土) 9:30～12:30(雨天実施・荒天中止)
- 場所 農業センター 駐車場ほか(赤水町971-1) ※臨時駐車場あり(台数に限りがあります)
300名の方に花苗をプレゼント(お1人さま1ポット限り 9:30～引換券を配布します)
- 内容 ○市内の農家が栽培した新鮮な野菜や果物、地域の農産物を使った加工品の販売
(内容が変更になる場合があります)
- ・新茶・お茶味のお菓子・花苗・多肉植物・観葉植物・トマト・ミニトマト・お米・豆腐
 - ・芋けんぴ・味ご飯・イチゴ(生果、冷凍)・鉢花・ブルーベリージャム・菌床しいたけ・各種野菜
 - ・鶏卵・鶏めし・牛乳・乳製品・切り餅など
- 地元食材を使ったフードコーナー(内容が変更になる場合があります)
- ・パン・焼菓子・ポテト・かき氷・クレープなど

●当日のイベント

①親子野菜収穫体験(10:00～、11:30～ 事前申込 各回15組、500円/組)

農業センターで育てた野菜の収穫体験ができます(野菜の種類は当日のお楽しみ)

申込方法:5月19日(火)までに右記の申込みフォームから

応募者多数の場合は抽選、当選者のみ5月22日(金)までにメールで連絡



申込みフォーム

②移動児童館(カラフル消臭剤づくり) 当日受付 無料

場所:ふれあい館体験ルーム 10:00～12:00(材料がなくなり次第終了)

③ヨーグルト(四日市酪農製)無料配布 先着300名(11:30～引換券を配布します)

●同時開催 四日市市消費生活展

・消費者トラブルに関する啓発、暮らしに役立つパネル展示、お菓子の重さあてクイズ(計量体験)

場所:農業センター本館 第1、第2会議室

四日市温室園芸組合主催の観葉植物・鉢花即売会の開催はありません

【問合せ先】四日市市農業センター ☎ 059-326-0132

生涯学習講座：東海道四日市宿の魅力を発信し続ける ～東海道四日市宿資料館の閉館を乗り越えて～

内容:地域のみなさんと共に作り上げてきた「東海道四日市宿資料館」が令和8年5月末で閉館することとなりました。閉館を前に資料館の歩みを振り返るとともに資料館を見学し、東海道四日市宿の魅力を再認識する講演会・現地見学会を行います。陣屋跡や安政の大地震碑の見学や泗水の井戸等を紹介します。

講師:長谷川博久さん(東海道四日市宿資料館館長)、東海道四日市宿資料館の語り部のみなさん

日時:5月22日(金)13:30～16:30(雨天決行)

13:30～14:30 講演会

14:30～16:30 移動/資料館や陣屋跡等の見学

場所:中部地区市民センター 4階 大会議室

定員:現地見学あり60名及び、現地見学なし40名(先着順) <申込時に選択>

申込み:5月11日(月)9:00から上記申込みフォームへ

留意事項:東海道四日市宿資料館までの往復2.2km、陣屋跡や建福寺を周る0.6km、計2.8km余りを歩きますので、歩きやすい服装でご参加ください。現地解散可

【問合せ先】中部地区市民センター ☎ 059-354-0336 e-mail:chubu-c@city.yokkaichi.mie.jp



申込みフォーム



『カラダスッキリ塾』参加者募集！

参加費
無料

運動を習慣にしたいけど続かない、筋肉をつけたいけど自分に合った運動方法がわからない…。そんなお悩みの方、「プロが教える運動のコツ」を学んでみませんか。

- ★日 時：5月29日、6月5日・12日・19日・26日、7月3日（全6回、毎週金曜日）
9：30～11：30
- ★場 所：第1回：相好アリーナ四日市（日永東一丁目3-21）
第2～6回：勤労者・市民交流センター（日永東一丁目2-25）
- ★内 容：スロー筋トシ、有酸素運動の実施、健康づくりや食生活についての講義など
（息が弾む程度のややきつめの運動を行います）
- ★対 象：市内在住の18歳以上の人
※心臓病や不整脈のある人は、参加をご遠慮いただく場合があります。
- ★定 員：30名（応募者多数の場合は、抽選）
- ★申 込 み：5月13日（水）【必着】までに、右記申込みフォームから、
もしくは、健康づくり課窓口（市役所7階）へ
※地区市民センターにも参加申込書付きのチラシが配布されています。



申込みフォーム

【問合せ先】健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5 ☎059-354-8291

第1回出合いイベント ～春のゆったい縁むすび日和～

結婚を希望する独身の人を対象とした出合いイベントを行います。出合い・結婚応援！「出合いイベント」に参加してみませんか。

- 日 時：5月31日（日）10：30～15：30
第1部 10：30～12：30 第2部 13：30～15：30
- 場 所：料亭旅館 大正館（西新地）
- 対 象：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
第1部 対象年齢30～35歳 第2部 対象年齢35～39歳
- 参加費：1,000円
- 定 員：各部男女各10人（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合いイベント
- そ の 他：参加者を対象にした事前ガイダンスあり
- 申 込 み：5月25日（月）9：00までに申込みフォームから四日市マリッジサポート事務局へ
[安島一丁目 トナリエ四日市4階（株）デルタスタジオ内]
☎059-355-1320 F A X 059-355-1321
専用ホームページ <https://yokkaichi-marriagesupport.jp>



申込みフォーム

【問合せ先】こども未来課 ☎059-354-8038

笹川地区空手スポーツ少年団からのお知らせ 空手教室のご案内

いつでも気軽にお越しください。大人の方も一緒に練習できます。

- ★練習日時：毎週 月曜日・木曜日 19：00～20：30
※祝日その他、お休みになる日もあります。

★場 所：西笹川中学校 武道場

【問合せ先】笹川地区空手スポーツ少年団（ハバ） ☎090-8865-9705



令和8年度 四郷地区市民センター登録サークル

団体名	曜日		時間	場所	P R
女声コーラスすずらん	月	毎週	9:00~	大会議室	入団資格は歌好きな女性！お待ちしております。
四郷囲碁倶楽部	月	毎週	13:00~	和室	囲碁は余暇を楽しむ最高のゲームです。
女声合唱団「京」	火	毎週	9:30~	大会議室	みんなで楽しく歌いましょう♪♪
そば打ちサークル	火	第2	9:00~	調理室	一緒に手打ちそばを打ちましょう。
楽しく歌う会	火	第4	13:30~	大会議室	美しい言葉、すばらしい音色、共に歌おう!!
NPO 法人 体験ひろば☆ こどもスペース四日市	火	毎週	17:30~	大会議室	子どもの体験や子育て支援事業をしています。
和みの輪	火	パソコン 第1・3・4	10:00~ 13:00~	和室	パソコン、スマホを習いたい方お待ちしております。
	土	スマホ 第2・4	10:00~	図書室	
ペン習字A	水	第1・3	9:30~	和室	楽しみませんか。初心者歓迎
レインボー (絵本の読み聞かせ)	水	第2	偶数月 10:00~ 奇数月 13:30~	和室	絵本を楽しんで読み聞かせをしています。
笹川Jゴスペルクラブ	水	第1	13:00~	和室	日本発ゴスペルと一緒に歌ってみませんか？
自彊術普及会	木	毎週	10:00~	和室	全身を動かして血流をよくし自律神経を安定。
ヨガサークル	木	毎週	10:00~	大会議室	ゆったりゆったり時に激しく、体リフレッシュ！
室山華月会（舞踊・民踊）	木	毎週 (時に隔週)	13:00~	大会議室	民謡・盆踊りから始めて健康と認知症予防に！
手話サークル「よごう」	木	毎週	13:30~	和室 調理室	最近テレビでよくみる手話、覚えてみませんか
桜の会（絵手紙）	木	第2・4	13:30~	調理室	季節を感じて野菜や花を楽しく描いています。
圭翠会（新舞踊教室）	金	第1・3・5	9:00~	和室	楽しく踊って健康寿命を延ばしましょう
太極拳 元気の会	金	毎週	9:00~	大会議室	ゆったりと心身共に明るく健康をめざします。
ピカソの時間（水彩画）	金	第2・4	10:00~	調理室	明るく楽しくをモットーに水彩画を習っています。
ペン習字B	金	第2・4	9:30~	和室	字に自信がつかます。あなたも始めませんか。
三重岳仁会 四郷支部	金	第2	18:30~	図書室	時を越え 偉人に会える 詩吟かな
踊ろうに四郷 (レクレーションダンス)	金	毎週	13:30~	大会議室	文化祭や四老連の芸能大会等に出演しました。
大正琴 リラ・アンサンブル四郷	土	第2・4	9:00~	和室	大正琴への仲間入りをお待ちしています。
こでまりの会	土	第1・3	9:00~	和室	いろいろなお茶を楽しんでいます。
歌謡すみれの会	土	第1・2・3	13:00~	和室	新曲を歌って脳を活性化しましょう。
笹短歌会	土	第4	13:00~	和室	日常を大切にし、自らの生のあかしを詠もう
SSピンポン四日市	土	第2・4	13:00~	大会議室	健康で明るく楽しんでいます。 生涯楽しく続けられるスポーツです。
四郷ギターサークル	水	第1	13:00~	大会議室	皆でギターアンサンブルを楽しみませんか！
	土	第3	13:00~	大会議室	
	日	第2・4	13:00~	大会議室 図書室	
ピンポンを楽しむ会	日	毎週	9:00~	大会議室	老若男女どなたでも入会できます。
	日	第1・3	13:00~	大会議室	
食育 男たちの料理会	日	第3か第4	17:30~	調理室	「食育」を学んで楽しく調理「健康寿命」で生き切ろう！
食育サークル 元気ッズクッキング	土日	月1回	9:30~	調理室	病気をしない体づくりは食育と料理が基本！
女声合唱 Luce	木土	月5回	13:00~ 18:00~	大会議室	ハーモニーの輪が広がるのが、私達の幸せ
NPO 法人 晴れる家 ふうふう	不定期	3ヵ月に1回	13:00~	調理室	季節の和菓子と一緒に楽しみませんか？

6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	6月 2・9・16・23日・30日(火) 5・12・19・26日(金)	9:30 ~ 11:30
高花平こども園 ★ ☎ 059-337-8607	月~金	9:30 ~ 14:30
	6月2日(火) 主任児童委員訪問日	11:00 ~ 11:30
	6月9日(火) 消防訓練	午前中
	6月26日(金) アピ先生と遊ぼう	第1部 10:00 ~ 第2部 11:00 ~
四郷保育園 ☎ 059-321-0148	6月4・11・18・25日(木)	9:30 ~ 11:30
笹川保育園 ★ ☎ 059-321-5510	月・火・水	9:30 ~ 14:30
	6月2日(火) さんぽ	10:20 ごろ出発
	6月29日(月) ~セタかざりづくり ※30日(火) を除く	10:30 ~ 11:30
	6月30日(火) アレルギー健康相談	10:30 ~ 11:30
笹川西保育園 ☎ 059-322-1782	6月3・10・17・24日(水)	9:30 ~ 11:30
津田第一幼稚園 ☎ 059-321-8836	6月18日(木) 園庭開放	10:00 ~ 12:00
	6月23日(火) 子育て支援 いちごクラブ	第1部 9:30 ~ 第2部 11:00 ~
津田第二幼稚園 ☎ 059-321-8011	6月12日(金) 子育て支援 いちごクラブ	第1部 9:30 ~ 第2部 11:00 ~
	6月26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	6月5日(金) ベビーマッサージ	10:00 ~ 11:00
	6月19日(金) あそぼう会 「ビル&ゆりのイングリッシュタイム」	10:00 ~ 10:45
こっこ保育園 ★ ☎ 059-320-2055	月~土 詳しい取り組み内容は市のHPをご覧ください。	9:00 ~ 14:00
ひよこ保育園 ★ ☎ 059-322-1829	火・水・土	9:00 ~ 14:00
	6月19日(金) 南部丘陵公園で遊ぼう	10:00 ~ 11:30 北ゾーン駐車場集合
ことり保育園 ☎ 059-340-0500	6月26日(金)	10:00 ~ 12:00
たいすいこども園 ★ ☎ 059-321-1175	火・水・木	9:00 ~ 14:00
	6月9日(火) スマイルデー 「きらきらペットボトル作り」 ※予約不要	9:00 ~ 14:00

自動車文庫 6月の予定



高花平3号公園	5日(金)	10:10 ~ 11:10
四郷地区市民センター	12日(金)	13:30 ~ 14:30
笹川一丁目1号公園	16日(火)	10:00 ~ 10:40
笹川郵便局前	19日(金)	13:30 ~ 14:20
西日野町(老人ホームオーロラ)	25日(木)	13:30 ~ 14:10