

### 冬のおもてなし料理

日時：12月14日(水) 10:00~13:00  
場所：桜地区市民センター 2階 調理室  
参加費：700円(材料費)  
定員：30名  
持ち物：エプロン・三角巾・ふきん・台ふき  
講師：桜ヘルスメイト  
申込み先：桜地区市民センター(☎326-2051)へ  
締切り：12月9日(金)まで  
(定員になり次第締め切りとなります)  
主催：桜地区市民センター



メニュー  
二色のり巻き  
鶏肉の野菜巻  
海老の和風グラタン  
五色なます  
れんこんのチーズ焼き  
骨太たづくり  
スイートポテト風茶巾しぼり

### 同推協「地区別懇談会」 桜連合地区懇談会

日時：12月15日(木) 19:00~20:30  
会場：桜地区市民センター 2階 大会議室  
テーマ：「気づき」からできることへ  
～身近なことから「人権」について考えよう！～  
進行・助諸：四日市市人権センター 鈴木 敏夫さん  
内容：桜小学校区の方、桜地区内で勤務されている方など、  
さまざまな方からのご意見をいただき、小グループ  
での自由懇談を行います。  
主催：桜地区人権・同和教育推進協議会

回										
覧										

裏面を  
ご覧ください

## マイナンバーカード（個人番号カード）について

- ★マイナンバーカード（申請された方）の受け取りについて★  
マイナンバーカードを申請された方で、まだお受け取りいただいていない場合には、市民課までご連絡ください。
- ★マイナンバーカードを紛失した場合の手続きについて★  
紛失した場合には、直ちに警察まで届け出をしてください。  
あわせて、マイナンバーカードコールセンターに連絡し、カード機能の一時停止の手続きを行ってください。

マイナンバーカードコールセンター  
0120-95-0178（無料）  
0120-601-785（FAX）



なお、カード機能の一時停止後は、市への紛失届又は一時停止解除届が必要になりますので、市民課へもご連絡ください。

### 本人通知制度登録更新手続きについてのお知らせ

本市では、ご自身の住民票・戸籍の証明などが第三者に交付された場合に、交付があったことを本人に通知する本人通知制度（登録期間は3年間）を実施しています。登録期間終了後も引き続き登録を希望される方は、更新の手続きが必要です。

更新の手続きには次のものをお持ちください。

- ①四日市市本人通知制度事前登録（新規・更新）申込書
- ②本人確認書類（運転免許証・パスポート・健康保険証・年金手帳等）
- ③四日市市本人通知制度登録期間満了通知書（満了日の近い方に郵送します）

- ★登録満了日の1ヶ月前から更新の手続きができます。
- ★更新については、市民課（市役所1階）のほか、地区市民センター（中部地区を除く）、市民窓口サービスセンターでも手続きができます。（新規登録の手続きは市民課のみ扱っています）。  
登録満了日を経過し、かつ更新の手続きがない場合は、廃止となりますので、ご注意ください。

問合せ先：四日市市役所 市民課 ☎354-8152 FAX359-0282

# 西高通信 No.8



2年生が10月19日(水)～21日(金)の期間で修学旅行に行ってきました。帰途の新幹線での移動中、鳥取県中部を震源とする地震の影響を受け、広島駅手前の線路上にて緊急停車するというハプニングがありました。新幹線は30分ほど点検等のため停車した後、運行再開され、ほぼ予定通りに無事帰着することが出来ました。また秋晴れの中、1年生は伊勢内宮前おかげ横丁にて、いろいろと「見て」「食べて」「買って」楽しみ、3年生は受験勉強の合間にナガシマスパーランドで、楽しむことができました。3年生は、10月中旬から指定校・公募制推薦入試が始まり学力試験、面接等に臨んでおります。そして、大部分の生徒がセンター試験の出願も済ませ、1月14日、15日の本試験を目指して猛勉強中で、学力の向上に努力し、体調管理にも気を配っています。

また、10月30日(日)は鈴鹿医療科学大学を会場として、平成28年度三重県高等学校科学オリンピック大会が実施されました。本校からは、2年生7名が出場しました。ここでは、授業での学習をベースにして、生活に関連した課題に取り組むことにより、数学・理科や科学技術に対する興味や関心を喚起するとともに、科学的な思考力・判断力・表現力等を育成し、科学的、数学的能力の向上を図ること、科学の面白さや考える楽しさを感じるということを目的としています。結果は、上位3位までに入賞することは出来ませんでした。良い経験が出来たと思います。

終わりに、本校のホームページ (<http://www.424hs.jp/>) にアクセスいただきますと、文化祭や陸上競技記録会での生徒達の様子や第2回高校生活入門講座の様子も見ていただくことができます。写真等でより分かりやすいかと思えます。右にあるQRコードからもアクセスできます。今後とも地域の皆さまのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



## センターの和室工事をを行います

11月18日(金)～平成29年3月末頃までご利用いただけません。窓口業務は通常通り行います。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

## リサイクル伝言板



### 【譲ります】

- ろ過フィルター・照明(600用)・オートヒーター他 付属品(金魚等の飼育で使用)
- チャイルドシート(黒) 2台
- 学習机

### 【譲ってください】

- 桜中学校女子制服 上下(S) 交渉中
- 桜中学校ジャージ 上下(M・L)
- 桜中学校ウインドブレーカー 上下(M・L)



- ☆ 掲載期間は3ヶ月です。☆ 交渉は当人同士で行なっていただきます。
- ☆ 交渉結果を必ずセンターまでお知らせください。
- ☆ 掲載の必要がなくなった場合も必ず、センターまでお知らせください。

## 在宅医療講演会

### ～知っていますか？在宅医療～

日時：12月18日(日) 13:30～15:00 (開場 13:00)  
場所：四日市市文化会館 第3ホール  
内容：●基調講演「在宅での療養生活を支えます」

講師 四日市医師会 伊藤 毅さん

●パネルディスカッション「在宅療養の実際」

コーディネーター 畑中純子さん (四日市看護医療大学)

パネリスト 伊藤 毅さん (四日市医師会)

加藤卓也さん (四日市歯科医師会)

木村直登さん (四日市薬剤師会)

高井俊夫さん (市民代表)

問合せ先：四日市市役所 健康福祉課 ☎354-8281 FAX359-0288

参加費  
無料







# 桜地区いきいきサロンのご案内

## ■桜花台ふれあいサロン■

桜花台コミュニティーセンター  
 1日(木) 10:00~11:30  
 ◇ゲームとマジックショー  
 手作りぜんざい  
 22日(木) 10:00~11:30  
 ◇健康体操・おしゃべりサロン

## ■ミニサービス「ともだちの和」■

桜台第一会館  
 14日(水) 10:00~12:00  
 22日(木) 10:00~12:00

## ■桜南ほかほかクラブ■ 桜町南公民館

15日(木) 9:30~11:30

## ■智積第6いきいきサロン■

四日市友の会  
 20日(火) 13:30~14:30

## ■ほっとカフェ「ほかほか」■ 桜町南公民館

6日(火) 14:00~16:00

## ■桜台バドミントンクラブ■

桜台小学校 体育館  
 毎週木曜日 19:00~21:00  
 毎週日曜日 13:00~16:00

## ■桜ボランティア協会■

「憩いの家」 桜地区市民センター  
 8日(木) 10:00~12:00  
 ◇クリスマス会  
 「駅前憩いの家」  
 桜ボランティア協会 会議室  
 毎週火曜日 9:30~11:30

## ■一色いきいきサロン■

桜町一色第一公会所  
 お休みです

## ■山上いきいきサロン■

桜町山上公会所  
 9日(金) 13:30~15:30  
 20日(火) 9:30~11:30

## ■桜台三丁目交流サロン■

桜台第二会館  
 21日(水) 9:30~11:30

## ■桜台PCサロン■ 桜台第三会館

11日(日) 13:00~15:00  
 25日(日) 13:00~15:00

## ■さわやかイキイキ教室■

桜ヶ丘集会所  
 12日(月) 10:00~11:00

裏面もご覧ください



健康づくりボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による

# イキイキ教室

12月16日(金) 13:30~15:00

申込み不要  
参加費無料



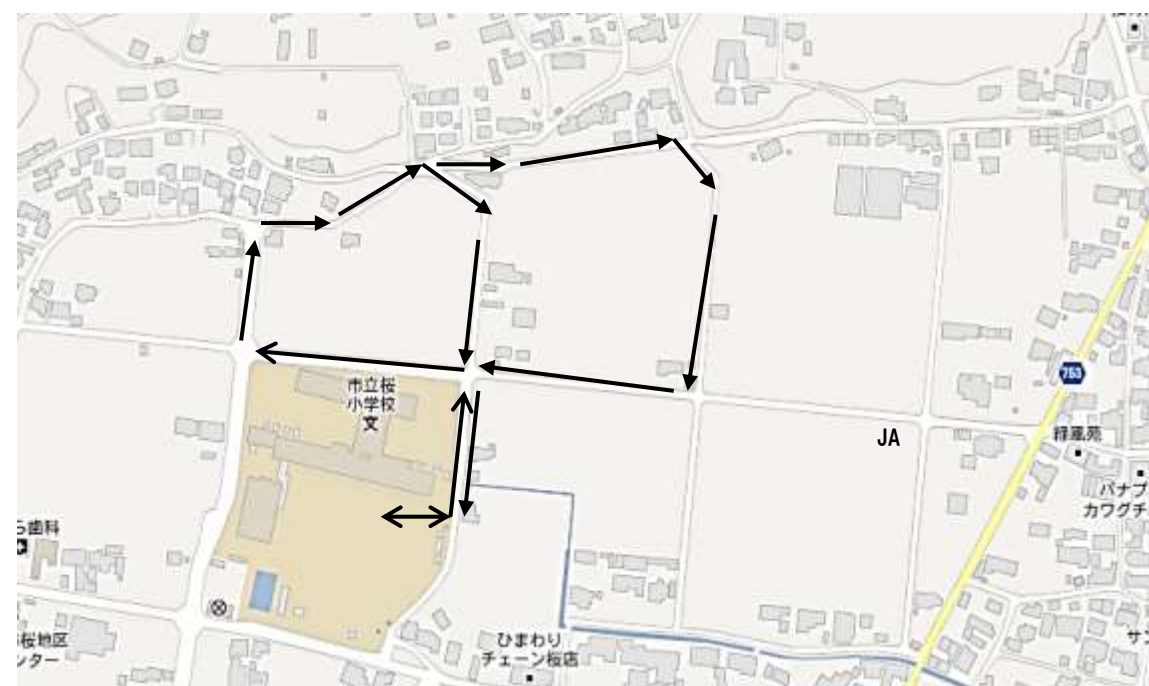
対象：おおむね65歳以上の市民の方  
 場所：桜地区市民センター 2階 大会議室  
 持ち物：タオル・飲み物

無理のないストレッチ・筋トレとレクリエーションなどで楽しく体を動かします。動きやすい服装でお越しください。

## 桜小学校からのお願い



11月25日(金) 8:35:~11:30に桜小学校でマラソン記録会を行います。小学校北側周辺道路を児童が走りますので(地図参照)、当日お車のご通行の際には徐行運転をお願いいたします。ご迷惑をおかけしますが、どうかご理解・ご協力をよろしくお願い申し上げます。なお、雨天時は11月28日(月)に延期になります。



## ～市内学童保育所の指導員を募集しています～

学童保育所の指導員になって放課後の子どもたちと楽しく過ごしてみませんか。  
20歳以上65歳くらいまでの、子どもが好きな人であれば、どなたでも指導員として働くことができます。

障害のある子どもの対応ができる人（保育士等の有資格者）や、特定の働き方を希望する人（週に1日だけ、夏休みだけ、ボランティアなど）も募集しています。

**注：各学童保育所での雇用となります。また、勤務条件はそれぞれ異なります。**

また、四日市市では学童保育所の指導員登録制度を行っており、下記の要領で指導員登録説明会を開催します。登録を行うと、指導員を募集する学童保育所の紹介を市から受けることができます。

年度ごとの登録になりますので、平成28年度に登録をされた人も改めて登録をしてください。

### ◇指導員登録説明会◇

日時：12月3日（土）18:00～

場所：四日市市総合会館 7階 第1研修室

申込み・問合せ先：12月1日（木）までに、住所、名前、電話番号（あればファックス、Eメールアドレス）を、電話かファックス、Eメールで「こども未来課」へお申込みください。

☎354-8069 FAX354-8061

Eメール:kodomomirai@city.yokkaichi.mie.jp



橋北（きょうほく）子育て支援センター 子育て支援事業

## 妊婦さんと赤ちゃんのふれあい

出産はドキドキ！赤ちゃんとの生活はどんな感じ？  
妊娠の喜びや、出産や子育てへの不安など先輩ママたちと気軽におしゃべりしませんか？

日時：毎週水曜日10:00～12:00

場所：橋北（きょうほく）子育て支援センター「ぽっぽ」

参加対象：現在妊娠中の方

内容：施設案内・赤ちゃんとのふれあい・おもちゃや絵本の紹介など  
その他：予約、申込みは不要です。参加費は無料です。体調の良い時間にご参加ください。車でお越しの際は、三滝公園の駐車場をご利用ください。

問合せ先：四日市市午起一丁目3-13 橋北（きょうほく）子育て支援センター  
☎059-332-4527



### ☆ あそぼう会 ☆



毎週木曜日  
〔9:30～11:30〕

問合せ先：桜台保育園  
☎326-4681



### ☆ チェリークラブ ☆

12月	7日(水)	}	クリスマス
	14日(水)		ブーツ作り
	21日(水)		クリスマス会
	28日(水)		冬休みでお休みです

〔10:00～11:30〕

問合せ先：桜幼稚園 ☎326-1533



## 障害(児)者生活支援グループ ポップ 障害を持つ子と親のサークル のびっこ ～のびっこ&ポップの活動にご参加を～

障害のある子どもたちが、親やボランティアさんといろいろな活動を楽しみます。気軽に参加してみませんか。

### 【親の会 のびっこ】

日時：12月13日（火）10:00～12:00

場所：桜地区市民センター 中会議室

### 【親子遊び交流の場 ポップ】

日時：12月10日（土）13:30～15:30

場所：寺方児童集会所

内容：のびっこ&ポップ X'mas会

\*連絡先：山中

