



お知らせ

# よごう

令和6年5月10日号

四郷地区市民センター

☎ 321-2021・FAX 320-2090

四郷地区団体事務局

☎・FAX 322-5675

四郷地区 HP <http://yogou-mie.com/>



人形劇団むすび座の「こねこのミーくん」がやってきます！

## 人形劇「ミーくんのいやいやいや！」

子育て支援事業

♪日時：6月13日（木）10：30～（約1時間）

♪場所：四郷地区市民センター2階 ホール

♪対象：未就園児の親子

♪定員：20組（先着順） ♪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】

5月14日（火）9：00から受付開始

四郷地区市民センターへ申し込みください。

☎（059）321-2021

ミーくん、お出かけしましょ。チョッキを着て帽子をかぶり、くつもはいて…。でも、とつぜん「いや～！」ミーくんはちゃんと用意ができるかな？



## 「四郷散策 風致地区を知ろう」

～四郷風致地区をウォーキングしませんか～

★日 時：6月19日（水）8：30集合～10：00頃終了予定

★集合場所：四郷郷土資料館前

★対象：四郷地区を中心とした四日市市民

★定員：10人程度 ★参加費：無料

★内容：8時40分頃にスタート、風致地区をめぐるウォーキングを行います。



【申込み・問合せ先】

6月12日（水）までに四郷地区市民センターへ（先着順）☎ 321-2021

※当日の天候が小雨なら決行します。〔雨天の場合は6月26日（水）に延期〕

できるだけ公共交通機関をご利用ください。



回 覧										

# やってみよう！グリーンカーテン

〈再掲載〉

ゴーヤの苗を育てて、グリーンカーテンを作ってみませんか。

地球温暖化対策講座、グリーンカーテンについて楽しく学習しながら、育て方を学んでいただけます。苗の配付（2苗）もあります。

- ♣ 日 時：5月22日（水）13：30～14：30
  - ♣ 持ち物：筆記用具
  - ♣ 場 所：四郷地区市民センター2階 ホール
  - ♣ 参加費：無料
  - ♣ 定 員：20名（先着順。定員になり次第締め切り）
  - ♣ 主 催：環境政策課
- 【申込み・問合せ先】四郷地区市民センターへ申し込みください。☎ 321-2021

## 自動車文庫

### 6月の予定



高花平3号公園	7日（金）10：10～11：10
四郷地区市民センター	13日（木）13：30～14：30
笹川一丁目1号公園	14日（金）10：00～10：40
笹川西公園	// 10：50～11：20
ビレッジハウス笹川5～10棟横	// 13：30～14：10
西日野町（日野神社裏）	20日（木）13：40～14：10

## ヘルスリーダーによる イキイキ教室

参加費無料  
申込み不要

介護予防のための無理のないストレッチや筋トレ、レクリエーション等で楽しく体を動かします。お誘い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。

- ♠ 日時：6月20日（木）13：30～15：00
- ♠ 場所：四郷地区市民センター1階 和室
- ♠ 内容：ストレッチ・筋トレ体操・脳トレ・レクリエーション・歌など



◎参加される方は、マスクの着用や、水分補給をお願いします。発熱や咳等の風邪症状がみられる方、基礎疾患をお持ちの方で、感染リスクを心配される方は、参加を控えていただくようお願いいたします。状況により中止となる場合があります。

◎当日は、動きやすい服装・タオル・飲み物をお持ちください。

【問合せ先】高齢福祉課 ☎ 354-8170 FAX 354-8280

## 6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：6月4日・11日・18日・25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

※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。





《2024 年度 ふれあい事業》

## こんにちは! 「たぶんかカフェ②」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、国際理解講座でトルコの文化に触れたいと思います。

トルコのおいしい食べ物や観光地についてお話を聞いたり、簡単なあいさつなどのトルコ語を覚えたりして、楽しい時間を一緒に過ごしませんか。

みなさんのご参加をお待ちしています。

\*日時：6月8日(土) 14:00 ~ 15:30

\*場所：多文化共生サロン

\*講師：ドゥルムッシュ メルメット ファティさん(四日市在住)

\*対象：四郷地区在住・在勤の方 \*参加費：100円

\*定員：10名程度



Facebook

【申込み・問合せ先】多文化共生サロン(月~土、祝日除く) 9:00 ~ 17:15

笹川6丁目29-1(笹川郵便局南隣) ☎・FAX 322-6811

## マイナンバーカードサービスセンターが移転します!

じばさん  
3階



市役所北館  
5階



現在、じばさん(四日市市地場産業振興センター)に開設しています当センターを、市民サービスと利便性向上のため、下記のとおり市役所北館5階に移転いたします。

また、移転に伴い一時的に当センターの業務を休止いたしますので、何卒ご理解ご協力をいただきますようお願いいたします。

●開設場所：市役所北館5階(諏訪町1-5市役所北隣)

●開設日：5月28日(火)

※5月28日以降は木曜日定休(5月20日までは水曜日定休)

●移転に伴う業務停止期間

5月21日(火)~27日(月)

※この期間中も平日は、各地区市民センター(中部を除く)や市民課でカードの住所変更などの手続きは可能です。

《マイナ保険証について》

マイナンバーカードと健康保険証との一体化については、令和6年12月2日から現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証(健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)を基本とする仕組に移行されます。

【問合せ先】市民課 マイナンバーカードサービスセンター

☎ 340-8371 FAX 340-8372



## ふれあいいきいきサロン

悠友室山 室山町集会所にて



4月18日室山町集会所にて「ふれあいいきいきサロン」が午前10時から開催されました。

参加された方々は準備万端です。前半はDVDをみながら、椅子にかけて無理をしないようゆっくりとしたストレッチを行いました。

後半は簡単な全身運動で随分と体がほぐれていきました。

終了した時には身体も温まり、心地よい気分になりました。

## ステップ四日市「見学会&もの忘れ相談会」

作業療法士や社会福祉士が、もの忘れや、もの忘れに関連する生活の困りごとについてご相談に応じます。

また、ステップ四日市1階部分（認知症支援エリア）の見学希望にも対応いたします。

♥日 時：6月8日（土）10：00～12：00

♥会 場：介護予防等拠点施設（ステップ四日市）1階（日永東1丁目2-27）

♥対 象：市内にお住まいの方

♥料 金：無料（申し込み不要）

♥その他：相談者や施設見学希望者多数の場合は、待ち時間が発生する場合がありますので、ご了承ください。

【問合せ先】介護予防等拠点施設（ステップ四日市）認知症支援担当

☎ 348-4008 FAX 346-4070



## 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。

四郷地区市民センターにて、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：6月7日（金）9：30～12：00、13：00～15：00

◆場所：四郷地区市民センター1階 ロビー

◆対象となるはかり

①商店、露店などの商品売買用

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用

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（☎ 354-8147）までご連絡ください。



## 『カラダスッキ!塾』参加者募集!

参加無料

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：6月7日、14日、28日、7月5日、12日（全5回、毎週金曜日）  
9:30～11:30

★場所：あさけプラザ（下之宮町296-1）

★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・不整脈のある人、運動制限のある人は事前にご相談ください。

★定員：30人（応募者多数の場合は抽選）

【申込み・問合せ先】

5月17日（金）〔必着〕までに、右記二次元コードから申し込む、  
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所定の申し込み用紙があります。

健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5 ☎ 354-8291



## 令和6年4月以降に、運転免許証を 自主返納される方の支援を行います

◆申請受付：6月3日（月）から

◆申請場所：市役所6階 道路管理課

◆対象者：①令和6年4月1日以降にすべての運転免許証を返納された方  
②返納時点で市内に住所を有していた方  
③運転免許証の有効期間内に返納された方

◆支援内容：交通系ICカード5,000円分

（利用可能額4,500円+カード発行預り金500円）※1人1回限り交付

◆申請方法：各警察署等で免許証の返納手続きを行った後、「四日市市運転免許証自主返納支援事業申請書」に「申請による運転免許の取消通知書」（無料）または、「運転経歴証明書」（1,100円の手数料は自己負担）を添付して提出してください。

「四日市市運転免許証自主返納支援事業申請書」は、道路管理課のほか、各地区市民センターで入手できます。四日市市道路管理課ホームページからも入手できます。

【問合せ先】道路管理課 ☎ 354-8154



## 軽自動車税(種別割) 全期

納期限は5月31日（金）です

【問合せ先】収納推進課 ☎ 354-8141



# 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

4月22日（月）～令和7年3月31日（月）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要約筆記およ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

12月27日（金）〔必着〕までに、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。

## ●応募書類

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 ☎ 354-8281



# 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：5月22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。

●自動電話応答機能（☎ 059-351-4004）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28日（水）、11月20日（水）、令和7年2月12日（水）いずれも11：00

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

令和6年度 四郷地区市民センター登録サークル (四郷地区HP <http://yogou-mie.com/>)

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～	ホール	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～	ホール	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。
詩吟朗読会&楽しく歌う会	火	第1・2・4	13:30～	ホール	音色と言葉の世界を生きるために歌おう!!
NPO法人 体験ひろば☆ こどもスペース四日市	火	毎週	17:30～	ホール	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・2・3	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3・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	ゴスペルを一緒に歌いましょう!!
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～	ホール	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～	ホール	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	午前が変わりました。皆さん楽しく踊りましょう。
太極拳 元気の会	金	毎週	9:30～	ホール	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・4	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～	ホール	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	月 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
フォト・アレグリア(写真)	土	第1	13:00～	図書室	写真を通して交流・親睦をはかり、楽しんでいます。
SSピンボン四日市	土	第2・4	13:00～	ホール	体も心もやさしく楽しく体を動かしましょう。
四郷ギターサークル	水	第1	13:00～	ホール	皆でギターアンサンブルを楽しみませんか!
	土	第3	13:00～	ホール	
	日	第2・4	13:00～	ホール 図書室	
ピンボンを楽しむ会	日	毎週	9:00～	ホール	老若男女どなたでも入会できます。
	日	第1・3	13:00～	ホール	
食育・男たちの料理会	日	第3か第4	17:30～	調理室	「健康寿命」の鍵は運動・睡眠、 そして『食』のバランス
食育サークル 元気ッズクッキング	日	月1回	9:15～	調理室	病気をしない体づくりは食育と料理が基本!

# 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 ☎ 322-1781	6月14・21・28日(金)	10:00～11:30
高花平こども園★ ☎ 321-0526	月～金	9:30～14:30
四郷保育園 ☎ 321-0148	6月6・13・20・27日(木)	9:30～11:30
笹川保育園★ ☎ 321-5510	月・火・水	9:30～14:30
	6月3日(月)さんぽに行こう	10:20頃出発
笹川西保育園 ☎ 322-1782	6月5・12・19・26日(水)	9:30～11:30
津田第一幼稚園 ☎ 321-8836	6月20日(木)園庭開放	10:00～12:00
	6月25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 ☎ 321-8011	6月13日(木) 子育て支援 いちごクラブ	第1部 9:30～ 第2部 11:00～
	6月28日(金)園庭開放	10:00～12:00
めぐみの園幼稚園 ☎ 321-0305	6月4日(火) 赤ちゃん広場(ベビーマッサージ)	10:00～11:00
	6月14日(金)親子で体操キッズジム	10:00～10:45
	6月21日(金)手形アートでカレンダー作り	10:00～12:00
こっこ保育園★ ☎ 320-2055	月～土 ※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★ ☎ 322-1829	火・水・土	9:00～14:00
	6月21日(金)南部丘陵公園で遊ぼう	10:00～12:00
ことり保育園 ☎ 340-0500	6月21日(金)	10:00～12:00
たいたすいこども園★ ☎ 321-1175	火・水・木 ※5月より9:00～14:00になります	9:00～14:00

## 四日市市消防団 四郷分団から 団員募集のお願い

★若い団員が不足しています。消防団活動に参加してみませんか。

守るぞ！わが町！入団希望者募集中です！

★連絡先：分団長 川村 正仁 ☎ 090-1745-3724

