



事前申し込み不要

まるごと防災ひろば

防災訓練を今年はセンターで実施します！

日 時 10月4日(日) 午前9時～正午頃

場 所 日永地区市民センター

スタンプラリーで防災グッズをプレゼント♪

どなたでも参加いただけます！

(小学生以下のお子様は凝固剤のつかみ取りにチャレンジできます！)



講演会 「人とペットの災害対策講座～ペットの同行避難の備えと準備」

(会場の都合上、ペット同行は不可とさせていただきます)

午前10時～11時30分 2階ホール 当日受付可

定員 30 人

- * 水消火器・煙体験 (日永分団 車庫)
- * パッククッキング体験、試食 (2階 調理室)
- * パラコードd e防災 (1階 和室)
- * 防災絵本読み聞かせ&防災紙芝居 (2階 図書室)
- * 非常用トイレ展示&凝固剤体験 (1階 ロビー)
- * ポータブル電源展示 (1階 玄関ポーチ)



【追加開催！】

応急給水栓取り扱い訓練
10時～正面入り口左側

主 催 日永地区自主防災協議会 日永地区女性防災隊 HEART

問い合わせ 日永地区市民センター ☎ 059-345-3197

ヘルスリーダーの会による **イキイキ教室**

日 時 9月28日(月) 午後1時30分~3時

対 象 おおむね 65 歳以上の市民の方

会 場 日永地区市民センター 2 階ホール

内 容 介護予防の運動、レクリエーション ～ストレッチ・筋トレ・脳トレなど～

持ち物 タオル、飲み物、必要に応じてマスク

※申し込み不要・参加費は無料

※動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください。

問い合わせ 高齢福祉課 ☎ 059-354-8170

※天候・災害などにより警報が発令された場合には、

中止・日程を変更することがありますので、ご了承ください。



国立長寿医療研究センターで考案された、認知症予防の運動「コグニサイズ」も実施します。

[illegible]

《乗ろうよ。四日市あすなろう鉄道 内部・八王子線!!》



第12回 あすなろう鉄道・乗って歩いて再発見

講師の案内を聞きながら、あすなろう鉄道に乗車したり沿線散策をして、見どころや史跡等を見学します

【日時】 10月25日（日）午前8時40分～正午 ※雨天決行（警報等発令が高確率な時は中止）

【定員】 先着順 25人（小学生以下は保護者同伴のこと） 定員になり次第締め切ります。

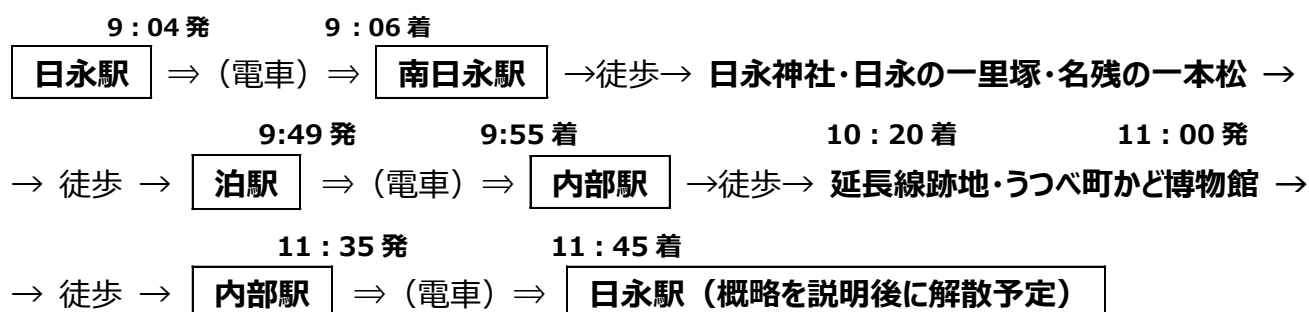
【参加費】 大人 550円、小人 280円（「あすなろう鉄道 1 day フリーきっぷ」代です）

【集合・解散場所】 あすなろう鉄道 日永駅（集合：午前8時40分 解散：正午ころ）

【持ち物・注意事項】 飲み物、帽子、タオルなど。歩きやすい靴・服装でご参加ください。散策中、高低差のある道や、車両通行が多い歩道も歩きます。当日は、記録のため写真撮影をします。ご了承ください。

【講師】 NPO 法人四日市の交通と街づくりを考える会

【行程（予定）】



【申込み】 10月15日（木）まで 申込フォーム(下記 QR コード)または直接、日永地区市民センターへ

主催：日永地区市民センター ☎ 059-345-3197

協力：四日市あすなろう鉄道株式会社



← 申込フォーム QR コード

1 day フリーきっぷ（限定デザイン）

通常は、あすなろう四日市駅・内部駅のみで販売しています。本イベント申込時にお知らせいただくと 当日、日永駅で購入できます。

※ 日永駅には駐車できません。ご来場は公共交通機関をご利用ください。



納税は、便利で安心な
口座振替で!!

【お問合せ先】四日市市 収納推進課

☎ 059-354-8141

Fax 059-354-8309

生涯骨太クッキング教室（骨粗しょう症予防食料理）



日 時 10月6日（火）午前10時～午後1時30分ころ
場 所 日永地区市民センター 2階 調理室
講 師 日永地区食生活改善推進員（ヘルスメイト）
定 員 20人（申込先着順）

※ 申込多数の場合は日永地区在住者を優先

材料費 1人800円
（当日集めます おつりのないようにお持ちください）

持ち物 マスク、エプロン、三角巾（スカーフ、バンダナ）、ふきん、台ふき

主催・申し込み 日永地区市民センター ☎ 059-345-3197

または申込 QR コードで

9月15日（火）午前9時 受付開始～10月1日（木）（定員になり次第終了）



←申込用QR

《メニュー》

- エビと豆腐のあんかけ
- 冬瓜と鶏肉の煮物
- ひじきの梅肉和え
- ごはん
- 甘酒ゼリー



インターネットアンケートのモニターになりませんか

インターネットを活用した市民アンケート「市政ごいけんばん」のモニターを随時募集しています。
モニターの皆さんには、インターネットを通じてアンケートに回答していただきます（年3,4回程度）。
1年間で実施した全アンケートに回答していただいた人には謝礼を贈呈します。

対 象 市内在住の16歳以上の人

申 込 右記 QR コードのアンケートモニター登録フォームから →

その他 次回アンケートは、9月末頃に実施します



◇こども向けアンケートも始めました◇

こどもたちの考えを市の取り組みに生かすため、市内在住の小学生～高校生を対象としたアンケートも実施しています。

詳しくは、市政ごいけんばんホームページをご参照ください。→



※お問い合わせ 広報マーケティング課 ☎ 059-354-8244 FAX 059-354-3974



「よっかいち農業マルシェ」を開催します



と き 9月26日（土） 午前9時30分～午後12時30分（雨天実施・荒天中止）

ところ 四日市市農業センター 駐車場 ほか （四日市市赤水町971-1）

※ 臨時駐車場有り（台数に限りがあります）

先着300人に花苗をプレゼント（お1人さま1ポット限り 午前9時30分から引換券を配布）

当日イベント ①親子野菜収穫体験 午前10時～、午前11時30分～ 各15組、500円/組

②移動児童館 ぷにぷにキーホルダー作成 当日受付・無料 材料が無くなり次第終了

③親子で観葉植物をおしゃれに植えてみよう

午前10時～、午前11時30分～ 各15組、1,000円/組

※①③は、事前申込必要です。詳細は、右側 QR コードより →

※お問い合わせ 四日市市農業センター ☎ 059-326-0132



◆令和9年度一般財団法人自治総合センターによるコミュニティ助成事業の募集◆

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじ収入を財源に、コミュニティ活動に対し助成を行っています。
令和9年度の助成を希望するコミュニティ組織は、地区市民センターまでご連絡ください。

●助成対象団体 コミュニティ組織（自治会、町内会など地域に密着して活動する団体）・自主防災組織

●募集する事業 ①一般コミュニティ助成事業

②コミュニティセンター助成事業

③地域防災組織育成助成事業

●書類提出期限 ①②については、9月30日（水）までに市民生活課へ

③については、10月2日（金）までに危機管理課へ

※制度の詳細は、一般財団法人自治総合センターのホームページをご覧ください。

<https://www.jichi-sogo.jp/>



第1回マリッジサポートセミナー

恋愛・婚活に役立つ！ パーソナルカラー診断＆出会いに関するセミナー

パーソナルカラー診断で、似合う色を知り、出会いに関するセミナーを通して、自分に自信を持ちましょう。自分を磨き、恋愛・婚活に一步踏み出してみませんか。

■日 時：11月1日（日）

【午前の部】 10時15分～正午

【午後の部】 1時45分～3時30分

■場 所：文化会館 第2会議室

■対 象：市内に在住、または通勤するセミナー当日に20～39歳の独身女性

■定 員：各部10人（応募多数の場合は抽選）

■講 師：Personal color salon Pono 代表 廣 知香 さん

■申込期間：10月26日（月）午前9時まで

■申し込み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページから

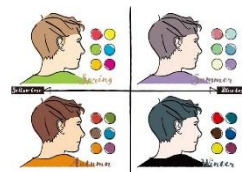
四日市マリッジサポート事務局

（四日市市安島一丁目 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>

■担当課：こども未来課 ☎ 059-354-8038



あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

◆マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表（令和8年10月分）

曜 日	場 所	受付時間
10月 3日（土） 4日（日）	日永カヨー ショッピングセンター 【2階 ひながテラス付近スペース】	午前10時～午後6時
10月 24日（土） 25日（日）	イオンタウン四日市北店 【1階 専門店通路】	



【問い合わせ】 マイナンバーカード コールセンター（☎ 0120-000-396）