



お知らせ

よごう

令和8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

子育て支援事業

〈再掲載〉

親子で楽しむふれあい遊び

にこにこミュージックボックスさんと あそぼう!!

一緒に歌ったり、体を動かしたり、パネルシアターをみたりして親子でたくさん
ふれあって、楽しい時間をすごしましょう。

♪日 時：11月13日（金）10：30～11：15

♪場 所：四郷地区市民センター 2階 大会議室

♪講 師：にこにこミュージックボックス

♪定 員：親子20組（先着順）

※定員になり次第、締め切ります。

♪対 象：四日市市在住の未就学児とその保護者

♪服 装：動きやすい服装

（親子ともスカート、キュロットタイプのものは控えてください）

♪申込み：11月12日（木）16：00まで

♪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・問合せ】四郷地区市民センター ☎ 059-321-2021

参加費無料



申込みフォーム

回 覧												



高齢期の食事 ～低栄養予防～



〈再掲載〉

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24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、締め切ります。
- ◆参 加 費：700円
- ◆メニュー：
 - さばの黒酢あんかけ
 - カルシウムみそ汁
 - 白和え
 - きな粉スイートポテト
- ◆持 ち 物：エプロン、三角巾、ふきん、マスク
- ◆主 催：四郷ヘルスメイト



【申込み・問合せ】10月20日（火）までに、四郷地区市民センター（☎ 059-321-2021）へ
※申込み後、ご都合が悪くなられた場合は必ずご連絡ください。

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2日・9日・16日・23日・30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】 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

参加費無料
申込み不要



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

11月はおやすみです



12月からのイキイキ教室 日程

12月17日（木）13：30 ～ 15：00
令和9年 1月21日（木）13：30 ～ 15：00
2月18日（木）13：30 ～ 15：00
3月18日（木）13：30 ～ 15：00

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♪

【問合せ】高齢福祉課 ☎ 059-354-8170



人権フォーラムのお知らせ

～すべてのひとの人権が守られる社会を～

このフォーラムの目的は、パネリストの皆様のご発言について、参加者の皆様お一人お一人に考え、振り返っていただくことです。そのうえで、すべての人の人権が守られる多文化共生社会をより良い形で実現していくために、私たちみんなで何ができるかを一緒に考えましょう。

■日 時：10月30日（金）19：00～21：00

■場 所：四郷地区市民センター 2階 大会議室

■内 容：①ミニパネルディスカッション

【ファシリテーター】

喜屋武 カストロ アベル 勇（四郷地区人権啓発推進協議会委員）

【パネリスト】

山城バレリア（多文化共生コーディネーター）

ハヤシ・トレス・マツミ・アナロサリオ（四日市市社会福祉協議会）

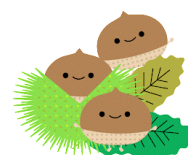
忠田ホセ（西笹川中学校 PTA 役員）

②グループに分かれて懇談会

■主 催：四郷地区人権啓発推進協議会

【問 合 せ】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）



人権フェスタようごう 2026

入場無料

★日 時：11月1日（日）14：00～（開場 13：30）

★場 所：高花平小学校 体育館

★内 容：人権講演会 ※要約筆記あり

（講師：ものまね女王 坂本冬休み さん）

**体当たり
チャレンジ人生**
～ 笑いと涙の実話で語る
坂本冬休み流人生改革論 ～



ものまね女王
坂本冬休み さん

〈講師・坂本冬休みさんのプロフィール〉

- ・坂本冬美さん公認のものまねタレント！他にも、「ご本人公認 15 人超え」
- ・ホテルディナーショー、お祭り、交通安全イベントなど全国各地で大活躍中！
- ・圧倒的なものまね歌唱力、ハイクオリティなこだわりのカツラと衣装、お客様の心に届くトークで、会の思いや理念をネタに組み込んだスペシャルものまねショー！
- ・テレビでは「水曜日のダウンタウン」や「千鳥の鬼レンチャン」などなど多数出演中！2020年3月4日「千年祭り」で、日本クラウンより歌手デビュー。
- ・講演会では、波瀾万丈、体当たり人生の実体験をお話します。「何があっても負けない・凹まない・諦めない」ポジティブに生きてこれた私の人生には、いつもものまねがありました。ステージマンとしての経験と実績から、負けないメンタルと折れない心についてお話します。

★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、高花平こども園、子育て支援センターなど

【問 合 せ】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）



コーヒーで旅しよう！ ～コーヒー文化とブラジル～



四日市市多文化共生サロンは外国人市民と日本人市民がふれあう場所として、“サロンふれあい講座”を実施しています。

今回は「コーヒーで旅しよう！ ～コーヒー文化とブラジル～」です！

世界のコーヒー文化に触れて、いっしょに楽しい時間を過ごしましょう！



- 日 時：11月7日（土）14：00 ～15：30
- 場 所：四郷地区市民センター 2階 調理室
- 講 師：川野 タチアナ さん（カフェ経営者）
- 対 象：四日市市に在住、在勤の方
- 参加費：500円
- 定 員：20名
- 申込み：多文化共生サロンに直接申込みに来てください。



サロン Facebook



サロン公式 LINE



申込みの時に参加費（500円）をお支払いください。

キャンセルは10月31日（土）17：00までに電話してください。

あとで参加費はお返しします。

【11月1日（日）からのキャンセルの場合、参加費はお返しできません。】

【問 合 せ】多文化共生サロン [笹川六丁目29-1（笹川郵便局南隣） ☎ 059-322-6811
月曜日～土曜日 9：00 ～ 17：15（祝日除く）]

おいしいコーヒーも
あります ♪



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お願いします。

《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（水）、20日（金）、12月 1日（火）
- 子宮頸がん検診……………12月 1日（火）
- 乳がん検診（マンモグラフィ）…11月17日（火）、20日（金）
- 肺がん検診……………11月18日（水）

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



窓口時間変更のお知らせ

令和9年1月から

市役所の窓口と電話の受付時間を 9:00 ~ 16:30 に変更します

1. 開始時期 令和9年1月4日(月)から

2. 窓口時間 [変更前] 8:30 ~ 17:15

[変更後] 9:00 ~ 16:30

※職員の勤務時間は 8:30 ~ 17:15 から変わりません。

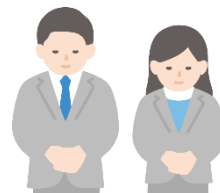
3. 対象施設等

本庁舎、総合会館、各地区市民センター、上下水道局等の全窓口及び電話受付

※ただし、下記の施設等は変わりません。

- ・消防本部情報指令課及び全消防署、市立四日市病院、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)、はもりあ四日市

- ・施設利用そのものを提供する施設(図書館、博物館、四日市競輪場、その他スポーツ施設を含む各指定管理施設など)及び施設の貸館利用時間や夜間・休日窓口等



～オンライン申請やコンビニ交付サービスをぜひご利用ください～

(1) オンラインで申請できる手続き

オンラインで申請できる手続きは、下記の二次元コードからご利用ください。

(2) コンビニで交付できる証明

住民票等の証明書は安くて早くて便利なコンビニ交付をご利用ください。

※利用にはマイナンバーカードが必要です。



オンライン申請



コンビニ交付

変更により生じた時間を有効活用し、業務改善等に注力することで市民サービスの質の向上を図るとともに、時間外勤務を削減し、職員の働き方改革につなげます。ご理解とご協力をお願いします。

【問合せ】総務課 働き方改革推進室 ☎ 059-354-8105 FAX 059-359-0286



自動車文庫 11月の予定



高花平3号公園

6日(金) 10:10 ~ 11:10

笹川一丁目1号公園

11日(水) 10:00 ~ 10:40

四郷地区市民センター

12日(木) 13:30 ~ 14:30

笹川郵便局前

19日(木) 13:30 ~ 14:20

西日野町(老人ホームオーロラ)

20日(金) 13:30 ~ 14:10



止水板の設置や購入にかかる費用を補助します

近年、全国的に豪雨による浸水被害が頻発しています。本市でも、先月9月8日の大雨の際には、一部地域に避難指示を発令したところです。本市では止水板（※）の設置や購入にかかる費用の一部を補助していますので、この機会にぜひご活用ください。

※止水板とは・・・

大雨や洪水による浸水を防ぐために、建物等の出入口などに取り付けられる設備です。工事が必要なものから、比較的簡易に設置できるものまで、種類があります。



■対 象：市内に所在する住宅、店舗、事業所、その他これらに類する建築物の所有者又は使用者

■補助金額：補助対象経費の2分の1（上限50万円。千円未満切り捨て）

■申 込 み：止水板を設置・購入する前に、危機管理課（☎ 059-354-8119）へご相談ください。

※設置・購入後の止水板に対する補助はできません。

■そ の 他：詳しくは、四日市市防災情報 HP をご覧ください。

<https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp/others/etc-07/>



はかりの検査を実施します

計量法により、商取引・証明用に使用する「はかり」は2年に1度の検査が義務付けられています。

市役所北館1階計量検査室にて、下記日時で実施しますので、持ち込みをお願いします。

日 時：11月19日（木）9：30～12：00、13：00～15：00

11月20日（金）9：30～12：00、13：00～15：00

場 所：市役所北館 1階 計量検査室

対象となるはかり：①商店、露店などの商品売買取

②病院、薬局などの調剤用

③病院、学校などの体重測定用

④農・漁業などの生産者の生産物売買取

⑤工場、事業所などの材料購入・製品販売用

⑥農協、漁協などの物資集荷・出荷用

⑦運送業者などの貨物運賃算出用



※構造上、移動できないはかりを使用している人、開業や廃業した人は、市民・消費生活相談室（☎ 059-354-8147）までご連絡ください。



市民税・県民税・
森林環境税（第3期）



納期限は

11月2日（月）です

第4回出会いイベント

Match event ～Day & Night Café Party～

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29日（日）15：45～20：30

	時間
第1部	15：45～17：45
第2部	18：30～20：30



■場 所：_blank^{フランク}（大字羽津）

■対 象：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

	対象年齢
第1部	30～34歳
第2部	25～29歳

■参加費：1,000円（軽食・ドリンク付き）

■定 員：各部男女各10名（応募多数の場合は抽選）

■内 容：グループ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20日（金）9：00までに四日市マリッジサポート事務局〔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 FAX 059-355-1321〕
専用ホームページ（<https://yokkaichi-marriagesupport.jp>）から

【問 合 せ】こども未来課 ☎ 059-354-8038



専用ホームページ

令和8年度 四郷ふるさとの道講座

四郷ふるさとの道にある歴史的建造物の旧四郷村役場（四郷郷土資料館）と神楽酒造を巡ります。四郷ふるさとの道にある歴史的建造物を紹介するとともに、四郷村が四日市市の近代化をどのように牽引したのかを解説します。

○日 時：10月12日（月・祝）※雨天決行

9：30～12：00（9：00受付開始）

○受付場所：旧四郷村役場（四郷郷土資料館）2階 旧会議室

○講 師：三重大学工学研究科建築学専攻 大井隆弘 准教授

○定 員：30名程度（応募多数の場合は抽選）

○参 加 費：無料

○申 込 み：10月8日（木）【必着】までに応募フォームから、または、往復はがきに代表者の住所と電話番号、メールアドレス、参加者全員の氏名を記入して、〒510-8601 文化課 四郷ふるさとの道講座係へ送付してください。

【申し込み期間延長しました！】

○そ の 他：駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。

【問 合 せ】文化課 ☎ 059-354-8238

Eメール bunka@city.yokkaichi.mie.jp



申込みフォーム



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 10・17・24日（火） 6・13・20・27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（水）主任児童委員訪問日	11：00 ～ 11：30
	11月 13日（金）助産師相談	10：00 ～ 11：30
	11月 24日（火）アビ先生とあそぼう	午前の2部制（要予約）
四郷保育園 ☎ 059-321-0148	11月 5・12・19・26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 16日（月）救急講座	10：30 ～ 11：00
笹川西保育園 ☎ 059-322-1782	11月 4・11・18・25日（水）	9：30 ～ 11：30
津田第一幼稚園 ☎ 059-321-8836	11月 10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 26日（木）園庭開放	10：00 ～ 12：00
津田第二幼稚園 ☎ 059-321-8011	11月 5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 20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 6日（金）ベビーマッサージ	10：00 ～ 11：00
	11月 20日（金）あそぼう会 「0歳からできる生（性）教育～大切な体と心のお話～」	10：00 ～ 10：45
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（祝日は休み）	9：00 ～ 14：00
	11月 18日（水）簡単クッキング 「大学いも」を作ろう（お茶・皿・フォーク持参）	10：45 ～ 11：15
	11月 20日（金）南部丘陵公園で遊ぼう	10：00 ～ 11：30
ことり保育園 ☎ 059-340-0500	11月は開催なし	
たいすいこども園 ★ ☎ 059-321-1175	火・水・木（祝日は休み）	9：00 ～ 14：00

