



お知らせ

さくら

2023年9月5日号



桜地区のホームページ『さくらコム』 <https://www.sakuracom.jp/>
桜地区市民センター ☎ 326-2051 FAX 325-2074 桜地区地域団体事務室 ☎・FAX 326-2888

お知らせ さくらは、『さくらコム』の市民センターのページでもご覧いただけます。

60歳 70歳 人生の楽しみ方とは！！

～ 四日市市生涯学習いきいき出前講座より ～

- ◇日時 10月1日(日) 10:00～11:30(受付 9:40～)
- ◇会場 桜地区市民センター 2階 大会議室
- ◇講座内容 生き生きとした明るい人生を歩める生き方の提案
- ◇講師 四日市市役所 健康づくり課 水谷 朱身さん
- ◇定員 45名
(定員になり次第締め切り。必ず、事前申込みしてください。)
- ◇参加費 無料
- ◇その他 講義終了後、質問タイムがあります。
- ◇申込み期間 9月11日(月)～9月20日(水) 先着順
- ◇申込み 桜地区団体事務室(桜地区市民センター内)
☎326-2888
平日 10:00～16:00
- ◇主催 桜地区社会福祉協議会

どなたでも
参加いただけます

- * 新型コロナウイルス感染予防のため、参加者はなるべくマスク着用してください。
- * 当日は自宅で検温して、発熱・体調不良の方は参加を控えてください。

回									
覧									

裏面もご覧ください



2023年 ボッチャ大会開催！ (桜地区スポーツ行事)

「ボッチャ」はヨーロッパで生まれたニュースポーツ！
どなたでも楽しくできるスポーツです！

お一人で！
ご家族で！
ご友人と！
参加しませんか！



- ◇日時 10月22日(日) 9:00(受付開始)
9:30(開会式)～12:00頃
- ◇場所 桜小学校 体育館
- ◇持ち物 上履き
- ◇締切り 10月10日(火)
- ◇申込み 桜地区地域団体事務室 ☎326-2888 (平日 10:00～16:00)
- ◇主催 桜地区スポーツ推進協議会

外国人住民を対象とした防災セミナーを開催します

市内に住んでいるか市内で働いている外国人に、災害のことだけでなく、災害が起こった時の行動や普段からの準備について学んでいただきます。
ポルトガル語、ベトナム語、中国語、スペイン語、ネパール語の通訳があります。

- ★日時: 10月1日(日) 13:30～16:30
- ★場所: 四日市市消防本部2階 防災センター
- ★講師: 三重大学大学院工学研究科 川口 淳 准教授
- ★参加費: 無料
- ★主催: 四日市市(市民生活課 多文化共生推進室)
- ★申込み: 9月27日までに Google フォーム、FAX、Email で申し込んでください。
URL: <http://bit.ly/45nZ7WW> FAX: 059-223-5007
Email: mief@mief.or.jp
- ★問合せ先: 公益財団法人三重県国際交流財団 ☎059-223-5006



自動車文庫 9月	20日(水)	桜花台コミュニティセンター	10:10～11:10
	21日(木)	智積公会所第二駐車場	10:10～10:50
		桜ヶ丘公園	11:00～11:30
		桜台二丁目3号公園	13:30～14:10
		桜台一丁目1号公園	14:20～15:10

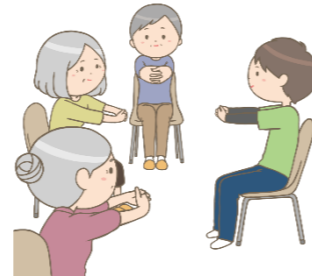


介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による

イキイキ教室

申込み不要
参加費無料

- ◇日 時：9月22日（金） 13：30～15：00
- ◇場 所：桜地区市民センター 2階 大会議室
- ◇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～
- ◇対 象：おおむね65歳以上の市民の方
- ◇持ち物：マスク・タオル・水分補給の飲み物



※動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください。

◇問合せ先：四日市市役所 高齢福祉課 ☎354-8170
FAX354-8280

※体調の悪い方は参加をお控えください。
 ※参加される方は、マスクの着用や手指消毒、検温にご協力ください。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大の状況や、天候・災害などにより警報が発令された場合には、中止または日程を変更することがありますので、ご了承ください。

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を作りたいけど、申請の仕方がわからない方のために、令和5年度は、地区市民センターや皆様により身近な商業施設などに会場を拡げて、出張によるマイナンバーカードの申請サポートを実施しています！

サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント！
予約不要ですので、この機会にぜひ出張申請サポートをご利用ください！



- サポート内容**
- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
 - ・インターネットでの申請のお手伝い
 - ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け
 - ・交付申請書送付用封筒(切手不要)のお渡し
 - ・マイナンバーカードに関する相談・案内など

マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表

日にち	場 所	時 間
10月 1日（日）	河原田地区市民センター	9：00～17：00
5日（木）	スーパーサンシ大矢知店	10：00～18：00
6日（金）		
7日（土）	県地区市民センター	9：00～17：00
8日（日）	大矢知地区市民センター	
12日（木）	マックスバリュ山城店	10：00～18：00
13日（金）		
14日（土）		
15日（日）	イオン四日市尾平店 【1階東側エスカレーター付近】	10：00～18：00
19日（木）	Aコープくす店	
20日（金）		
21日（土）	常磐地区市民センター	9：00～17：00
22日（日）	羽津地区市民センター	
26日（木）	日永カヨー 【1階中央広場】	10：00～18：00
27日（金）		
28日（土）	水沢地区市民センター	9：00～17：00
29日（日）	保々地区市民センター	

【問合せ先】四日市市マイナンバーカードサービスセンター ☎340-8371



さくらんぼ 10月の予定

～おともだちを作りに来ませんか～



- 10日（火） ・助産師相談 10：00～10：45 受付
- 11日（水） ・おもちゃのチャチャチャ 9：30～
テーマ ビニール鉄砲作り
講 師 おもちゃドクターズ
定 員 5組限定(完全予約制)
- 16日（月）～20日（金）
・さくらんぼクラブ週間（開所時間中、映像を流します）
テーマ 予防接種について
講 師 桜花台こどもクリニック 院長

【子育て支援センターさくらんぼの開所曜日・時間】〈土・日・祝日・医院休診日は閉所〉
 月～金曜日 現在は9：00～11：00、12：00～14：00（受付13：00まで）
 行事の予約は前月から受付します。行事日程の最新案内・臨時休館・開所時間変更などは、
 桜花台こどもクリニックホームページのブログでもお知らせしています。
 さくらんぼクラブ・おもちゃのチャチャチャ開催時間中は予約の方のみの貸切となります。
 ≪問合せ先・予約先≫ 桜花台こどもクリニック 子育て支援センターさくらんぼ ☎373-6639



納税は、便利で安心な
口座振替で!!

【問合せ先】四日市市役所 収納推進課
☎ 354-8141
Fax 354-8309

第54回 四日市市民スポーツフェスタ

開催日 令和5年10月8日(日)

★ポッチャ体験会 ★SSピンポン体験会

対象：市内に在住、または、通勤・通学する人
時間：午前の部 10:30~11:30
 午後の部 13:30~14:30
場所：総合体育館多目的室1・2
定員：各30人(応募者多数の場合は抽選)
参加費：無料
持ち物：体育館シューズ、運動できる服装

★タグ取り鬼ごっこ体験会

対象：市内に在住、または、通園・通学する人
時間：午前の部(4歳~小学2年生) 10:30~11:30
 午後の部(小学3~6年生) 13:30~14:30
場所：中央第2体育館
定員：各30人(応募者多数の場合は抽選)
参加費：無料
持ち物：体育館シューズ、運動できる服装

☆生涯スポーツ体験コーナー

テニポン、タスポニー、ファミリーバドミントン、ソフトバレーボール
対象：市内に在住、または、通勤・通学する人
時間：10:00~14:00
場所：総合体育館アリーナ
参加費：無料
持ち物：体育館シューズ、運動できる服装
申込み：不要

★申込方法 9月20日までに、所定の申込書を、ファックス、または直接、各地区スポーツ推進委員、スポーツ課(市役所9階)へ。
下記のQRコード：スポーツフェスタホームページ内の「応募フォーム」でも申込みできます。

★その他 募集要項や参加申込書は、同課で配布するほか市ホームページから入手できます。

★申込み・問合せ先 ◎四日市市役所 シティプロモーション部 スポーツ課
〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号
☎ 354-8429 FAX 354-8432
E-mail sports@city.yokkaichi.mie.jp

◎第54回四日市市民スポーツフェスタホームページ
[https://www.city.yokkaichi.lg.jp/
www/contents/1686477340441/index.html](https://www.city.yokkaichi.lg.jp/www/contents/1686477340441/index.html)



農業委員(1名)を募集します

募集期間：9月5日(火)~9月29日(金)

対象：農業に関する識見を有し、農地等の利用の最適化の推進に熱意を持ち、原則として、市内に住所を有している人

任期：農業委員の任期は、令和5年12月25日から令和8年7月19日まで

募集人数：1人

身分及び報酬：四日市市の特別職の非常勤職員として、月額28,000円

申込み：農水振興課、農業委員会事務局、各地区市民センターにある募集要項をご覧の上、所定の応募用紙を9月29日(必着)までに、農水振興課へご提出ください

問合せ先：四日市市役所 農水振興課 農水政策係 ☎354-8180

令和6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、コミュニティの健全な発展を図るため、コミュニティ活動に対し助成を行っています。令和6年度の助成を希望するコミュニティ組織(自治会など)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。ただし、地域に密着した団体であっても、特定の目的で活動する団体は対象外。また宗教団体、営利団体、地域に密着しているとは言いがたい団体等についても対象外)・自主防災組織

●募集する事業

事業種類	内容	助成金
①一般コミュニティ助成事業	コミュニティ活動に直接必要な設備等の整備に要する経費 祭り用品、集会施設の備品などの購入	100万円~250万円
②コミュニティセンター助成事業	集会施設の建設、大規模修繕	総事業費の5分の3以内 1,500万円上限
③青少年健全育成助成事業	主として親子で参加するスポーツ・レクリエーション活動、文化・学習事業など	30万円~100万円
④地域防災組織育成助成事業	自主防災組織等が防災活動のため整備する資機材などの購入	30万円~200万円

●募集期間(書類提出期限)

①②③については、令和5年9月29日(金)17:15までに市民生活課にご提出ください。
④については、令和5年10月6日(金)17:15までに危機管理課にご提出ください。

●その他

※ 助成する事業の採択は一般財団法人自治総合センターが決定します。申請すれば必ず採択されるものではありませんので、予めご了承ください。
※ 助成決定は令和6年3月末頃の予定
※ 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。
<http://www.jichi-sogo.jp/>



裏面もご覧下さい

羽津小学校・楠小学校・塩浜小学校・下野小学校

給食パートを募集（11月上旬からの勤務です）

- ◇募集職種 小学校給食調理員（給食パート）
- ◇業務内容 給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など
- ◇勤務日 給食実施日等（春・夏・冬休みは勤務なし）
- ◇勤務時間 8：30～15：15（労働時間6時間）
 ※塩浜小学校 8：40～15：25（労働時間6時間）
 ※下野小学校 8：45～15：30（労働時間6時間）
- ◇時間給 1070円（通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給）
- ◇その他 羽津小学校勤務の場合、他の学校の調理員の欠勤状況等により他の市内小学校に勤務することがあります。社会保険加入あり。
- ◇申込み 応募を希望される方は、教育総務課（☎354-8236）に電話のうえ、履歴書を提出してください。書類選考のうえ、面接を実施します。
- ◇応募期間 9月8日（金）～9月29日（金）



- 学びを深め自信へつなげる - 四日市リハビリ体操スクール

体操の方法だけでなく「体や動きの基礎」、「何に・何処に効く体操か」など、リハビリの考え方・理論も踏まえた内容の教室です。スキルアップを目指す方、体操のマンネリ化を解消したい！という方は是非お申し込みください♪



- 日程：10月27日、11月3日・10日・17日・24日、12月1日
 いずれも金曜日 10：00～16：00 6日間の6回シリーズ
- 会場：四日市市三浜文化会館（四日市市海山道町1丁目1532-1）
- 対象：市内で介護予防に関する取り組み（運動以外でも可）を行っている団体の従事者または参加者で、原則6回とも参加できる人
 ※有資格者で現在職務に従事している人は除く
- 講師：一般社団法人 三重県理学療法士会 理学療法士（リハビリテーション専門職）
- 内容：筋肉や関節の働きについての講義、腰や膝の痛み・嚙下障害などに対する全92種類の体操実技
- 定員：20名（要申込） ※応募多数の場合は抽選
- 参加料：無料
- 申込み：10月13日（金）（必着）までに、講座名、所属団体名、郵便番号・住所、名前（ふりがな）、年齢、電話番号を、はがき・電話・FAXのいずれかの方法で申込先へお知らせいただくか、ホームページの申し込みフォーム、または、下記QRコードからお申し込みください。

【申込み・問合せ先】四日市市役所 高齢福祉課 〒510-8601 四日市市諏訪町1-5
 ☎354-8170 FAX354-8280

【ホームページからの申し込み】

【QRコードからの申し込み】

こちらを読み取り



四日市リハビリ体操スクール

検索

熱中症予防

熱中症は、暑く湿った環境で長時間過ごした時などに発生します。
 熱中症を予防し、元気に過ごしましょう！

熱中症予防のポイント

1. 喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
2. 日頃から暑さに備えた体づくりと体調管理をしましょう。
3. 上手にエアコンや扇風機を使い、部屋の中を涼しくしましょう。
4. 熱中症警戒アラートを活用しましょう。

※熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が極めて高いと予測される場合に発表されます。アラートが発表された場合は、外出を控える、外での運動は原則、中止/延期とする等とし、普段以上に熱中症の予防行動をとりましょう。

より詳しい情報は [こちら](#)⇒



環境省 熱中症 検索

四日市市役所 健康づくり課 ☎354-8291

四日市市子ども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

☎：330-5020 FAX：334-0606 HP：https://cocoplaza-yokkaichi.jp/
 所在地：四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階

子ども子育て交流プラザは、年末年始を除き毎日開館しています。主に小学生～高校生を対象にした季節の行事やスポーツ活動、創作活動など、さまざまなイベントを開催しています。また乳幼児と保護者が楽しめる「すくすくタイム」や「赤ちゃん広場」も実施しています。広い多目的ホール、工作室や図書室などの設備が充実した施設で雨の日も遊べます。ぜひ、ご来館ください！！

【開館時間】＜第1部＞9：00～12：30 ＜第2部＞14：00～19：00

※小学生以下は17：00まで、中高生は19：00まで利用可能です。
 各部の間に消毒を行います。その間、施設の利用はできません。



【主なイベント日時・内容】 料金 無料

10月2日（月）	10：30～11：00	どんぐりをつくろう シール貼りやお絵かきを楽しみます。	対象/未就学児 定員/当日先着20組 （受付9：00～）
10月10日（火）	9：30～11：00	赤ちゃん広場 体重測定や助産師に発育相談ができます。	対象/0歳～18か月、出産予定の人 定員/当日先着10組 （受付9：00～10：30） 持ち物/母子手帳、バスタオル
10月15日（日）	10：00～11：30	手形カードをつくろう 家族で手の大きさくらべをしよう。お子さんの成長記録にもなります。	対象/どなたでも 定員/当日先着15組 （1家族1枚） （受付9：00～）
10月29日（日）	14：30～16：00	ハロウィンフォトプロップス 写真用の小道具をつくろう。撮影ブースもあるよ。	対象/どなたでも （材料がなくなり次第終了）

※行事の内容等を変更する場合があります。開館状況、イベント実施状況など詳しくは、ホームページをご覧ください。また、電話にてお問合せください。