



令和3年10月5日号  
 四郷地区市民センター  
 TEL 321-2021・FAX 320-2090  
 四郷地区団体事務局  
 TEL・FAX 322-5675  
 四郷地区HP <http://yogou-mie.com/>



四郷地区HPでは「お知らせよごう」がカラーで見れます。

## 親子リズム体操

リズムに合わせて親子で一緒に体操を楽しみましょう！



♪日時・定員：11月11日（木）

【1回目】10:20～10:50（1歳以上）先着15組

【2回目】11:20～11:50（1歳未満）先着15組

※ごきょうだいの年齢がまたがっている場合は、1回目参加を優先に調整いたします。

♪場所：四郷地区市民センター 2階 ホール

♪講師：坂倉 絹子 さん

♪対象：四日市市在住の未就園児とその保護者

♪参加費：無料

♪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  
 ☎ 321-2021  
 （平日 8:30～17:15）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用、手指の消毒をお願いします。状況により、中止となる場合があります。

《2021年度 たぶんかカフェ⑦》

## こんにちは！「たぶんかカフェ」です！！

～多文化共生サロンは、みんなのふれあいの場～

多文化共生サロンは、外国人市民と日本人市民がふれ合う場所として「たぶんかカフェ」を実施しています。今回は、簡単に作れるクリスマスツリーのキーホルダーを作ります。

みなさんの参加をお待ちしています。

\*日時：11月13日（土）14:00～15:00

\*場所：多文化共生サロン（笹川郵便局南隣） \*対象：四郷地区在住・在勤者

\*参加費：100円（材料費）

\*定員：10名

\*申込み・問合せ先：多文化共生サロン 笹川6丁目29-1（笹川郵便局南隣）

☎・FAX 322-6811（月～土・祝日は除く）9:00～17:00

Eメール [kyouseimodel@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:kyouseimodel@city.yokkaichi.mie.jp)

※当日は新型コロナウイルス感染予防対策のため、自宅で検温し、マスク着用をお願いします。

状況により、中止となる場合があります。

◎作品の見本は、サロンに置いてあります。



回									
覧									



## 「食と運動の輪★すこやか倶楽部：高齢期の低栄養予防」のご案内

申込み不要  
参加費無料

ご存知ですか？高齢期の生活が不活発となる原因に低栄養状態が関係しています。活動的な生活を送るには、適切な「食生活」と「運動」の両方に取り組むことが重要です。すこやか倶楽部で食生活のお話や運動を体験し、活動的な生活を送るヒントを学んでみませんか？

低栄養を予防し、活動的な生活を送りましょう

☆日時：10月27日（水）10:00～11:30

☆会場：四郷地区市民センター 2階 ホール

☆対象：おおむね65歳以上の市民

☆講師：食生活のお話 「健康ボランティア 食生活改善推進員」  
 運動のお話・実技 「介護予防ボランティア ヘルスリーダー」

☆定員：30名程度

☆持ち物：マスク、タオル、飲み物、筆記用具、運動しやすい服装でお越しください。

※発熱や咳などの風邪症状がある方、基礎疾患をお持ちの方で感染リスクを心配される方は参加をお控えください。また、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止となる場合がございます。

※日程が変更になりましたので、お間違えの無いようお願いいたします。

【問合せ先】高齢福祉課 ☎ 354-8170 FAX 354-8280

## 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！

★開催日時：11月2日、23日、30日（火）13:30～15:00

★場所：四郷地区市民センター 2階 調理室

★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 ☎・FAX 322-5675（平日 9:30～12:00・13:00～16:30）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用、手指の消毒をお願いします。状況により、中止となる場合があります。

## 病児保育室は、ネット予約で もっとちかくに

10月1日（金）より市内4カ所の病児保育室の空き状況の確認、利用登録や予約申し込みがスマートフォンやパソコンから24時間できるようになりました。

利用希望の方は、これまでの病児保育室を利用したことがある人もない人も、QRコード等から予約受付システム「あずかるこちゃん」の利用登録をして下さい。

◆対象施設：四日市病児保育室「カンガルーム」、桜花台病児保育室「チェリーケア」  
 しもの病児保育室「ひばりルーム」、ひなが病児保育室「シェルーム」

◆対象要件：市内在住で、保育園・幼稚園・小学校等に通園または通学している。  
 保護者の勤務などの都合で、家庭での保育が困難

※詳しくは、市ホームページをご確認いただくか  
 こども未来課へお問い合わせください。



あずかるこちゃん  
QRコード



四日市市内の  
病児保育室

【問合せ先】こども未来課 ☎ 354-8069 FAX 354-8061

Eメール [kodomomirai@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:kodomomirai@city.yokkaichi.mie.jp)

## 自動車文庫 11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	10日（水）	13:30～14:30
笹川一丁目1号公園	11日（木）	10:00～10:40
笹川西公園	〃	10:50～11:20
UR笹川団地5～10棟横	〃	13:30～14:10
西日野町（日野神社裏）	24日（水）	13:40～14:10

裏面もご覧ください→

# 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。当日は必ず検温し、大人はマスクを着用してご参加ください。  
(★印：子育て支援センター)

笹川中央幼稚園 ☎ 322-1781	11月5日・12日・19日・26日(金) 10:00～11:30
高花平こども園★ ☎ 321-0526	火・水・木(祝日は休み) 9:30～14:30 ※人数制限あり
四郷保育園 ☎ 321-0148	11月4日・11日・18日・25日(木) 9:30～11:30
笹川保育園★ ☎ 321-5510	毎週 月・火・水(祝日は休み) 9:30～12:00・12:30～14:30 11月1日(月)公園で遊ぼう 9:30～11:30 11月9日(火)栄養士相談 10:00～11:30
笹川西保育園 ☎ 322-1782	11月10日・17日・24日(水) 9:30～11:30
津田第一幼稚園 ☎ 321-8836	11月15日(月) 第1部 9:15～ 第2部 10:15～
津田第二幼稚園 ☎ 321-8011	11月8日(月) 第3部 11:15～ ※各部先着20組 事前予約制
めぐみの園幼稚園 ☎ 321-0305	11月15日(月)園開放 10:15～11:00 ※先着20組、事前予約制
こっこ保育園★ ☎ 320-2055	毎週 月～土(祝日は休み)火…2才児以上、 木…0～1才児 9:00～14:00
ひよこ保育園★ ☎ 322-1829	毎週 火・水・土(祝日は休み)8:30～13:30
ことり保育園 ☎ 340-0500	11月の開催なし
たいすい保育園★ ☎ 321-1175	毎週 火・水・木(祝日は休み) 9:00～14:00 ※人数制限あり

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため急きょ中止となる場合がありますので、開催の有無については、各園にお電話またはホームページ等でご確認ください。

## 第10回 全国ファミリー音楽コンクール in よっかいち 無観客開催&ライブ配信決定!

「家族」と「絆」をテーマに全国から応募があった中から、予選を勝ち抜いた家族が四日市を舞台に腕を競い合います。コンクールは無観客開催とし、本選の様態をライブ配信いたします。それぞれの個性が輝くバラエティ豊かな演出とともに家族の温かなつながりの感じられる演奏をぜひご覧ください。また、特別出演もありますので詳しくはプログラムチラシをご覧ください。※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容変更や中止の場合もあります。

★日 時：10月17日(日) 13:00～17:00(予定)

★視聴方法：ケーブルテレビ「シー・ティー・ワイ」  
CTYコネクト(スマートフォンアプリ)  
Youtube Live



【問合せ先】全国ファミリー音楽コンクール実行委員会(文化振興課内)  
〒510-8601 諏訪町1-5  
☎ 354-8239 FAX 354-4873  
ホームページ <https://www.city.yokkaichi.mie.jp/music/>  
メールアドレス [concours@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:concours@city.yokkaichi.mie.jp)



とっても便利!!

休日に地区市民センターで申請するとマイナンバーカードが郵送でご自宅へ!

## マイナンバーカード休日申請受付窓口の開設

四日市市では、平日に市役所へお越しいただくことが困難な方のために、下記のとおりマイナンバーカード休日申請受付窓口を開設しています。(各地区市民センター月1回)

この窓口で申請していただいた場合、カードが出来次第、市職員が暗証番号の設定を行い、ご自宅宛てに郵送(本人限定郵便・特例型)させていただきますので、受け取りのために再度お越しいただく必要はありません。(カード到着まで、おおよそ2か月程度かかります)

11月～12月の予定と各窓口の連絡先は右記のとおりです。事前予約制となりますので、申請を希望される方は、各窓口へ電話予約(平日8:30～17:15)してください。

### 1. 申請に必要なもの

申請の際には、以下の書類を持参してください。

(1) 本人確認書類(Aを1点、またはBを2点)

A	運転免許証、旅券、住民基本台帳カード(顔写真入り)、運転経歴証明書(交付年月日が平成24年4月1日以降のものに限る)、身体障害者手帳、在留カード、特別永住者証明書など、公的機関発行の顔写真付き本人確認書類
B	健康保険・介護保険の被保険者証、年金手帳、医療受給者証、社員証、学生証など、「氏名+住所」か「氏名+生年月日」が記載されたもので、組み合わせで「氏名・住所・生年月日」が確認できるもの

(2) 通知カード、または個人番号通知書

(3) 顔写真(縦4.5cm×横3.5cm、6か月以内に撮影、正面、無帽、無背景のもの)

(4) 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

(5) 認印(本人署名の場合は不要)

※申請時に、通知カード・住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)を回収します。

※15歳未満の方や、成年被後見人の方が申請する場合は、法定代理人の同行と別途書類が必要となります。(詳細はご予約時にご説明します)

### 2. 四郷地区市民センターの開設日時(1名あたり20分)

11月28日(日) [申込期限: 11月19日(金)]  
12月26日(日) [申込期限: 12月17日(金)]  
(8:30～12:30、13:30～17:30)

※事前予約が必要です。(各日、先着48名まで)

予約が無い方は当日の受付をお断りさせていただきます。

【予約・問合せ先】四郷地区市民センター ☎ 321-2021  
(平日8:30～17:15)

### 3. 他の地区市民センター開設日及び連絡先

11月	センター名	電話番号
3(水・祝)	富田	365-1141
7(日)	塩浜	345-2403
13(土)	常磐	351-1751
	水沢	329-2001
14(日)	保々	339-0001
	富洲原	365-1136
	羽津	331-4465
	川島	321-3020
	大矢知	364-8704
20(土)	海蔵	331-3284
	日永	345-3197
	桜	326-2051
	三重	331-3276
21(日)	八郷	365-0259
	下野	337-0001
	中部	354-8152(市民課)
27(土)	内部	345-3951
	小山田	328-1001
	県	326-0001
	河原田	345-5020
	橋北	331-3787
	楠	398-3111
28(日)	四郷	321-2021
	神前	326-2751

12月	センター名	電話番号
4(土)	川島	321-3020
	三重	331-3276
5(日)	塩浜	345-2403
	富田	365-1141
11(土)	日永	345-3197
	河原田	345-5020
	保々	339-0001
	海蔵	331-3284
	楠	398-3111
12(日)	富洲原	365-1136
	羽津	331-4465
	内部	345-3951
18(土)	常磐	351-1751
	小山田	328-1001
	神前	326-2751
	桜	326-2051
	県	326-0001
	八郷	365-0259
19(日)	下野	337-0001
	水沢	329-2001
	橋北	331-3787
26(日)	大矢知	364-8704
	中部	354-8152(市民課)
26(日)	四郷	321-2021

気象情報等により、休日におけるマイナンバーカード窓口の開設を下記のとおり、中止する場合があります。(平日は通常窓口の稼働状況によりますが、利用者の安全確保のため、中止する場合があります。)

その他、選挙の日程等でご予約の変更をお願いする場合があります。いずれもご予約の変更については、個別にご連絡します。

- ① 暴風警報および特別警報が発表されたときは、その時刻をもって休日におけるマイナンバーカード窓口の開設を中止します。(ただし、終了時間間際については、この限りではありません)
- ② 休日におけるマイナンバーカード窓口開設日の7時までに暴風警報および特別警報が解除されていないときは、8時30分受付分から13時までの休日におけるマイナンバーカード窓口の開設を中止します。

③ 11時までに暴風警報および特別警報が解除されていないときは、13時以降も休日におけるマイナンバーカード窓口の開設を中止します。

④ その他、気象状況、災害や感染症の拡大等の状況に応じて、利用者の安全確保のため、当該地域の実情を判断し、窓口の開設を中止する場合があります。