



～認知症があっても、なくても、誰もが暮らしやすいまちをめざして～

認知症サポーター養成講座のご案内

認知症ってなあに？認知症について知り、接し方を学びましょう。接し方の良い例、悪い例を寸劇で紹介します。認知症サポーターは、特別なことをするわけではなく、認知症の人を温かく見守る人です。

日時 6月4日(火) 午後1時30分～3時(90分程度)

場所 日永地区市民センター 2階 ホール

講師 日永在宅介護支援センター 坂倉知与子さん、小林祥子さん

内容 認知症の基礎知識、認知症の人の気持ちや接し方について、
認知症の人を支える活動や相談機関の紹介など



参加費 無料

持ち物 筆記用具

定員 20名(先着順…定員に余裕がある場合は当日参加もできます。)

申し込み 日永地区市民センター ☎ 059-345-3197

※講座終了後、認知症サポーターの証である「オレンジリング」がもらえます。

『アロマセラピー はじめの一步』

アロマセラピーの基本を学び、虫が気になる季節に役立つ「アロマスプレー」を作ります。

日時 6月23日(日) 午前10時～11時30分頃

場所 日永地区市民センター 2階 ホール

講師 桜井 博水(さくらい ひろみ)さん

定員 15名(先着順)

参加費 500円(当日集金します)

申し込み 日永地区市民センター ☎ 059-345-3197

5月24日(金)午前9時～



軽自動車税(種別割)
(全期)

納期限は

5月31日(金)です



回 覧															

《乗ろうよ。四日市あすなろう鉄道 内部・八王子線！！》

やってみよう!みどりのカーテン 「グリーンカーテン講座」

ゴーヤを育てたみどりのカーテンで日差しをさげ、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 5月31日(金) 午前10時~11時
場 所 日永地区市民センター 2階 ホール
内 容 地球温暖化対策講座(20分程度)
グリーンカーテン ゴーヤ苗の育て方(20分程度)
※講座終了後にゴーヤを1人2苗配布します。
定 員 25名(先着順)
参加費 無料



申し込み・問い合わせ アクティオ株式会社 ☎ 059-354-8430

受付時間 5月20日(月)より受付開始 (平日 午前9時~午後5時)

※今年から申し込み方法が変更されていますのでご注意ください。



すくすくサロン



今年度の“すくすくサロン”が始まります。

ご家庭で子育て中の保護者の方やおじいちゃん、おばあちゃん、子どもさんと一緒に遊びに来てください。お友達と遊んだり、育児についての悩みや子どもの成長の喜びを話し合ったりして、子育ての輪を広げましょう。育児相談、身体測定もできます。

- ☆ 日 時 6月11日(火) 午前10時~11時15分
サロン開催時間内なら、お好きな時間にご参加いただけます。
- ☆ 場 所 日永地区市民センター 1階 和室
- ☆ 内 容 手がた・足がたをとろう
- ☆ 対 象 0歳から未就園児とその保護者
※ 日永地区にお住まいの方に限ります。
- ☆ 定 員 10組限定
- ☆ 持 ち 物 飲み物(お茶、水)、母子手帳、各自必需品(着替え、オムツ、マスクなど)
※ お菓子、ジュース、おもちゃはご遠慮ください。
- ☆ 服 装 手がた・足がたをされる方は、汚れてもかまわない服装でお越しください。
- ☆ 申し込み・問い合わせ 5月21日(火)~6月6日(木) 先着順
電話もしくは来館にてお申し込みください。
日永地区市民センター ☎ 059-345-3197
- ☆ 主 催 日永地区民生委員児童委員協議会



参加無料

※天候や諸事情により中止の場合がありますのでご了承ください。

(当日不明の場合は、日永地区市民センターへお問い合わせください。)

※体調の悪い方はご遠慮下さい。

◎駐車場は日永地区市民センター西側をご利用ください。(玄関前駐車場は窓口来客用の為)



～ひなが健康まつり～

4月14日(日)『第36回ひなが健康まつり』が日永小学校体育館で開催されました。会場には約60名の方が参加され、レクリエーションボッチャを行い、楽しく身体を動かしました。



主催 日永地区社会福祉協議会

『カラダスツキリ塾』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。

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。

日時 6月7日、14日、28日、7月5日、12日(全5回、毎週金曜日)
午前9時30分～11時30分まで

場所 あさけプラザ下之宮町296-1

定員 30人(応募者多数の場合は、抽選)

内容 スロー筋トレ、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)

締切 5月17日(金)【必着】

申し込み 右記二次元コードから申込む、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込用紙があります

問い合わせ 健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5 ☎059-354-8291



ステップ四日市「見学会&もの忘れ相談会」のご案内



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(土曜日) 午前10時～正午まで

会場 四日市市介護予防等拠点施設(ステップ四日市)1階〔四日市市日永東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。

問い合わせ 四日市市介護予防等拠点施設(ステップ四日市)認知症支援担当
☎059-348-4008 ファクス 059-346-4070

老人クラブ「日永ついたち会」 役職・単位クラブ会長のご紹介

日永ついたち会（日永地区老人クラブ連合会）の、令和6年度の新役員などが決まりました。
日永ついたち会では、

- 1、心と体の健康づくりをすすめる。
- 2、高齢者が相互に支援する友愛活動をすすめる。
- 3、「花のある町、ゴミのない町」づくりをすすめる。
- 4、生活と地域を豊かにする楽しいクラブ活動を広げる。
- 5、はつらつとしたクラブづくりをすすめる。
- 6、クラブ発展の基盤強化をすすめる。



を連合会の21世紀プランとして活動を進めていきます。

「日永ついたち会」の会員になって、教養に、旅行に、スポーツに、楽しい日々と一緒にすごしませんか？日永地区にお住まいの60歳以上の方なら、どなたでも入会できます。

問い合わせは、書記 南川政一まで

◆連合会役職（敬称略）

会 長・旅行委員	稲垣 衛
副会長・会計	橋本 勲三
副会長・女性部長	木村 富喜子
書 記	南川 政一
体 育 委 員	岸名 芳一
監 事	坂倉 健三
監 事	菊川 扶王子

◆ 単位クラブ（地区）会長（敬称略）

第 1 クラブ（大瀬古町）	竹本 五男
第 2 クラブ（天白町、天白東）	南川 政一
第 3 クラブ（中之瀬古町）	橋本 勲三
第 4 クラブ（南日永町）	川村 邦昌
第 5 クラブ（六呂見・日永東）	渋谷 務
第 6 クラブ（泊町・追分）	浜北 鉄二
第 7 クラブ（泊塚原町・山崎町 泊山崎町・泊ヶ丘町）	岸名 芳一
第 8 クラブ（前田町北部・南部）	野副 哲朗
第11 クラブ（永宮町）	浅川 八重子
第12 クラブ（泊山崎町）	加藤 良樹

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。



日永地区市民センター「サークル・団体」一覧表

サークル・団体		内 容	曜 日	時 間
おどろう会		健康体操	毎月第1・3月曜日	10時～11時
詩吟クラブ		詩吟	毎週月曜日（月4回）	18時～20時
やよいの会		絵手紙	毎月第1火曜日	10時～正午
ポルカ		フォークダンス	毎週火曜日	10時～正午
アロハサークル	第一	フラダンス	毎月第2・4火曜日	13時30分～ 15時30分
	第二		毎月第1・3木曜日	13時30分～ 15時30分
剣舞クラブ		剣舞	毎週火曜日（月4回）	18時～20時
日永卓球クラブ		卓球	毎週水曜日	9時～正午/ 13時～16時
ダーマヨガ 日永サークル	夜	ヨガ	毎週水曜日	19時～20時30分
	朝		毎週金曜日	9時30分～11時
アートフラワーの会		アートフラワー	毎月第2・4水曜日	13時～15時30分
日永手話学習会		手話	毎月第2・4水曜日	19時30分～21時
おしゃべりサロンほほえみ		傾聴活動	毎月第3木曜日	13時30分～15時
生け花サークル		生け花	毎月第1・3金曜日	9時30分～正午
フラダンス ローズレイ		フラダンス	毎週金曜日（月4回）	13時～16時
伊勢型紙教室		伊勢型紙	毎月第2・4土曜日	9時30分～11時30分
太極拳サークル		太極拳	毎月第1・3土曜日	9時30分～11時30分
四日市パソコン 同好会	ITサタデー	パソコン操作	毎月第1土曜日	9時～正午
	よかばそ		毎月第3土曜日	9時～正午
日永囲碁同好会		囲碁	毎週土曜日	13時～17時
干支の押絵グループ		干支の押絵	年に1度	13時～17時
日永の会		障害者自立支援	不定期（月1回日曜日）	10時～正午
日永郷土史研究会		郷土史研究	不定期（年3回 第2木曜日）	10時～正午
NPO 法人 体験ひろば こどもスペース四日市		子どもの体験、子育て支援	不定期	
クスノキ和装礼法の会		和装礼法	不定期	
甘露の灯		子ども食堂	不定期	



生涯学習の一環として、地域の仲間づくりや余暇の活用に、ぜひご利用ください。都合により、日時、時間など変更になる場合があります。入会や見学をご希望の方には、代表者をご案内しますので、センターまでお尋ねください。

● 問い合わせ 日永地区市民センター ☎ 059-345-3197

Jアラートの全国一斉情報伝達試験が実施されます。

試験実施日時 5月22日(水)午前11時ころから数分程度
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。

●以降の試験は、以下のとおりを予定しております。

- ・ 8月28日(水)午前11時
- ・ 11月20日(水)午前11時
- ・ 令和7年 2月12日(水)午前11時

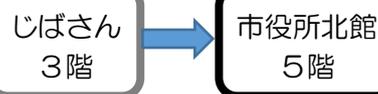
【問い合わせ】危機管理課 ☎ 059-354-8119 メール kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp



マイナンバーカードサービスセンターが移転します！

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、何卒ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。



1. 開設場所 四日市市役所北館5階(諏訪町1-5市役所北隣)
2. 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)
3. 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。

問い合わせ マイナンバーカードサービスセンター

☎ 059-340-8371 FAX 059-340-8372

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。

1. 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)
2. 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
3. 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)
4. 募集スケジュール 4月22日(月)~12月27日(金)注: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。
5. 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。
6. 問い合わせ 保健企画課(☎ 059-354-8281)