

お知らせ よごう

平成 27 年 6 月 20 日号
 四郷地区市民センター TEL 321-2021
 (開庁時間: 8:30~17:15)
 四郷地区団体事務局 TEL 322-5675
 (開局時間: 9:30~12:00/13:00~16:30)
 四郷地区 HP <http://yogou-mie.com/>



親子ヘルシー料理教室

~親子でわくわくクッキング! 楽しく作っておいしく食べよう!~

- 日 時: 7月18日(土) 9:30 ~ 13:00
- 対象者: 小学生とその保護者
- 募集人数: 親子あわせて24人
- 場 所: 四郷地区市民センター 2階調理室
- 講 師: 四郷ヘルスマイト
- 持ち物: エプロン、三角巾、ふきん、台ふき
- 材料代: 大人 600円・こども 300円
- 申込み: 四郷地区市民センター (☎ 321-2021) へ直接、または電話でお申込みください。
- 申込み締切: 7月15日(水)まで
- 主 催: 四郷ヘルスマイト



再掲載

第2回 けやき生活スクール 「知っておきたい老後の知恵」

福祉や介護のサービスを使いたい、家族に介護が必要な人がいるけれど、どうしたらいいのか分からないという場合に知っておくと便利な福祉サービスや介護サービスについて一緒に学びましょう。

どなたでも
ご参加いただけます

- 日 時: 7月14日(火) 13:30 ~ 15:00
- 場 所: 四郷地区市民センター 2階ホール
- 講 師: 四郷在宅介護サービスセンター センター長 堀尾 栄さん
- 主催・問合せ先: 四郷地区市民センター ☎321-2021
- 委託先: 四郷地区老人クラブ連合会



ありがとうございます!

6月6日(土)、「日野親睦会」の皆さんが、センター敷地内に夏らしいきれいな花苗を植えてくださいました。センターが夏の装いになり、とても華やかになりました。ありがとうございました。



回									
覧									

笹川地区防災訓練が行われました!

6月7日(日)に笹川西公園で直下型の巨大地震を想定し、地震体験や煙体験、初期消火、応急救護等、防災訓練を行いました。地震発生直後の各丁防災本部体制の確立と被害状況の把握を主目的に、約500名が真剣に参加されました。

100年から200年の周期で発生するといわれているM8クラスの東南海巨大地震を想定し、「巨大地震がいま起こったら、すぐ行動できるだろうか、身の安全、火元の確認はできるだろうか、避難所では、たくさんの情報が早く欲しいね。」などと話し合っていました。

笹川地区では高齢化も進み、若い力の防災への取り組みを進めるために、中学生の皆さんも被災者のタンカー搬送体験や、バケツリレー等に取り組んでもらいました。



笹川地区の皆さん! いざとなったら必ずこの訓練が生きるよう日頃から十分な備えをお願いします。

パソコン無料相談会を開催します

パソコンの一般的なことに関してわからないこと、お困りのこととありませんか? 四郷地区のホームページを作成しているメンバーが、実演を交えながらアドバイスをします。お気軽に立ち寄ってみませんか? ご自分のパソコンをお持ちいただいても結構です。

- 日 時: 7月9日(木) 19:00 ~ (9月、10月も開催予定です)
- 場 所: 四郷地区市民センター 2階図書室
- 主 催: 四郷地区ホームページ作成委員会
- 問合せ先: 四郷地区団体事務局 ☎ 322-5675



四日市市消防団 四郷分団からのお知らせ

まもるぞわが町

★新団員者 6月1日より入団しました。
家崎 潤さん(団員) 笹川二丁目

よろしく申し上げます。



人員22名になりましたが、若い人をまだまだ募集しています。一緒に消防団活動してみませんか。参加希望者よろしくお願いします。

★連絡先: 四日市市消防団 四郷分団 分団長 川村正仁 ☎090-1745-3724

サークル会員募集!!

~社交ダンス・初級~

社交ダンスは認知症予防と健康維持に効果があるとされています。健康寿命を延ばすため、適度な運動として社交ダンスを始めませんか。

- 日 時: 毎週土曜日 13:30 ~ 15:30
- 場 所: 四郷地区市民センター 2階 ホール
- 内 容: ダンスパーティが楽しめる程度の基礎知識、ほか
- 会 費: 入会金 1,000円、ほかに 1,000円/2か月
- 問合せ先: 古川 ☎ 321-5278



裏面もご覧ください→

地域づくりマイスター養成講座

受講生募集

市民協働安全課では、これからの地域づくりを担うために必要となる能力等の習得を目的とした地域づくりマイスター養成講座を開催します。

地域のまちづくりに興味のある方はぜひご受講下さい。特に女性や若年者の応募をお待ちしています。奮ってご参加ください。

- ◆開催予定日：以下の土曜日（9月27日のみ日曜）（全9回） 9：30～12：00
ただし、9月26日（土）は13：00～16：30、9月27日（日）は9：30～16：30
7月18・25日、8月22日、9月12・26・27日、10月31日、11月7日、12月5日
- ◆場 所：四日市市総合会館 7階研修室ほか
- ◆内 容：住民自治や地域づくりに関する講義や事例紹介、コミュニケーション演習、地域資源のマッピング演習、グループ討議、レポート作成など
- ◆修 了：全9回中、5回以上の出席とレポート提出で修了証を交付
- ◆定 員：40名（応募者多数の場合抽選）
- ◆申込み・問合せ先：6月30日（火）までに
市民協働安全係（担当：堤、松本） ☎ 354-8179 ・ FAX 354-8316



親子で学ぼう「夏のこども教室」（消費講座）
ゲームでチャレンジ！

夏休みの自由研究に！
参加無料！！



めざせ、おこづかいマスター！！

- ◆日 時：7月19日（日）午前の部 10：00～11：30 / 午後の部 13：00～14：30
- ◆場 所：総合会館7階（市役所西となり） 第1研修室
- ◆内 容：¥「おこづかいゲーム」を楽しみながら、お金の大切さや役割、かしこい使い方について学びます。
¥参加者には、おこづかい帳、ちえふくろうグッズなどの記念品をお渡しします。
¥ゲームと先生の話を通じて、おこづかいについて子どもと大人で一緒に考えます。
- ◆対 象：市内在住の小学4～6年生とその保護者（2人1組）
- ◆定 員：各回20組（応募者多数の場合は抽選。申込者全員に通知を発送します。）
- ◆申込み：7月3日（金）（必着）までに、往復はがきにて、
①希望教室名 ②希望時間（午前・午後）③住所 ④こどもの名前（ふりがな）⑤学年
⑥電話番号 ⑦一緒に参加する保護者の氏名 を書いて、下記申込み先まで。
- ◆申込み・問合せ先：
〒510-8601 市民生活課 市民・消費生活相談室 ☎ 354-8147 ・ FAX 354-8452



7月は「社会を明るくする運動」強調月間です

この運動は、犯罪や非行の防止を図るとともに、あやまちに陥った人たちの更生について理解を深め、明るい社会を築こうとするものです。

この運動を支える募金「愛の資金」へ皆さまのご協力をお願いします。

また、犯罪や非行から更生しようとしている人を、地域の中で支援しているのが保護司です。犯罪や非行のない地域社会をつくるために、各地区で活動しています。

この運動の一環として街頭啓発を行います。

- ◆日 時：7月1日（水）14：15～
- ◆場 所：近鉄四日市駅周辺
- ◆問合せ先：健康福祉課 ☎ 354-8109 ・ FAX 359-0288



近鉄四日市駅・あすなろう四日市駅東に 送迎用の乗降場整備

近鉄四日市駅南側・あすなろう四日市駅東側に送迎用の屋根付乗降場を整備しました。駅への送迎を行う際には、右記位置図に示す乗降場をご利用ください。

なお、送迎用の乗降場のため、長時間の駐車はご遠慮ください。

- ◆問合せ先：道路整備課 ☎ 354-8212



受講者募集 四日市市民大学 一般クラス

四日市市民大学（一般クラス）は、四日市市在住、在勤、在学の方ならどなたでも受講していただける講座です。今年度は「地域活動」「音楽」「高齢社会」「防災」「経済」について五つのコースを開催します。複数コースの受講も可能です。

詳しくは、広報よっかいち6月下旬号 または

ホームページ（<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp>）でご案内しています。

申込みはがき付の講座案内は、文化振興課（市役所5F）、各地区市民センターなどにあります。

多くの方のお申し込みをお待ちしています！

- ◆申込期間：6月22日（月）～7月17日（金）必着
- ◆問合せ先：市民文化部文化振興課（☎354-8239）まで



新・増築の家屋調査にご協力を！

平成27年1月2日以降に、家屋を新築または増築したお宅には、市役所資産税課の職員が調査に伺います。この調査は、来年度の固定資産税・都市計画税の課税の基礎となるものです。市職員は、固定資産評価補助員証を持っていますので、ご確認のうえ、調査にご協力をお願いします。

また、相続・売買・贈与等により未登記の家屋の所有権を移転する場合は、「家屋補充課税台帳登録者の変更申請書」の提出が必要です。家屋を取り壊したときもご連絡をお願いします。

- ◆問合せ先：資産税課家屋係 ☎354-8135 ・ FAX354-8309



食生活改善推進員養成のための「栄養教室」受講生募集

健康づくり課では、地域で活動する「食」のボランティア食生活改善推進員を養成するため、栄養教室を開催します。自分自身のためはもちろん、家族や地域の人々の健康づくりのために食生活について学びませんか？

- ◆日時：8月18日、9月15日、10月20日、12月15日、1月19日 火曜日（全5回）
10：00～15：00
- ◆場所：四日市市総合会館4階 栄養指導室（諏訪町2-2）
- ◆対象者：受講後、四日市市食生活改善推進連絡協議会の会員としてボランティア活動ができる20歳以上の市民
- ◆定員：40名（応募多数の場合は抽選）
- ◆内容：講義や調理実習など
- ◆料金：1,800円（実習材料費）
- ◆申込み：7月23日（木）（必着）までに、健康づくり課窓口かはがき、電話、ファクスで、名前、住所、電話番号、生年月日、「栄養教室受講希望」を明記の上お申し込み下さい。応募多数の場合は抽選となります。（結果は全員に連絡します。）
- ◆問合せ先：健康づくり課（諏訪町1-5、☎354-8291・FAX353-6385）



熱中症を予防して元気に夏をすごそう！



熱中症は、暑いところで過ごした時などに、体の中の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節がうまくいかないことで起こります。熱中症を予防し、暑い夏を元気に過ごしましょう！

要注意！
こんな日は
気温が高い
風が弱い
湿度が高い
日差しが強い
急に暑くなった

特に注意！
こんな人は
高齢者・幼い子ども
病気の人・体調の悪い人
暑さに慣れていない人
肥満の人

熱中症予防

5つのポイント

- ① 室温が28度を超えないように上手にエアコンや扇風機などを使う。
- ② のどが渇く前にお茶やお水をこまめに飲む。★たくさん汗をかいた時は塩分も補給。
- ③ 体をしめつけない涼しい服装や日傘・帽子の利用。
- ④ バランスのよい食事や体力づくりなど、日頃からの体調管理。
- ⑤ おかしいと思ったら、早めに医療機関を受診する。

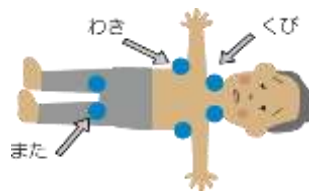


熱中症の症状

めまい 頭痛 吐き気 汗が止まらない 立ちくらみ 筋肉痛
体がだるい など

熱中症が疑われる人を見つけたら

1. 涼しい場所に避難させる
 2. 衣服を脱がせ、首、脇、太もものつけ根などを冷やす
 3. 水分・塩分を補給させる
- 自力で水分が飲めない、症状が改善しなければ救急車を呼びましょう。



◆問合せ先：健康づくり課 ☎354-8291

市制施工 120 周年記念「キャッチコピー」を募集します！

四日市市は、明治30年8月1日に全国で45番目に市制が施行され、平成29年8月1日に市制施行120周年を迎えます。

四日市市が歩んできた歴史や育んできた文化を継承するとともに、これからのますますの発展を願い、皆さんで120周年を祝いましょう！

そこで、市制施行120周年を広く効果的にPRするための「キャッチコピー」を募集します。

- 応募方法：8月14日（金）（当日消印有効）までに、応募用紙又は官製はがきにキャッチコピー、住所、氏名、電話番号を明記の上、郵送（〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号）、FAX、Eメール(seisakuishin@city.yokkaichi.mie.jp)か直接、市役所8階政策推進課へ。
- 対象：市内に在住もしくは通勤、通学する方。並びに市内で活動する団体に属している方。（プロ・アマ不問）
- 注意：応募は、他で使用されていない、未発表のものに限ります。受賞作品の使用に当たっては、若干の変更・修正での使用等をする場合があります。
- 結果：最優秀賞1点と優秀賞3点を選出し、市ホームページで発表します。（10月頃予定）
- 表彰：①最優秀賞1点 副賞5万円 ②優秀賞3点 副賞1万円
- その他：詳しくは、四日市市ホームページ掲載の募集要領、もしくは各地区市民センターに置いてある募集チラシをご覧ください。
- 問合せ先：政策推進課（☎354-8112・FAX 354-3974）



四日市市議会 議会報告会のお知らせ

6月定例会議会の議会報告会を、7月6日、7日に開催します。常任委員会ごとに2日に分けて18時30分から1日2常任委員会ずつ、4会場で開催します（詳細は下記参照）。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。

※シティ・ミーティングのテーマが決定しましたら、市議会ホームページやチラシ等でお知らせいたします。

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）

日時	7月6日（月） 18：30～20：45		7月7日（火） 18：30～20：45	
	総務	都市・環境	教育民生	産業生活
常任委員会				
所管事項	市政の企画、財務、危機管理、消防など	道路、住宅、上下水道、区画整理、環境衛生など	教育、子ども、健康福祉など	商工業、農林水産業、市民文化、市立病院など
会場	塩浜地区市民センター 2階大会議室	神前地区市民センター 2階大会議室	総合会館 8階第4会議室	あさけプラザ 2階第4・5会議室
	塩浜本町一丁目1-2	高角町2977	諏訪町2-2	下之宮町296-1

※全会場、手話通訳いたします。

※天候等により中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

