

文化の秋です 芸術に触れてみませんか？

第63回市民芸術文化祭

文化協会 ☎/FAX 351-3729
火～金曜日の13:00～17:00

◆茶道まつり「市民茶会」

時11月3日(祝) 10:00～15:00

所茶室「洒翠庵」(鶴の森公園内)

内広間でお茶をいた

だきながら、茶道具などのお話を聞きます。初めての人、ぜひお越しください



料呈茶券400円

(当日受け付けにて)

問文化協会 中野 ☎371-0594

◆第12回四日市短詩型文学祭

時11月3日(祝) 料入場無料

問文化協会 松澤 ☎321-1122

●合評会・実作会

時10:00から

所文化会館 会議室1～3、和室

料短歌の部のみ400円

●記念講演

時14:30から

所文化会館 第3ホール

内「川柳の魅力語る」

師浜口剛史さん

●表彰式

時15:30から

◆市民囲碁将棋大会

時11月2日(土)

9:30受け付け 10:30開始

料1,000円程度(弁当代含む)

他囲碁・将棋ともに無料体験があります

●囲碁

所文化会館 第3ホール

問文化協会 今井

(☎090-7311-0153)

●将棋

所文化会館 第4ホール

問文化協会 西村

(☎080-4222-3566)

◆川柳大会

時11月4日(休) 10:00受け付け

11:30投句締め切り

所文化会館 第3ホール

内お題は「会」「者」「定」「離」

料投句料1,500円(弁当代含む)

問文化協会 高橋

(☎090-3968-3592)

◆趣味教養・生活文化展(無料)

時11月3日(祝)・4日(休)

10:00～17:00(4日は16:00まで)

所文化会館 第1・3・4展示室

内生け花、盆栽、

愛石、山野草、

人形ほか趣味の

会、長寿の会の

作品展示



問文化協会 服部 ☎331-1511、

杉本 ☎374-3067

◆合唱祭(無料)

時11月24日(日) 開演13:15

所文化会館 第2ホール

内文化協会加盟の16団体の合唱サークルの競演。フィナーレに会場全体で大合唱します

問文化協会 坂井 ☎326-3915

◆セントラル愛知交響楽団

「第4回定期演奏会ニューイヤークンサート2014」に300人をご優待

対市内に在住、または通勤する人で、満65歳以上の300人を、指定席1,500円で優待

時平成26年1月19日(日)

開演13:30

所文化会館 第1ホール

内セントラル愛知交響楽団と四日市で活動する団体などの共演

指揮者:古谷誠一

■一部 バレエ:石井アカデミー・ド・バレエ

チャイコフスキー作曲「くるみ割り人形」第2幕より

■二部 ミュージックベル:ティンカーベル&ミュージックパレット
ビゼー作曲 オペラ「カルメン」より前奏曲アラゴネーゼ
合唱:ムーシケ少年少女合唱団「リトルビーンズ」

うたとお話:森やよい「赤いろうそく」(原作:新美南吉 作詞・作曲・台本:横山裕美子)

■三部 ドヴォルザーク作曲 交響曲9番ホ短調作品95「新世界より」

申11月22日

(必着)までに、郵便番号、住所、



名前、電話番号を、はがき(1枚1人に限るが、夫婦の場合は、その旨を記入して2人可)で、〒510-0057 昌栄町21-10 文化協会「ニューイヤークンサート2014」係へ。応募多数の場合は抽選(当選者には11月30日までに案内状をお送りします)

他優待以外でも、次の料金でご覧いただけます。

指定席3,000円(当日3,300円)、

自由席2,500円(当日2,800円)、

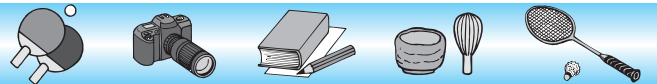
小学～高校生1,000円(当日1,200円)

文化会館、チケットぴあで発売中

問文化協会 西村

(☎080-4222-3566)

イベント・講座一覧



日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月1日(金) 12月27日(金)	平日14:40 ～15:30 土曜日16:00 ～16:50 プラネタリウム星空 番組「星空キャス ターにおまかせ～彗 星特集～」	博物館 5 階 プラネタリウム	料 一般530円、高校・大学生 370円、小・中学生200円、 幼児無料	博物館 ☎355-2700 FAX355- 2704 月曜日休館(祝日 の場合はその翌日)	(1)
11月2日(土)	9:30 ～ 16:00 雑誌のリサイクル	楠公民館 1 階 図書室前ホ ール	内 不用となった雑誌・本をお 譲りします。1人5冊まで	楠公民館図書室(☎397- 2277 FAX397-2160 月曜日、祝日休館)	無料
	15:00 ～ 15:30 紙芝居	あさけプラザ 1 階 図書館	当日、参加自由	あさけプラザ図書館(☎363- 0102 FAX361-1990 月曜日 休館(祝日の場合はその翌日))	無料
	16:00 から 博物館 プラネタリウム休止	生演奏コンサート開催のため、季節番組の投 映を休止します		博物館(☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館 (祝日の場合はその翌日))	
11月2日(土) ～4日(休)	10:00 ～ 16:00 こども四日市2013	こども四日市市民 センター受け付け (諏訪公園内)	対 小学生(未就学児も参加で きます) 料 200円 他 雨天実施	すわ公園交流館(☎350-8411 FAX350-8412 月曜日休館(祝 日の場合はその翌日))	(2)
11月3日(祝)	14:40 から 博物館プラネタリウ ム放映変更	博物館開館20周年記念番組放映のため、テ マ番組の放映を休止します		博物館 ☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合は その翌日)	(3)
11月4日(休)	14:00 ～ 15:30 ミュージアムセミナー 第3回「日本近代洋 画の黎明」	博物館 1 階 講座室	師 豊橋市美術博物館館長 金原宏行さん 定 70人(当日、 先着順) 料 200円		
11月7日(木)	10:00 ～ 16:00 サービスデー (毎月第1木曜日)	茶室「洒翠庵」 (鶴の森公園内)	当日、参加自由 内 和菓子に時季の ものを添えて(数量限定) 料 一般400 円 他 いす席。入席は15:40まで	洒翠庵(☎/FAX352-4960 月曜日休館(祝日の場合は その翌日))	
11月7日(木)・ 8日(金)	10:00 ～ 17:00 (8日は 16:00まで) 第11回リーディング 産業展みえ	四日市ドーム	内 製品・技術の展示、出展企 業によるプレゼンテーション、 セミナー、商談会など	工業振興課(☎354-8178 FAX354-8307) 第11回リーディング産業展みえ 実行委員会事務局(☎059-224- 2393 FAX059-224-2480)	無料
11月9日(土)	9:00 ～ 12:00 定期普通救命講習	楠総合支所	11月2日までに、電話で、防 災教育センターへ 対 市内に 在住、または通勤、通学する 人 定 30人(先着順)	防災教育センター (☎365-3119 FAX364- 6095 9:00～17:00 月曜日、祝日休館)	無料 (4)
	11:00から (10:30受け 付け開始) 子ども映画祭り	塩浜児童館 ホール	10月22日以降に、電話で、同館 へ 対 幼児～小学生(幼児は保 護者同伴) 定 100人(先着順)	塩浜児童館 (☎/FAX346-7332 日・月曜日、祝日休館)	(5)
	13:30 ～ 16:00 女の子のための エコ講座 「お試し♡ 布ナプキンづくり」	環境学習セン ター	11月1日(必着)まで 対 市内 に在住、または通勤、通学す る中学生以上の女性 定 20 人程度(先着順) 料 100円	環境学習センター(☎354- 8430 FAX354-8431 info@eco-yokkaichi. com 日・月曜日休館)	(6)
	14:30 から 絵本ライブラリー	市立図書館 1 階 児童室	当日、参加自由 内 第一部は、絵 本ライブラリーによる絵本の読 みきかせなど。第二部では、あなた のお気に入りの本を読みますよ	市立図書館(☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第 2・4火曜日休館)	無料

イベント・講座の詳細情報

(1) プラネタリウム星空番組

「星空キャスターにおまかせ～彗星特集～」

内今年注目の美しい尾をもつ「太陽系の旅人」
彗星とはいったいどんな天体なのか。星空解
説とともに、アイソン彗星の話題をお届けし
ます

(2) こども四日市2013

あそんで・かせいで・まちをつくっちゃう。
銀行、モデル、フリーマーケットなど、遊び
ながら仕事や社会の仕組みを体験できる子ど
もだけの街が諏訪公園に出現。

他「こども四日市2013」で「円」から「ヨー」
への両替はしません。また「こども四日市」

のすべてのイベントでは「ヨー」から「円」へ
の両替(現金の払い戻し)はしません

(3) ミュージアムセミナー

第3回「日本近代洋画の黎明」

内開館20周年特別展「日本近代洋画への道」
の関連講座。気鋭の研究者による、洋画の巨
匠たちの作品の見方に迫る美術セミナー。画
家の人生と作風の変遷などを分かりやすい解
説でお話しします。この後、「レンブラント」と
続きます

(4) 定期普通救命講習

内心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)
の使用法、異物除去など

他訓練用人形を使った実技訓練も行いますの
で、動きやすい服装で受講してください

(5) 子ども映画祭り

内映画「からすのパンやさん」と「どろぼう
がっこう」の鑑賞

他案内係やポップコーン屋さんなど、映画祭
り運営スタッフも募集中(小学生以上の人)

(6) 女の子のためのエコ講座「お試し♡布ナプキンづくり」

内お肌にも地球にもやさしい布ナプキン。身
近にあるハンカチを使った簡単なもの、一般
的なものの2タイプを手縫いで作ります

持タオルハンカチ2枚(約20センチ四方)、
ソーイングセット(縫い針、マチ針、手縫い
用糸、裁ちバサミなど) **申**住所、名前(参加
者全員)、電話番号、年齢を、はがきかファク
ス、Eメールで、〒510-0093 本町9-
8 環境学習センター「布ナプキン」係へ

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月9日(土)	15:00 ～ 15:30 おはなし会	楠公民館 1 階 ロビー	当日、参加自由 ☑もたらうの会による読みきかせ	楠公民館図書室 (☎397-2277 ☎397-2160 月曜日、祝日休館)	無料
	16:30 から 奥村優の クラシック 夕映えコンサート	文化の諏訪駅	料2,000円 (高校生以下1,000円) 文化会館で販売	文化国際課 (☎354-8239 ☎354-4873) 四日市クラシックファンクラブ (☎080-4222-3655)	(7)
11月10日(日)	10:00 ～ 11:30 伊藤桂一さん 講演会 「戦記作家とな って、そして今」	市立図書館 2 階 ホール	10月31日(必着)まで ☑四日市出身の直木賞作家伊藤桂一 さんの講演会 定90人 (応募多数の 場合は抽選) 料500円 (資料代)	市立図書館 (☎352-5108 ☎352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	(8)
	10:00 ～ 16:00 全国小京都 和菓子めぐり (毎月第2日曜日)	茶室「洒翠庵」 (鶴の森公園内)	当日、参加自由 ■「栗里亭」(長野 県飯田市) 料一服400円 他30個 限定 (無くなった場合、通常の和菓 子)。いす席。入席は15:40まで	洒翠庵 [〒510-0074 鶴の森一丁目13-17 ☎/☎352-4960 月曜日休館 (祝日の場合 はその翌日)]	
	13:30 ～ 15:30 茶道体験教室 野点 (松尾流)		前日までに、住所、名前、電話番号 を、はがきか電話、もしくは直接、 同庵へ 定30人 (先着順) 料800 円 他扇子、懐紙などの貸し出し可		
	開演 14:00 (開場 13:30) 国際交流 チャリティー ライブ	文化の諏訪駅	当日、参加自由 ☑演奏者と来客者 が一体となって楽しめるアコーステ ィックライブ。外国人と、音楽を通 じて交流を深めます	文化国際課 (☎354-8239 ☎354-4873) 楽園倶楽部 谷崎 (☎090-7686-4005)	無料
	14:30 から おはなし ぎんのかい	市立図書館 1 階 児童室	当日、参加自由 ☑銀の権のおはなし会。おはなしの 時間をゆっくりと楽しんでください	市立図書館(☎352-5108 ☎352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
	開演 18:30 第26回 中庭コンサート	あさけプラザ 中庭 (雨天の 場合は、1 階 ロビー)	当日、参加自由 ☑津軽三味線「いこい」の皆さんに よる津軽三味線ライブ	あさけプラザ [☎363-0123 ☎363-0129 月曜日休館 (祝日の場合 はその翌日)]	無料
11月11日(月)	13:30～ 16:00 (開場12:30) 四日市市 社会福祉大会	文化会館 第1ホール	当日、参加自由 ☑社会福祉協議会 会長 伊藤八幸 さん	社会福祉協議会 (☎354-8265 ☎354-6486)	無料 (9)
11月12日(火)	13:30 ～ 15:30 がん患者と家族 のためのおしゃ べりサロン in 四日市	総合会館7階 第1研修室	当日、参加自由 ☑がん患者とその 家族 ☑同じ病気の人の話を聞いたり、 自分の悩みを聞いてもらったり、誰にも 言えない心のうちを話に来てください	健康福祉課 (☎354-8281 ☎359-0288)	無料
	14:00 ～ 15:00 歌声喫茶♪ みんなで歌って 気分爽快!! (毎月第2火曜日)	すわ公園 交流館	当日、参加自由 ☑懐かしの歌謡曲や童謡を楽器の生 演奏に合わせて大合唱	すわ公園交流館 [☎350-8411 ☎350-8412 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌日)]	無料
11月12日(火) ～24日(日)	10:00～ 21:00 税金展	ララスクエア 四日市4階	☑税に関する児童、生徒の作品 (習 字、作文、絵はがき) 展	市民税課 (☎354-8132 ☎354-8309)	無料
11月13日(水)	10:00 ～ 11:30 第4回 消費者講座	総合会館7階 第1研修室	当日、参加自由 ☑「知っておきたい 食品の表示」～有機食品・遺伝子組 み換え食品・期限表示について～ ☑東海農政局津地域センター表示企 画指導官 鈴木由紀子さん 他託児 あり (無料。同協会に事前に要申し込み)	市民・消費生活相談室 (☎354-8147 ☎354-8452) 四日市消費者協会 (☎357-5069)	無料
11月14日(木) ・15日(金)	博物館 プラネタリウム 休止	学校団体向けの投映のみを行いますので、季節番組 の投映は休止します		博物館 [☎355-2700 ☎355-2704 月曜日休館 (祝日の場合はその翌日)]	

(7)奥村優のクラシック …夕映えコンサート

☑セントラル愛知交響楽団団
員との共演によるヴァイオリ
ンの名曲をお楽しみください



(8)伊藤桂一さん講演会 「戦記作家となって、そして今」

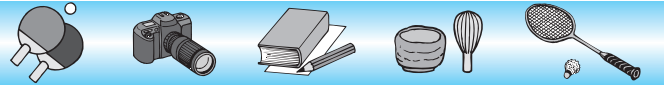
☑住所、名前 (フリガナ)、電話
番号を、往復はがき (1人1枚)
で、〒510-0821 久保田一
丁目2-42 市立図書館へ



(9)四日市市社会福祉大会

☑第一部 式典 福祉功労者の表彰など 第
二部 講演「幸せに老いるには～老年医学の
立場から～」 他託児あり (事前に、要申し込
み) 手話通訳、要約筆記があります。赤外線
誘導ループ、磁気誘導ループを設置します

イベント・講座一覧



日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月14日・21日・28日 (いずれも木曜日)	11:00 から 赤ちゃん絵本の読みきかせ	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 ☒ 0歳児から ☒ 職員による赤ちゃん絵本の読みきかせ	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
11月16日(土)	9:00 ~ 12:00 親子ふれあい自転車教室	伊坂ダムサイフルパーク	11月1日まで ☒ 自転車に乗れない小学1~3年生 ☒ 10組(応募多数の場合は抽選) ☒ 600円(自転車貸出料および保険料) ☒ 雨天の場合は23日(祝)	四日市市文化まちづくり財団 (☎354-8328 FAX354-8349)	(10)
	9:30 ~ 15:30 司法書士による無料相談会	総合会館7階 第1研修室	当日、参加自由 ☒ 相続や借金返済などのトラブルに関する相談	市民・消費生活相談室 (☎354-8147 FAX354-8452) 三重県司法書士会 四日市支部 館 (☎351-5330)	無料
	10:30 ~ 12:30 橋北児童館秋まつり	橋北児童館	10月29日以降に、電話または直接、同館へ ☒ 幼児~中学生(未就学児は保護者同伴) ☒ 子どもスタッフが企画したゲームコーナー、お楽しみ企画、イリュージョンマジックショー、バルーンアートなど ☒ 80人(先着順)	橋北児童館 (☎/FAX331-8199 日・月曜日、祝日休館)	無料
	14:00 から 秋の絵本の読みきかせ	市立図書館 1階 児童室	☒ 中部読みきかせサークルによる絵本の読みきかせや手遊びなど。秋の気配を感じるような、拡大版のおはなし会です	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
	14:00 ~ 15:30 「すわも」の館で2014年カレンダー作り!	すわ公園 交流館	事前に、こどもの家(☎351-3933)へ ☒ 小学生以下の人(小学生未満の人は保護者同伴) ☒ 30人	すわ公園交流館(☎350-8411 FAX350-8412 月曜日休館(祝日の場合はその翌日))	無料(11)
	15:00 ~ 15:30 おはなしよっといで	あさけプラザ 1階 身体測定室	当日、参加自由 ☒ 語りの会どこいしよ会員によるおはなし会	あさけプラザ図書館(☎363-0102 FAX361-1990 月曜日休館(祝日の場合はその翌日))	無料
11月16日(土)10:00~17日(日)14:00 (1泊2日)	山登り隊 in 御在所岳!	少年自然の家	11月1日(必着)まで ☒ 40人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) ☒ 4,500円/人	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095)	(12)
11月16日(土) ~ 12月23日(祝)	9:30 ~ 17:00 開館20周年記念 館蔵品展Ⅱ (萬古焼)	博物館3階 サルビアギャラリー	☒ 四日市の伝統産業である萬古焼の名品を展示	博物館(☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌日))	無料
11月17日(日)	8:30 ~ 9:30 川と海のクリーン大作戦(鈴鹿川)	鈴鹿川本郷河川敷グラウンド(本郷橋上流)	当日、参加自由 ☒ 鈴鹿川派川分岐点~磯津橋の鈴鹿川右岸、鈴鹿川派川全域の川や堤防のごみを収集 ☒ 移動しやすい服装、軍手、タオル ☒ 小雨実施	河川排水課 (☎354-8357 FAX354-8404) 楠総合支所 (☎398-3111 FAX397-5754)	無料
	10:00 ~ 12:00 子ども博物館教室「親子で博物館探検」	博物館1階 講座室 他	11月7日(必着)まで ☒ 小・中学生とその親 ☒ 博物館のバックヤードの見学 ☒ 10組	博物館(☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌日))	無料(13)
	10:00 ~ 15:00 月釜(裏千家流)(毎月第3日曜日)	茶室「沏翠庵」(鵜の森公園内)	当日、参加自由 ☒ 一席800円 ☒ 他広間席。どなたでも参加できます(受け付けは14:30まで)	沏翠庵 (☎/FAX352-4960 月曜日休館(祝日の場合はその翌日))	
	13:00 ~ 17:00 みえ防犯キャンパス	四日市港ポートビル2階 ホール、14階 フォーラム うみてらす14	☒ 発表会「防犯意識の啓発について アンケート結果から」、地元シンガーソングライター「あつ」コンサート ☒ 200人(先着順)	みえ防犯キャンパス実行委員会(市民生活課内 ☎354-8179 FAX354-8316)	無料

イベント・講座の詳細情報

(10) 親子ふれあい自転車教室

親子で一緒に参加することで、親子の触れ合いを深めながら、楽しく上達していきます。
申住所、名前(参加者と保護者)、参加者の学年・身長、電話番号を、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0093 本町9-8 四日市市文化まちづくり財団(☎machidukuri@city.yokkaichi.mie.jp)へ

(11) 「すわも」の館で2014年カレンダー作り!

☒「すわも&パズル」「すわもフレンズ」のイ

ラストに好きな色を塗って、2014年のオリジナルカレンダーを作ろう

(12) 山登り隊 in 御在所岳!

標高1,212mの「御在所岳」に登ろう。秋の紅葉に染まった山を歩き、きれいな景色を楽しもう。☒小学4~中学3年生 **申**①郵送の場合:郵便番号、住所、名前(ふりがな)、電話番号、あればメールアドレス、学校名・学年、保護者の名前を記載した用紙を、80円切手を貼り自宅の宛名を書いた返信用封筒を同封の上、〒512-1105 水沢町1423-2 少年自然の家「山登り隊」係へ。グループで、

応募する場合は、全員分(1グループ4人まで)の必要事項を記載し、返信用封筒には代表者の宛名を書いてください ②Eメール(パソコンに限る)の場合:件名に「山登り隊」、本文に①と同様の必要事項を記載して少年自然の家(☎shizennoie@shopro.co.jp)へ

(13) 子ども博物館教室「親子で博物館探検」

申住所、名前(ふりがな)、電話・ファクス番号、学年、年齢を、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0075 安島一丁目3-16 博物館「親子で博物館探検」係(☎hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp)へ

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月17日(日)	13:30 ～ 15:30	樋口一葉の世界 ～奇跡の十四ヶ月～	文化の諏訪駅	内一葉の恋～別離とその後～ 師島崎藤村学会 市川雄二さん 定50人 料800円	文化国際課 (☎354-8239 FAX354-4873) 文化の諏訪駅 (☎/FAX354-5700)
	14:00 ～ 15:30	交流館Live♪ (音楽を自由に 楽しもう!)	すわ公園 交流館	当日、参加自由 ■出演 メロウトーンズ(ジャズ) 内ボーカル&キーボードの女性2人組 ユニットがジャズを演奏	すわ公園交流館 (☎350-8411 FAX350-8412 月曜日休館(祝日の場合はその翌日))
11月17日・24日、 12月1日・8日 (いずれも日曜日、 4日で1コース)	9:30 ～ 11:30	木炭で描く 人物デッサン講座 (全4回)	あさけプラザ 3階 美術室	10月27日9:00以降に、参加費を添えて、同プラザ窓口へ 内市内または三重郡に在住する20歳以上の人 師伊藤清和さん、植野のぞみさん 定20人(先着順) 料2,000円	あさけプラザ [☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館(祝日の場合はその翌日)]
11月18日(月)	9:30 ～ 11:30	乳幼児事故予防教室～今、事故が起こったらどうしますか?～	総合会館5階 集団指導室	11月11日まで 内市内に住民登録がある乳幼児の保護者 師日本赤十字社 三重支部 定30人(応募多数の場合は抽選)	こども保健福祉課 (☎354-8187 FAX354-8061)
11月20日(水)	13:30 ～ 15:00	11月高齢者講座 (健康体操)	あさけプラザ 1階 第2集会室	当日、参加自由 内60歳以上の人 師藤井信子さん	あさけプラザ[☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館(祝日の場合はその翌日)]
	15:30 から	おはなし会	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 内四日市おはなしの会「赤とんぼ」による、日本や世界のいろんな昔話の語りきかせ	市立図書館(☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)
11月22日(金)	9:00 ～ 16:45	観光バスで 「地場産業めぐり」 第3弾	じばさん三重 集合	11月8日(必着)まで 内納豆メーカー、鋳物工場、酒蔵などを巡る(桑名方面)	じばさん三重 (☎353-8100 FAX353-8104)
	9:30 ～ 12:00	「てづくりケーキ コンテスト」に参加 しよう	楠公民館1階 調理室	内市内に在住、または通勤、通学する人 内「ティモシーとサラ てづくりケーキコンテスト」(絵本)にちなんだケーキ作り 師橋本裕子さん 他託児はありません	楠公民館図書室 (☎397-2277 FAX397-2160 月曜日、祝日休館)
11月23日(祝)	13:30 ～ 15:30	ぜん息予防等 講演会	総合会館8階 視聴覚室	11月18日まで 内「息切れのない生活をめざして～気管支ぜん息の効果的な治療法～」 師市立四日市病院 呼吸器内科部長 池田拓也さん	環境保全課 (☎354-8278 FAX354-4412)
	14:30 から	おはなし会	市立図書館 1階 児童室	当日、参加自由 内語りの会どっこいしょによる日本や世界のいろんな昔話の語りきかせ	市立図書館(☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)
	15:00 ～ 15:30	絵本の 読みきかせ	あさけプラザ 1階 図書館	当日、参加自由 内中部読み聞かせサークル会員による読みきかせ	あさけプラザ図書館 [☎363-0102 FAX361-1990 月曜日休館(祝日の場合はその翌日)]
	17:30 ～ 19:00	きらら号スター ウォッチング 「見ごろの星と 星座を見よう」	市民公園 (博物館前)	当日、参加自由(天候不順時は中止) 内きらら号の大きな望遠鏡で見頃の星を楽しめます 持あれば星座早見盤、双眼鏡、望遠鏡	博物館 [☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌日)]
11月23日(祝) ～ 12月23日(祝)	10:00 ～ 18:00	じばさん三重 歳末市 「お歳暮フェア」	じばさん三重 1階 名品館	内萬古焼、伊勢茶など地場産品によるお歳暮をお値打ち販売	じばさん三重名品館 (☎/FAX353-8101)

(14) 乳幼児事故予防教室

～今、事故が起こったらどうしますか?～

内家庭内で起こる事故防止の具体的なポイントや、とっさの時に必要な応急手当て方法および心肺蘇生法の実技を交えながら学びます
申郵便番号、住所、保護者の名前、子どもの名前・生年月日、電話番号を、はがきか電話、ファクスで、〒510-0085 諏訪町2-2 こども保健福祉課へ
他託児はありません

(15) 観光バスで「地場産業めぐり」第3弾

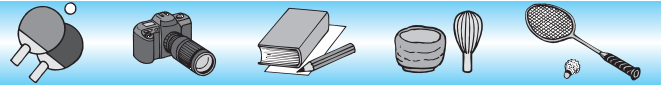
定40人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ11月15日までに連絡) 料1,200円(損害保険料を含む、当日徴収) 持昼食
申代表者の住所、全員(1枚につき代表者を含めて2人まで)の名前・年齢、電話番号を、はがきで、〒510-0075 安島一丁目3-18 じばさん三重「地場産業めぐり」係へ
(16)「てづくりケーキコンテスト」に参加しよう
定15人(応募多数の場合は抽選) 料1,000

円(材料費) 持エプロン、三角布、タオル
申11月5日～17日に、直接、同図書室へ

(17) ぜん息予防等講演会

定100人 申住所、名前、電話番号、託児の有無、講師への質問を、Eメールかファクス、フリーダイヤルで、講演会運営事務局 (☎yobou2013@p-unique.co.jp ☎0120-641-694 FAX0120-896-891) へ
他託児あり(無料)。要申し込み。1歳から未就学児。先着30人

イベント・講座一覧



日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報
11月24日(日)	10:00 } 11:30 古典で読み解く 江戸時代「東海道 中膝栗毛④」	博物館 1 階 講座室	※古文書初心者の人 定40人(当 日、先着順) 料200円(当日、イン フォメーションにて聴講券をお 買い求めください)	博物館【☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休 館(祝日の場合はその翌 日)】	
	10:00 } 12:00 コーヒブレイク 「バージニア」	国際交流セン ター(市役所 北館 5 階)	事前に、同センターへ ※バージニア出身の講師が、英語 でバージニアを紹介します 定40人 料200円	国際交流センター(☎353- 9955 FAX355-5931 ☒ yic@yokkaichi-shinko. com 火曜日、祝日休館)	
11月25日(月)	14:00 } 16:00 暴力追放三泗地区 市町民大会	総合会館 8 階 視聴覚室	当日、先着順 内暴力追放に関す る講演会など 師民事暴力弁護士 山本伊仁さん 定220人	市民生活課 (☎354-8179 FAX354-8316)	無料
11月26日(火)	13:30 } 15:30 市民園芸教室 樹木コース	農業センター (赤水町)	11月5日(必着)まで 定20人(応募多数の場合は抽選) 料200円	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)	(18)
11月27日(水)	15:30 から おはなし びっくりBox	市立図書館 1 階 児童室	当日、参加自由 ※Canによるおはなし会。ちょっ とした遊びもあるかも	市立図書館(☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料
11月28日(木)	10:00 } 11:45 大正琴大好き！ どんぐり音楽会♪ (毎月第4木曜日)	すわ公園 交流館	当日、参加自由 内懐かしの名曲を 大正琴や得意な楽器で演奏しよう。 歌での参加も大歓迎。大正琴の体 験演奏もできます ※あれば得意 な楽器(ハーモニカ、フルートなど)	すわ公園交流館 【☎350-8411 FAX350-8412 月曜日休館(祝日の場合 はその翌日)】	無料
11月29日(金)	9:00 } 15:00 シクラメン 展示即売会	農協会館 8 階 (浜田町)	※鮮やかな冬の彩りを飾るシクラ メン、ポインセチアを販売	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)	
11月30日(土)	10:00 } 12:00 読みきかせ入門	市立図書館 3 階 会議室	11月13日(必着)まで ※市内に在住する人 定25人(応募多数の場合は抽選)	市立図書館(☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料 (19)
12月1日(日)	13:30 } 15:30 茶道体験教室 盆点(表千家流)	茶室「泗翠庵」 (鶴の森公園内)	前日までに、住所、名前、電話番号 を、はがきか電話、もしくは直接、同 庵へ 定30人(先着順) 料800円 ※扇子、懐紙などの貸し出し可	泗翠庵【〒510-0074 鶴 の森一丁目13-17 ☎/FAX 352-4960 月曜日休館 (祝日の場合はその翌日)】	
12月7日(土)	9:00 } 12:00 四日市の身近な自然調べ いきもの ミステリーコース 第2回「木のヒミ ツをさがれ!」	泊山小学校・ 南部丘陵公園	11月25日(必着)まで ※市内に在住する小・中学生とそ の保護者 定20人(追加募集。応 募多数の場合は抽選。当選者のみ 通知) ※雨天実施	環境学習センター (☎354-8430 FAX354-8431 ☒info@ eco-yokkaichi.com 日・月曜日休館)	無料 (20)
12月7日(土)10:00~ 8日(日)14:00 (1泊2日)	ミステリー キャンプ	少年自然の家	11月13日(必着)まで 定40人(1グル ープ4人まで。応募多数の場合は抽選。市内 に在住する人を優先) 料4,000円/人	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095)	(21)
12月8日(日)	9:30 } 13:00 簡単お節料理教室	あさけプラザ 2 階 料理室	11月3日9:00以降に、参加費 を添えて、同プラザ窓口へ 定20 人(先着順) 料700円(材料費)	あさけプラザ【☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館 (祝日の場合はその翌日)】	(22)

イベント・講座の詳細情報

(18) 市民園芸教室 樹木コース

※松の剪定(講義および実習。ただし雨天の場合は講義のみ) ※郵便番号、住所、名前(ふりがな)、電話番号を、はがきで、〒512-1204 赤水町971-1 農業センター「樹木コース」係へ

(19) 読みきかせ入門

※家庭で子どもや孫に絵本を読んできかせる
ときのちょっとしたコツを学んでみませんか
※市立図書館職員 ※住所、名前、電話番号、
託児を希望する人は子どもの名前(ふりが
な)・年齢を、往復はがき(1人1枚)で、〒
510-0821 久保田一丁目2-42 市立図
書館「読みきかせ入門」係へ

※子どもの同伴受講はご遠慮ください。託児
あり。未就学児のみ。事前に要申し込み

(20) 四日市の身近な自然調べ いきものミ
ステリーコース 第2回「木のヒミツをさがれ!」

※木が生まれてから大きくなるまでには、ど
んな物語があるかな。見て、触って、考えて
「木」に隠れたすごいパワーを学ぼう
※保護者の住所・電話番号、参加者全員の名
前・学校名・学年を、はがきかファクス、E
メールで〒510-0093 本町9-8 環境
学習センター「木のヒミツ」係へ

(21) ミステリーキャンプ

謎の怪盗によって盗まれてしまった、自然
の家のクリスマス。怪盗から届くミッション
を解いて、クリスマスを取り戻そう。

※小学4~中学3年生 ※①郵送の場合 郵

便番号、住所、名前(ふりがな)、電話番号、
あればメールアドレス、学校名・学年、保護
者の名前を記載した用紙を、80円切手を貼り
自宅の宛名を書いた返信用封筒を同封の上、
〒512-1105 水沢町1423-2 少年自
然の家「ミステリーキャンプ」係へ。グル
ープで応募する場合は、全員分の必要事項を記
載し、返信用封筒には代表者の宛名を書いて
ください ②Eメール(パソコンのみ)の場
合 件名に「ミステリーキャンプ」、本文に①
と同様の必要事項を記入して少年自然の家
(☒shizennoie@shopro.co.jp)へ

(22) 簡単お節料理教室

※市内または三重郡に在住する20歳以上の
人 ※市山咲子さん ※エプロン、筆記用具、
タオル

博物館開館記念日 無料開放 11月3日(祝)

博物館 [☎355-2700 FAX355-2704
月曜日休館 (祝日の場合はその翌日)]

時 11月3日(祝) 9:30~17:00

■対象の催し

- 開館20周年記念特別展Ⅲ「日本近代洋画への道」
- プラネタリウム開館20周年記念番組「光が彩るよっかいちこにゅうどうくんと行くナイトツアー!」(10:30・13:20・14:40・16:00)

他 プラネタリウムは、席数に限り(各回155席)があるため、当日、1階受け付けにて、下記のとおり放映前に整理券を配布します(1人につき5枚まで配布)

回	整理券の配布時間	放映開始時刻
第1回	9:30から	10:30
第2回	12:30から	13:20
第3回	14:00から	14:40
第4回	15:00から	16:00

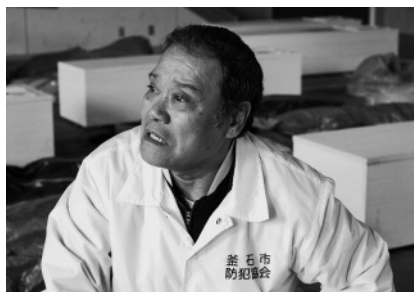
じんけんフェスタ2013

人権センター (☎354-8609
FAX354-8611 日曜日・祝日休館)

所 文化会館 料 入場無料

他 講演会とコンサートには手話通訳、託児(1歳~就学前の児童。11月28日までに要申し込み)あり

◆映画「遺体 明日への十日間」



©2013フジテレビジョン

時 12月7日(土) 15:00から

所 第1ホール

内 2011年3月11日、あの未曾有の災害に直面し、困難な状況と向き合った人々がいた。彼らには、悲しむ時間さえ無かった

■出演 西田敏行ほか

◆宮川俊二さん講演会

「今、私たちができること~キャスターから見た消費者の過去・現在・未来~」

時 12月8日(日)
10:20~12:00
(9:30受け付け開始)

所 第3ホール

内 悪質商法の事例

やテレビからの情報の選別の大切さなど、消費者の自立についてわかりやすく話します 定 200人(先着順)

申 事前に、名前、電話番号を、電話で、市民・消費生活相談室(☎354-8147 FAX354-8452)へ



◆人権週間記念講演

沢田知可子「ココロとカラダに優しい歌謡を」"生きる力"コンサート

時 12月8日(日)
14:00から

所 第1ホール

内 「会いたい」でおなじみの沢田さんによるトーク&コンサートです



他 要約筆記、赤外線補聴システムあり

◆人形劇「ぶんぶく茶がま」「おばあさんとマリーちゃん」

時 12月8日(日) 10:00から

所 第4ホール

内 人形劇団むすび座による子どもむけの人形劇

◆展示、表彰式

時 12月8日(日) 9:30~16:30

所 展示棟・第4ホール・中庭など

内 人権啓発の取り組みを紹介するパネルなどの展示、中学生人権作文優秀作品朗読会・表彰式、人権啓発ポスター表彰式など。工作などの体験コーナー、こにゅうどうくんととの撮影会、プラレール走行展示、「三重のご当地グルメ」の販売もあります

四郷歴史ウォーキング

四郷地区市民センター
(☎321-2021 FAX320-2090)

四郷が誇る歴史あるまち並み、近代化産業の文化遺産、風致地区の紅葉色づく美しい小道(秋の小径)を訪れてみませんか。

時 12月1日(日) 9:10~15:00
[8:50受け付け、雨天時は8日(日)]

所 四郷地区市民センター集合・解散

■コース 四郷地区市民センター→本誓寺→西光寺→鳥居跡→常夜燈→吉田神社→ふるさとの道→秋の小径(昼食)→伊藤小左衛門兄弟の墓→亀山製糸室山工場→室生神社→法蔵寺→神楽酒造→四郷地区市民センター 約5km

師 四日市案内人協会 田中明郎さん
定 50人程度(先着順)

料 100円(資料代)

持 昼食、お茶、タオル、帽子、動きやすい服装、歩きやすい靴

申 10月28日以降に、同センターへ

高齢者を対象とした 初心者パソコン講座

シルバー人材センター
(☎354-3670 FAX351-4830)

対 市内に在住する60歳前後のパソコン初心者

時 ①11月25日(月)~28日(木)

②12月2日(月)~5日(木)

午前の部(9:00~12:00)

午後の部(13:00~16:00)

所 シルバー人材センター2階
研修室(十七軒町)

内 初歩のパソコン基本操作

定 各23人(応募多数の場合は調整)

料 1,000円(テキスト代)

申 10月25日以降に、住所、名前、電話番号、年齢、講座日時(①・②および、午前・午後)を、往復はがきで、〒510-0063 十七軒町9-10 シルバー人材センター「パソコン」係へ

四日市ドーム エンジョイ硬式テニス教室

四日市ドーム内教室係
(☎330-3131 FAX330-3133)

時小学生コース：11月13日～12月18日の水曜日 全6回
18：00～19：00
一般コース：11月13日～12月18日の水曜日 全6回
19：15～20：15

所四日市ドーム

内テニスを初めて習う人、ラリーやサーブ、ボレーが苦手な人、フォームが不安定な人にお薦めの教室

師四日市テニス協会、(社)三重スポーツ推進会

定各24人(応募多数の場合は抽選)

料各コース8,400円

申11月6日までに、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、教室名を、往復はがきで、〒510-0012 大字羽津甲5169 四日市ドーム内教室係へ

他締め切り日以降も、定員に達していない場合は受け付けますので、電話で確認をお願いします。各教室は保険に加入しています

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

はもりあ四日市 (☎354-8331
FAX354-8339 ☒kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp
日・月曜日、祝日休館)

◆DV防止講演会「声なき声を聴くDV相談」をめざして

DV被害者とその子どもたちのために私たちちがどうつながっていけばよいのか、一緒に考えてみませんか。



時11月14日(木) 14：00～16：30

所総合会館7階 第1研修室

師元四日市市婦人相談員、高田短期大学非常勤講師 鈴木文子さん

定100人 **料**無料

申講演名、住所、名前、電話番号、託児の有無(希望する場合は子どもの名前・年齢)を、電話かファクス、Eメールで、はもりあ四日市へ

他託児あり(無料。11月8日までに要申し込み)

ステップアップ エコカレッジ スキルアップ編

環境学習センター (☎354-8430
FAX354-8431 火～土曜日9：00～17：00 日・月曜日、祝日休館)

対自然保護に関心のある人やこれまでにリーダー養成講座やステップアップエコカレッジを受講した16歳以上の人

時内

第1回 11/14 (木) 9：00 ～ 16：30	内 バス視察研修 家電リサイクル工場と市の環境施設の見学 見学先 中部エコテクノロジー、南部浄化センター、南部埋立処分場
第2回 11/30 (土) 10：00 ～ 15：30	所 環境学習センター 内 ①いさものを楽しむ庭～チョウを呼ぶガーデニング ②雨の行方～雨水タンクのススメ 師 四日市農芸高等学校教諭 前田竜矢さん
第3回 12/14 (土) 10：00 ～ 15：30	所 環境学習センター 内 ①水環境保全の市民活動、失敗と反省の25年～わが終活 オオサンショウウオの保護と川づくり会議みえ～ ②エコ工作体験 a. 竹工作コース「四海波花かご作り」、b. 紙すきコース 師 川づくり会議みえ 代表幹事 川上聡さんほか

定各40人、第3回②エコ工作体験は各20人(応募多数の場合は修了生、連続受講生を優先して抽選。当選者のみ通知)

料第3回の竹工作コースのみ300円(材料代)

申11月1日(必着)までに、住所、名前、電話番号、年齢、参加希望、

日、第3回は希望コース(aかb)、あれば環境に関する活動歴や所属団体などを、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0093 本町9-8 環境学習センター「エコカレッジ」係(☒info@eco-yokkaichi.com)へ

他連続受講が原則ですが、1日単位で個別受講も可能です。締め切り日以降も、定員に達していない場合は受け付けます

四日市健康 フェスティバル

三重北勢健康増進センター
(☎349-3311 FAX348-0017)

時12月1日(日) 10：00～15：00

所ヘルスプラザ(塩浜町)

■相談コーナー 鍼・灸、マッサージ、こころ、薬、禁煙、歯、姿勢

■体験コーナー 気功体操、血圧、骨強度、血管年齢、体脂肪測定、介護予防チェック、入れ歯クリーニング(先着30人)、歯周病検査(だ液検査先着100人)、鍼灸マッサージ、歯みがき指導、矯正診断(先着10人)

■ボランティアコーナー 高齢者の食育、介護予防ストレッチ、ステキ健康おどり、知ってほしい！精神障害(体験発表)

■その他 「小児はり」の紹介、工芸品と小物類、パン販売など

料無料(販売物などは有料)

他運動施設の無料開放も同時開催します

◆総合判定(血圧、骨強度、血管年齢、体脂肪測定)

定30人(10：00から 毎時各6人。応募多数の場合は抽選。結果は11月下旬に発送予定)

申11月15日(必着)までに、住所、名前、電話番号、希望時間(午前・午後)を、往復はがきで、〒510-0851 塩浜町1-11 三重北勢健康増進センター「総合判定申込」係へ



毎月 第3日曜日は「家庭の日」!

家族のふれあいを深めましょう!



さんかくカレッジ2013

はもりあ四日市 (☎354-8331 FAX354-8339) kkyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp 日・月曜日、祝日休館)

◆一緒に考えませんか? 心豊かな高齢期を迎えたいあなたへ・・・

終末を迎えるまでの人生を、生き生きと、男女ともに協力して社会とかかわりを持ちながら自立した生活を送る。そんな一歩を踏み出すためのセミナーです。

対市内に在住、または通勤、通学する人

時	内
第1回 11/22(金) 13:30~15:30	高齢期を迎えるための整理収納と過ごし方 師 整理収納アドバイザー 認定講師 中村 恭子さん
第2回 12/13(金) 13:30~15:30	おしゃべりを楽しみながら小物づくり 師 暮らしの夢プラン 佐藤 澄子さん
第3回 1/19(日) 13:30~15:30	アクティブエイジングのための基礎知識 師 日本福祉大学准教授 白石 成明さん
第4回 2/16(日) 13:30~15:30	高齢者のコミュニティづくり 師 ライフサポート三重 西運宮委員長 田中 絃美さん

所本町プラザ6階 会議室

定40人 (先着順)

料4回通して1,000円

他託児あり (無料。6カ月~小学3年生程度。11月12日までに要申し込み)

申11月1日9:00以降に、講座名、住所、名前、電話番号、託児の有無(希望する場合は子どもの名前・年齢)を、電話かファクス、Eメールで、はもりあ四日市へ

吹奏楽コンサート in よっかいち

文化協会 (☎/FAX351-3729)
火~金曜日の13:00~17:00)

時11月24日(日) 開演14:00

所文化会館 第1ホール

内公募による吹奏楽経験者と四日市吹奏楽団、風の谷ウィンドアンサンブルの演奏

料500円

◆無料招待

対市内に在住、または通勤、通学する人

定50人 (応募多数の場合は抽選。当選者のみ通知)

申11月10日 (必着) までに、住所、名前、電話番号、希望人数を、はがきかファクスで、〒510-0057 昌栄町21-10 文化協会「吹奏楽」係へ

子どもを虐待から救うために ~11月は児童虐待防止推進月間~

こども保健福祉課家庭児童相談室
(☎354-8276 FAX354-8061)

虐待によって小さな子どもが犠牲になる事件が後を絶ちません。

市内の平成24年度虐待相談363件の内訳

被虐待者年齢別 (数字は件数)

3歳未満	92
3歳~就学前	101
小学生	120
中学生以上	50

◆あなたの一声が命を救います 周りにこんな子はいませんか?

- 不自然な傷がある
- いつも汚れた同じ服を着ている
- なかなか家に帰ろうとしない
- 大人を極度に恐れる
- 自分の手や足を傷つける

これらは児童虐待のサインかもしれません。子どもの異変に気付いたら、迷わず、通告や相談をお願いします。通告者の秘密は守られます。

■通告先

子どもの虐待防止ホットライン
(☎353-5110)

全国共通ダイヤル【24時間対応】
(☎0570-064-000)

三二情報

◆ギャラリーゆき (昭和薬局店内 沖の島町)
問同ギャラリー (☎/FAX352-2277)

●秋の刺し子展 (無料)

時11月9日(土)まで

内刺し子で作ったバッグ、エプロン、テーブルセンター、ベストなど約30点展示

●市民寄席 ねむ亭安楽 (無料)

時11月12日(火) 14:30~15:00

内新作落語の自作自演

◆だめマクラブ

時10月31日(木) 10:00~12:00 (当日、参加自由)

所コミュニティサロンいせや (本町)

内子育てで忙しい毎日、自分の気持ちを話し、聴いてもらう時間を持ちませんか?

料300円 (茶菓子代)

問またまたご 北川 (☎090-6091-8581)

◆秋の花と緑の総合展 (入場無料)

時11月3日(祝) 4日(休) 10:00~17:00

(4日は16:30まで) **所**文化会館 第3展示室

内山野草、盆栽、洋ランなどの展示・即売

他チューリップ球根5球入り1袋または花の種を差し上げます (両日先着150人)

問よっかいち花の会連盟 辰谷 (☎345-9116 FAX345-9116)

◆自然体験村「収穫祭」参加者募集

時11月4日(休) 9:00~12:00 (雨天実施)

所曙光園温室前(水沢野田町) **内**さつまいも、

さといも、生姜などの収穫体験、焼き芋大会、

あずま太鼓の演奏 **定**250人 (先着順) **料**中学生

以上800円、小学生500円、小学生未満無料

申事前に、同事務局 田中 (☎329-2814)へ

◆簡単! セルフ整骨健康法

時11月5日(火) 10:30から・13:00から・

14:30から **所**暮らしを楽しむ菫の家(采女町)

内陰圧の刺激で体を整える健康法。ご自身で簡

単にできるよう分かりやすく指導します

料1,000円 (抹茶と和菓子付き) **申**11月2日

までに、古市 (☎090-2181-3824)へ

◆国指定天然記念物御池 沼沢植物群落

自然観察会 (無料)

時11月9日(土) 9:00~12:00 (雨天実施)

所東部指定地(西坂部町御館) 集合

内ホソバリンドウ、ヤマラッキョウなど、晩秋

の自然を楽しめます。夏の植物もまだ残ってい

ます **持**湿地の観察ができる服装、靴

問よっかいち緑の会 石川 (☎321-0475)

◆第17回 きららまつり (無料)

時11月9日(土) 9:50~15:10

所特別支援学校北勢きらら学園

内午前:子どもたちの学習発表 午後:太鼓演

奏、創作教室、体験教室、舞台など **問**同学園

金澤 (☎327-1523 FAX327-0543)

◆ブルフェスタ (入場無料)

時11月9日(土) 10:00~15:00 (小雨実施)

所垂坂山ブルーミングハウス (別名三丁目)

内フリーマーケット、飲食物販売、各種公演、体験

コーナー、バザー、お楽しみ抽選など **問**ブルー

ミングハウス (☎331-8660 FAX331-3371)

◆三重FPフォーラム2013 in 四日市・ファイ

ナンシャルプランナーによる無料個別相談会

●個別相談会

時11月9日(土) 10:00から・11:00から・

13:00から・14:00から・15:00から 各

回2組 **所**文化会館 第2会議室

申事前に、日本FP協会三重支部 (☎0120-

874-018 平日10:00~16:00)へ

●講演会「どうなる?これからの相続税・贈与税」

時11月9日(土) 14:00~16:00 (13:30

から受け付け) **所**文化会館 第3ホール

師公認会計士・税理士 柘植里恵さん **定**120人

募 集

イベント・講座

募 集

募 集

募 集

健康づくりに携わる人の 運動指導講座 (保健事業指導者支援事業)

健康づくり課(☎354-8291 FAX353-6385)

対運動施設や保健福祉施設で運動指導者をはじめとした健康づくりに携わる保健師、管理栄養士、介護福祉士、健康運動指導士、健康運動実践指導者など

時11月24日(日) 10:00~15:00

所ヘルスプラザ(塩浜町)

内講義・実習「その運動、間違っていないか? ~運動の正しい行い方~」

定60人(応募多数の場合は抽選。結果は全員に通知)

料2,000円

申11月7日までに、住所(自宅・案内発送先)、名前、電話番号、生年月日、職種、勤務先、登録番号(健康運動指導士、健康運動実践指導者の人のみ)を、はがきか電話、ファクス、または直接、〒510-8601 健康づくり課(市役所3階)へ

募 集

公立保育園保育士(臨時職員)の登録者を募集

保育幼稚園課(☎354-8173 FAX357-5260)

対保育士資格を持っている人

■勤務条件 常勤週5日勤務

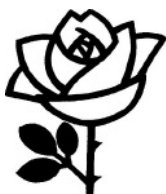
申履歴書と保育士証の写しを、直接、保育幼稚園課(総合会館3階)へ

バラを育ててみませんか

市街地整備・公園課
(☎354-8197 FAX354-8404)

南部丘陵公園のバラ園でバラを育ててみませんか。

四郷栗の木林をつくる会が、丁寧に指導してくれま
すので、初心者で



も安心して参加できます。

対時南部丘陵公園のバラ園で月3回以上、金曜日の午前中の作業に参加でき、少なくとも一年以上は継続できる人

所南部丘陵公園北ゾーン バラ園

内各自、一区画のバラ(8~10株程度)を育成・管理します

定10人(先着順)

申11月5日~15日に、電話で、同課へ

はもりあフェスタ チャレンジショップの 出店者を募集します

はもりあ四日市

(☎354-8331 FAX354-8339)

kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp 日・月曜日、祝日休館)

平成26年2月7日~9日の「はもりあフェスタ」において、起業を目指す女性を応援するための“チャレンジショップ”を開催します。手作り品の展示・販売のほか、ランチサービスや、ネイルアート、マッサージなどのサービス提供も歓迎します。

対市内に在住、または通勤、通学する、将来起業または事業拡大を考えている女性

時平成26年2月8日(土)

10:00~15:00

所本町プラザ1階 ホールほか

定30組程度(応募多数の場合は抽選。12月10日までに連絡)

申12月3日(必着)までに、所定の申込用紙を、ファクスかEメールで、はもりあ四日市へ。申込用紙は、はもりあ四日市(本町プラザ3階)、各地区市民センター、はもりあホームページ(<http://www.city.yokkaichi.mie.jp/danjo/index.shtml>)から入手できます

他託児あり(有料)。出店者説明会およびプチ起業入門講座[12月21日(土)10:00~12:00]に必ずご出席ください

◆「女性のためのプチ起業入門講座 ~営業編~」

プチ起業といえども小さな経営。収益性を見据え継続していくには、商品力と経営力、どちらも不可欠です。「自分ブランドの確立」や「名前を売り出す営業テクニック」などを学ぶ講座です。



対プチ起業を考えている女性

時12月21日(土) 10:00~11:30

所本町プラザ1階 ホール

師グッドライフ設計塾代表 菅田芳恵さん

定60人(先着順)

料無料

申11月1日9:00以降に、講座名、住所、名前、電話番号、託児の有無(希望する場合は子どもの名前・年齢)を、電話かファクス、Eメールで、はもりあ四日市へ
他託児あり(無料。6カ月~小学3年生程度。12月3日までに要申し込み)

平成26年度の 保育園給食用共同購入物資の 納入業者を募集

保育幼稚園課(☎354-8172 FAX357-5260)

申11月15日~29日に、保育幼稚園課(総合会館3階)にある所定の登録申請書を直接、同課へ



平成26年度納税通知書 送付用封筒裏面有料広告 を募集します

市民税課(☎354-8131 FAX354-8309)

納税通知書送付用封筒の裏面に掲載する広告(有料)を募集します。詳しくは、市民税課へお問い合わせください。

申11月22日までに、同課へ



「早ね 早おき 朝ごはん」市民運動 推進中！
地域ぐるみで、子どもの生活リズムを向上させよう！

市立四日市病院職員募集

市立四日市病院
(☎354-1111 FAX352-1565)

■募集職種・採用予定日

- ①薬剤師（正職員）
- ②助産師・看護師（正職員）
- ③助産師・看護師（正職員）
- ④助産師・看護師（嘱託職員）
- ⑤看護助手（嘱託職員）
- ①②平成26年4月1日
- ③～⑤平成26年1月1日

■募集人数

- ①3人程度 ②20人程度
- ③④10人程度
- ⑤1人程度

■受験資格 ①昭和54年4月2日以降生まれ、②～⑤昭和29年4月2日以降生まれなど（詳しくは、各募集案内をご覧ください）

■試験日時と場所

- ①平成26年1月18日(土)
- ②～⑤11月23日(祝)
- 9:00 市立四日市病院

■応募期限

- ①平成26年1月8日(水)
- ②～⑤11月13日(水)
- いずれも17:15必着

■募集案内請求先・応募先

〒510-8567 芝田二丁目2-37 市立四日市病院
①⑤総務課（内線5211）
②～④看護部（内線5035）

◆臨時看護師随時募集中

勤務時間帯・曜日相談に応じます。

雨水貯留タンクの設置費を助成します

河川排水課(☎354-8357 FAX354-8404)

近年、急速な宅地化が進み、地面がアスファルトやコンクリートで覆われることで、降った雨が地下に浸透しにくくなったため、集中豪雨時には以前より早く、かつ一度にたくさん雨水が河川へ流れ出るようになってきました。

市では、総合治水対策の一環とし、

て各家庭においても雨水流出抑制を図るため、雨水貯留タンクの助成制度を行っています。

■雨水貯留タンクとは

建物の雨どいにつないで屋根に降った雨水を貯留するタンクで、貯留した水は庭や草木への散水のほか、災害時の消火用水やトイレ用水などの生活用水にも利用できます



■市内の住宅もしくは集合住宅に雨水貯留タンクを設置し、適切な維持管理ができる人

■補助対象タンク 市販されている貯留容量が80リットル以上のもの

■補助金額

雨水貯留タンクの購入費の2分の1以内（1,000円未満は切り捨て）
1戸当たり1回限り、1基で30,000円を限度額とします

■雨水貯留タンク設置補助金交付申請書、見積書などを、河川排水課へ（タンク購入前に限る）

人権学習研修会に参加しませんか

人権センター(☎354-8609 FAX354-8611 日曜日、祝日休館)

人権に関する学習会への参加者に対して、参加費などの助成があります。（全額本人負担の場合のみ）

■市内に在住、または通勤、通学する人（年度内1人1回まで）

■対象学習会

●第65回全国人権・同和教育研究大会
時11月23日(祝)～24日(日)

所徳島市（アスティとくしまほか）

■助成額 市の交付要綱に基づき、参加費・交通費・宿泊費の2分の1（学生の場合は5分の4）

定10人程度（先着順）

申10月25日～11月8日に、同センターへ

他申し込み方法など、詳しくは同センターまでお問い合わせください

三二情報

◆ロバの音楽座①「ポロンポロン」②「森のオート」

対①3歳以下の親子 ②3歳以上の人
時11月9日(土) ①11:00から ②17:00から
所鈴鹿山麓研究学園都市センター きららホール（桜町）

料①2歳以下の親子2,000円、3歳の親子3,500円、2歳以下の子ども追加500円/人、3歳の子ども追加1,500円/人 ②3歳以上2,500円

他託児あり（11月2日17:00までに要申し込み。①4歳以上1,000円 小学生300円 ②0～3歳1,000円）

問子ども文化NET(☎351-6670 FAX351-6679)

◆合気道入門および護身術講習会

対中学生以上の人
時11月9日(土) 19:00～21:00

所朝明中学校 武道場
内安全な受け身と護身術の体験

定30人 料500円

問スポーツリーダーバンク指導員 有松(☎365-9753 19:00～21:00)

◆パステルマナアート～色と不思議な関係～

時11月9日(土)・12日(火) いずれも10:00～12:00 所Atelier Soi（諏訪町）

内T A交流分析・色彩心理を活用し、パステルを使ったアートワークを行う 師色彩心理士

森井佳子さん 料1,500円/回（材料費込み）

申事前に、森井(☎080-5006-0714 FAX337-8358 ⑤AtelierSoi39@gmail.com)へ

◆第14回「三重ふるさとウォーク」(無料)

時11月10日(日) 8:45～15:00（8:30から受け付け。雨天時は17日）

所三重小学校集合

■行き先 刑部神社、遍照院跡、江田神社・丹羽顕彰碑、浄蓮寺、足洗池、御池沼沢、文化財整理作業所ほか（約10km）

他昼食はヘルスメイトのおまかせ料理を提供（無料）申事前に、三重地区団体事務局(☎/FAX331-8282)へ

◆くるべ七夕祭の短冊に書く言葉の展示(無料)

時11月10日(日) 10:00～15:00

所あさけプラザ2階 久留倍まつり会場

内額でつづった言葉を短冊に書いて笹竹に飾ります。言葉作りの句会、展示物もあり

問久留倍遺跡運営委員会 松平(☎/FAX364-3305)

◆四日市歩こう会（小雨実施）

料200円（交通費自己負担）

持弁当、水筒、雨具

問同会 米川(☎/FAX365-9684)

①時所11月10日(日) 9:20 近鉄伊勢中川駅西口集合

■行き先 忘れ井、薬師寺、豊地神社、嬉野ふるさと会館、近鉄伊勢中川駅（解散）(13km)

②時所11月24日(日) 9:00 近鉄湯の山温泉駅集合

■行き先 もみじ谷、星の広場、少年自然の家、三共、近鉄大羽根園駅（解散）(12km)

◆劇団文学座「殿様と私」

時11月13日(水) 開演18:15

所文化会館 第2ホール

■出演 加藤武、たかお鷹 ほか

料入会金1,000円、会費2,800円/月（大学生2,000円 高校生1,000円）

申事前に、演劇鑑賞会(☎/FAX352-0371)へ

募らうの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

平成25年住生活総合調査にご協力ください

都市計画課(☎354-8214 FAX354-8404)

12月1日に、全国一斉の「平成25年住生活総合調査」が実施されます。この調査は、国土交通省が都道府県、市町村の協力のもと5年ごとに実施するもので、皆さんの住宅や住環境に対する主観的な評価や、今後の住まい方・改善計画などをお伺いし、国や地方公共団体が今後の住宅施策を行う上で重要な資料となるものです。

調査の対象となりましたお宅には、三重県知事が任命した調査員(市職員)が11月下旬に調査に伺います。

お答えいただいた内容は、統計以外の目的に使うことは法律で固く禁じられていますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

平成26年度の市民参加型事業を募集します

文化会館(☎354-4501 FAX354-4093)

平成26年4月1日から平成27年3月31日までに文化会館で開催される市民による市民のための舞台事業および展示事業を応援します。詳しい内容などは、お問い合わせください。

■12月28日(当日消印有効)までに、所定の申込書を、〒510-0075 安島二丁目5-3 四日市市文化まちづくり財団へ

「総合美術展」に出品しませんか

文化協会(☎/FAX351-3729
火～金曜日の13:00～17:00)

■市内に在住、または通勤、通学する中学生以上の人

■12月13日(金) 13:00～17:00
14日(土) 10:00～17:00
15日(日) 10:00～16:00

■文化会館 第1・3・4展示室

■書道、絵画、写真、工芸、彫塑、版画、押し花、俳画、尾張絵、人形などの展示。未発表の作品に限ります。1部門につき1人1点出

品できます。1点につき、1,000円の出品料が必要です

■11月1日～10日(必着)に、所定の用紙を、郵送かファクスで、〒510-0057 昌栄町21-10 文化協会「総合美術展」係へ詳しくは、文化会館、文化国際課(市役所5階)、文化協会にある応募要領をご覧ください

■文化協会 花井(☎090-1825-1595)

公共施設の指定管理者を募集します

道路管理課(☎354-8154 FAX354-8302)
財政経営課(☎354-8130 FAX359-0275)

■指定管理者募集施設(予定)

●施設名 四日市市近鉄四日市駅南・北自転車等駐車場

■募集要項について

公募する施設を所管する道路管理課(市役所6階)で募集要項を配布します。募集要項は、市ホームページでもご覧いただけます。

- 指定申請書の提出期間などは募集要項でご確認ください
- 指定管理者制度に係る基本方針や手続き等に関する条例などは、市ホームページ(<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu67535.html>)でもご覧いただけます

学童保育所の指導員を募集

こども未来課(☎354-8069
FAX354-8061 ☒kodomomirai@city.yokkaichi.mie.jp)

学童保育所で放課後の子どもたちと楽しく過ごしてみませんか。

■20歳から65歳くらいまでで子どもが好きな人であれば、資格、経験の有無は問いません。障害のある子どもの対応ができる人や、週に1日だけ、ボランティアとしてなどを希望される人も募集しています

■市内の学童保育所で、子どもとの

遊び・生活の指導など

■他各学童保育所での雇用になりますので、条件はそれぞれ異なります。応募する人は、指導員登録説明会に参加してください。年度ごとの登録になりますので、平成24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

■12月7日(土) 18:00から

■勤労者・市民交流センター 東館 大会議室(中央緑地内)

■11月29日までに、住所、名前、電話番号(あればファクス番号、メールアドレス)を、電話かファクス、Eメールで、こども未来課へ

その他

各種手当の手当額が改定されます

こども保健福祉課
(☎354-8083 FAX354-8061)
障害福祉課(☎354-8163 FAX354-3016)

10月分からの各種手当の月額が次のように変わります。



①児童扶養手当

(旧) 41,430円～9,780円

(新) 41,140円～9,710円

なお、2人目5,000円、3人目以降3,000円の加算額の変更はありません

②特別児童扶養手当

(1級)

(旧) 50,400円→(新) 50,050円

(2級)

(旧) 33,570円→(新) 33,330円

③特別障害者手当

(旧) 26,260円→(新) 26,080円

④障害児福祉手当・福祉手当(経過措置分)

(旧) 14,280円→(新) 14,180円

■①②こども保険福祉課、③④障害福祉課

平成25年度 文化功労者・市民文化奨励賞受賞者が決定

文化国際課 (☎354-8239 FAX354-4873)

文化功労者・市民文化奨励賞として次の皆さんが表彰されます。

表彰式：11月3日(祝) 13:00から 文化会館 第3ホール

四日市市文化功労者

長年、本市の学術、芸術などの文化振興や文化遺産の保護・保存に貢献された次の3人が選ばれました。

日本舞踊の振興と 後進育成に貢献

波木町

多田昭美さん
(名取名 赤堀つる昭)



昭和19年に赤堀流名取名 赤堀つる昭を取
得られて以来、現在に至るまでの永年にわた
って日本舞踊の指導を継続的に、後進の
育成に尽力されるとともに、本年63回を数え
る四日市市民芸術文化祭においては、初回か
ら絶えることなく参加されるなど、本市にお
ける日本舞踊の振興と後進育成に大きく貢献
されました。

茶道の振興と 後進育成に貢献

三栄町

前川温子さん



茶道に精進を重ねられ、表千家の師範として、
永年にわたって幼稚園児から高校生までの子
どもたちが日本の伝統文化に触れる活動に尽
力され、四日市茶道教授連盟においては流派を
越えた茶会の開催により市民が茶道に親しむ
機会を提供したり、研修会の開催などに精力的
に取り組んでおられます。また、茶室「泗翠
庵」においては、本市に來られたお客様のおも
てなしにも積極的に関わられ、本市における茶
道の振興と後進育成に大きく貢献されました。

伝統芸能の 保存・継承に貢献

垂坂町

伊藤博和さん



垂坂町の伝統的な獅子舞について、保存会の設
立に尽力され、保存継承活動に携わってこられま
した。また、保存会会長、相談役、名誉顧問を30
年間にわたって歴任され、後継者の育成・指導は
もとより、伊勢神宮での奉納舞や大四日市まつり
をはじめとする地域行事での演舞など、地域文化
の発信を積極的に行っておられます。また、文化
財指定に向けても中心的な役割を果たされ、本市
の伝統芸能の保存・継承に大きく貢献されました。

四日市市民文化奨励賞

さらなる文化活動の活躍が期待される次の方々選ばれました。

【個人】バレエ指導に尽力

笹川 小原芳美さん

本市にバレエ教室を創立して本年度
30年を迎えられ、この間、後進育成に
尽力され、世界に羽ばたくダンサーを輩
出しておられます。また、市民芸術文化
祭や県民文化祭行事にも積極的に参加
しておられ、本市バレエ界における育成
指導の活躍がますます期待されます。

【団体】地域文化の継承と 発信に尽力

室山町 四郷郷土資料保存会さん

平成17年に組織を発足されて以来、
四郷郷土資料館の運営をはじめ、郷土資
料の収集・保管に積極的に取り組まれ、
次世代に歴史を引き継ぐための活動に
も尽力されています。今後も地域文化の
継承と発信が期待されます。

三二情報

◆BizCafeよっかいち(起業家交流会)(無料)

時11月16日(土) 10:00~12:30

所ビズ・スクエアよっかいち(栄町)

内講師を招いて、少人数で温かな雰囲気の勉強
会と交流会

問同所(☎329-5407 FAX329-5408)

◆税のなんでも相談会(無料)

時11月16日(土) 10:00~16:00

所日永カヨー店、アピタ四日市店

問東海税理士会四日市支部(☎351-8811
FAX351-8885)

◆傾聴ボランティア養成講座(無料)

時所①11月16日(土)・18日(月)・25日(月) 県地
区市民センター ②11月30日(土)、12月2日
(月)・7日(土) 桜地区市民センター いずれも
13:00~15:30 定各10人程度

申①11月6日、②11月20日までに、住所、名
前、電話番号、希望受講場所を、ファクスで、
①辻井(FAX326-5598)、②勝又(FAX326-
1407)へ

問傾聴同好会 和島(☎/FAX326-8634)

◆発達障がい支援講座

時11月17日(日) 13:30~16:00

所総合会館8階 視聴覚室

内発達障害のある子どもへの支援~医療との
つきあい方~ 師愛知県心身障害者コロニー
中央病院 児童精神科医師 吉川徹さん

定200人(当日、先着順) 料500円(資料代)

問四日市・子ども発達支援センター(☎/FAX
348-2905)

◆みえスマ「女性限定!住まいのお悩み相談会」

時11月20日(水) 13:00~14:30

所みえ すまいの図書館(久保田二丁目)

内女性建築士と共に家の困りごとをざっくば
らんにお話ししよう

申事前に、三重すまい・くらし相談室 南(☎
080-3658-2122 main@mie-sumai.
com)へ

◆家事家計講習会

時11月22日(金) 10:00~11:45(9:30

から受け付け) 所じばさん三重

定60人(先着順) 料350円

他託児あり300円(0~6歳、要申し込み)

申事前に、電話かファクスで、四日市友の会
(☎/FAX326-2081 平日昼間)へ

◆前結びきつけ体験

対眠っている着物を着こなしたい人、後ろに手
が回りにくい人

時11月22日(金) 14:00から・18:30から
各2時間

所文化会館2階 和室 料500円/回

申事前に、美装きもの学院 中條(☎326-
7705 FAX326-7693)へ

◆北勢地方卸売市場「いちばの朝市」

時11月23日(祝) 7:00~12:30

所北勢地方卸売市場(河原田町)

内地元産の新鮮・安全・安心食材(野菜、果
物、鮮魚など)の展示即売、マグロの解体ショ
ー、青果・水産物の模擬せり実演など

問同事務所(☎347-8111 FAX347-8116)

◆「秋の小径」もみじ祭り

時11月23日(祝) 9:00~13:00(雨天時は

24日) 所四郷風致地区もみじ並木

内いも煮会(無料。600食限定)、青空野菜市、
竹炭市、模擬店、動物風船作り、大声絶叫大
会、ポニー乗馬など

問ボランティア八王子 小林(☎/FAX321-
1687)

募
集
の
情
報

募
集

そ
の
他

保
健
だ
よ
り

11月9日～15日 秋の火災予防運動

消すまでは 心の警報 ONのまま

予防保安課(☎356-2010 FAX356-2041)

これからの季節は暖房器具を使うなど、火を使う機会が増えます。この機会に、次のことに気を付けて、火事を起こさない環境をつくりましょう。

■火災の原因

平成25年中の管内で発生した火災は69件(9月末日現在)で、その主な原因は、たき火、こんろ、放火、たばこです

■火災を防止するために

- ・たき火は風の強いとき、空気が乾燥していると
きはしない
- ・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を止める
- ・家の周りに燃えやすいものを置かない(放火防止)
- ・寝たばこは絶対しない(たばこの吸いがらを処分するときは水に浸す)
- ・ストーブの周りに洗濯物など燃えやすいものを置かない
- ・コンセントやプラグはほこりをつまめないように定期的に清掃する



消防隊ラブ

■火災から身を守るために

- ・住宅用火災警報器が、適切に作動することを確認し、ホコリなどをふき取る
- ・住宅用消火器などを設置する
- ・お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

◆防火ポスター・防火習字作品展

時10月27日(日)～11月4日(休)

所イオンモール四日市北店1階

内保育園・幼稚園児や小・中学生の優秀作品を展示

市・県民税(個人住民税) 給与所得者の特別徴収のお願い

市民税課(☎354-8132 FAX354-8309)

三重県内全市町では、平成26年度から市・県民税の特別徴収実施の徹底を推進します。実施していただく予定の事業所に、指定予告通知書を送付します。

■平成25年1月に提出された給与支払報告書などに基づき送付します

■指定予告通知書は、各市町ごとに送付しますので、他市町で特別徴収を行っている事業所にも送付される場合があります

固定資産税・都市計画税の 過誤納金の返還について

資産税課(☎354-8136 FAX354-8309)

平成25年11月から、固定資産税・都市計画税について課税誤りがあった場合は、本市が定める返還の要件を満たしたもので、領収書などその納付が分かるものをご用意いただければ、最大20年分遡って税金等をお返しすることができるようになります。

詳しくは、資産税課までお問い合わせください。

大規模小売店舗届出(変更) の縦覧をしています

商業勤務課(☎354-8175 FAX354-8307)

市では、次の大規模小売店舗の届出書の縦覧を行っています。

縦覧期間中は、だれでも周辺地域の生活環境への影響について、県に対して意見書を提出できます。

■届出事項

- ①大規模小売店舗を設置する者の名前または名称および住所ならびに法人にあっては代表者の名前
- ②大規模小売店舗において小売業を行う者の名前または名称および住所ならびに法人にあっては代表者の

の名前

■縦覧場所

商業勤務課(市役所7階)

■意見書の提出 郵送または直接、
〒514-8570 津市広明町13
三重県雇用経済部企業誘致課へ

◆店舗名称 イオン四日市尾平ショッピングセンター(尾平町字天王川原1805番地ほか)

■縦覧・意見書提出期間

12月9日(月)まで
(開庁日の8:30～17:15)

◆店舗名称 ピアゴ阿倉川店(阿倉川町1431-1)

■縦覧・意見書提出期間

12月13日(金)まで
(開庁日の8:30～17:15)

◆店舗名称 ピアゴ久保田店(久保田1丁目3番25号ほか22筆)

■縦覧・意見書提出期間

12月13日(金)まで
(開庁日の8:30～17:15)

◆店舗名称 マックスバリュ生桑店(生桑町字桑花154-1ほか20筆)

■縦覧・意見書提出期間

平成26年1月6日(月)まで
(開庁日の8:30～17:15)

納めた国民年金保険料は 社会保険料控除の対象に なります

保険年金課(☎340-0221 FAX359-0288)

国民年金保険料は所得税法および地方税法上、健康保険料や厚生年金保険料などを納付した場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

そのため、平成25年中に国民年金保険料を納付された人には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料控除証明書」(はがき)が送付されます。

年末調整または確定申告の手続きの際には、必ずこの証明書が必要となりますので大切に保管してください。

☎四日市年金事務所(☎353-5513)

締め切り間近! 特定健康診査は11月30日まで

保険年金課(☎354-8158 FAX359-0288)

特定健康診査は、生活習慣病を予防・早期発見することが目的です。

生活習慣病は、自覚症状が出るまで進むと、治療には多くの時間と費用がかかります。年に一度の健康チェックの機会を、お見逃しなく。

【対】昭和13年9月1日～昭和49年3月31日生まれで、国民健康保険に加入している人(昭和13年8月31日以前生まれの人は、後期高齢者健診の対象となります)

【時】11月30日まで(ただし、昭和13

年9月1日～11月30日生まれの人、誕生日の前日まで)

【料】1,000円または500円(受診券に記載)

【申】直接、医療機関へ申し込みください

【他】受診券は、6月下旬より順次発送しています。紛失された場合は、保険年金課までご連絡ください

■特定健康診査のあとは

健診の結果、生活習慣病にかかる危険性が高い人には、後日、特定保健指導の案内を送付します。医師などの専門家による運動や食事に関する指導が無料で受けられます。ぜひ積極的にご利用ください

平成25年度四日市市スポーツ功労賞・有功賞が決定

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432)

第44回四日市市民スポーツフェスタの開会式で、次の皆さんが表彰されました。

スポーツ功労賞

本市のスポーツ振興に関し、特に功績顕著と認められる市民を表彰

伊藤 彩香さん

ロシア・タタールスタン共和国の首都カザンで開催された、2013第27回ユニバーシアード大会レスリング女子59kg級において、5位に入賞されました。

小学1年生から、四日市ジュニアレスリングクラブでレスリングを始め、現在はレスリングの強豪校である至学館大学3年生に在学されています。ユニバーシアード大会の他、2013明治杯全日本選抜選手権で優勝し、日本代表選手として、ハンガリー・ブタペストで開催された世界選手権にも出場され、5位に入賞されています。



スポーツ有功賞

長年にわたり地域スポーツやレクリエーションの普及、発展に貢献された市民を表彰

荒木 豊さん(地域スポーツ)

石田幸満さん(地域スポーツ)

伊藤 進さん(スポーツ少年団)

加藤保彦さん(レスリング協会)

近藤真三さん(スポーツ少年団)

式井光義さん(体操協会)

戸田たづ子さん(地域スポーツ)

南川幸基さん(地域スポーツ)

山根一代さん(スポーツ少年団)

安藤愛郎さん(グラウンドゴルフ協会)

井田百合江さん(スポーツ少年団)

伊藤正勝さん(福祉ゲートボール連合会)

後藤哲男さん(地域スポーツ)

近藤保彦さん(地域スポーツ)

田村尚巳さん(水泳協会)

中村恭一さん(地域スポーツ)

森 淑子さん(家庭婦人バレーボール協会)

三二情報

◆四日市案内 室山・八王子のもみじ祭り 散策会

【時】11月23日(祝) 9:00～14:00(当日、参加自由 雨天時は24日)

【所】四郷地区市民センター集合

【行き先】本誓寺、秋の小径・市民公園(昼食)、室生神社、神楽酒造(休憩・解散)ほか

【持】昼食、飲み物など 【料】200円(交通費自己負担) 【問】四日市案内人協会 飯田(☎/FAX345-0862)

◆「快適睡眠でイキイキ生活を楽しもう」(無料)

【時】11月23日(祝) 13:30～15:00(13:00から受け付け) 【所】じばさん三重5階 研修室5

【師】日本睡眠科学研究所 大木亨さん

【申】事前に、四日市看護医療大学企画部(☎340-0706 FAX361-1404)へ

◆文化セミナー四日市 第2期講座

【久留米官衙遺跡をめぐる諸問題】

【時】11月23日(祝) 14:00～16:00(当日、参加自由) 【所】じばさん三重2階 研修室6

【師】市立博物館学芸員 堀越光信

【料】一般：入会金1,000円(初回のみ)・1,000円/回、学生：500円/回 【問】同セミナー 久安(☎397-6537)

◆「飛鳥Ⅱ」市民クルーズのご案内

【対】11月23日(祝)～25日(月)(2泊3日)

【内】「秋の伊勢湾クルーズ」を市民クルーズ(四日市～横浜)として特別料金で設定。船内では宇崎竜童の生ライブや阿木耀子のトークショーをご覧いただき、横浜下船後は、紅葉の季節を迎える鎌倉へご案内します

【問】四日市港客船誘致協議会(四日市商工会議所内) 坂下・大橋(☎352-8195)

◆第16回「日本梅林」復活秋まつり

【時】11月24日(日) 9:45～14:00

【所】南部丘陵公園北ゾーン

【内】記念植樹、育樹管理、太鼓(日永学童保育所)、日永つんつくおどり、餅つき、屋台、バザー

【問】日永地区市民センター内地域団体事務局

(☎/FAX345-5175)

◆自然農法セミナー 簡易的な土壌診断の実施

【時】11月24日(日) 10:00から(当日、参加自由)

【所】ばんこの里会館(陶栄町)

【内】受講生それぞれの土を自ら診断

【師】坂坂康行さん 【料】500円

【問】MOA自然農法四日市普及会 加藤(☎090-4236-5184 ☎/FAX363-6073)

◆もみじまつり「茶う都まーけっと」出店者・出演者募集

【時】11月24日(日) 10:00～15:00(雨天時は30日) 【所】望星の広場(水沢町)

【内】「お茶」と「体験」をテーマにしたイベント

【料】飲食ブース(火気使用)3,000円 一般ブース2,000円 【申】事前に、同事務局(FAX329-3008 ☎chattosizw@gmail.com)へ

◆第4回やすらぎの歌 ゴスペルコンサート(無料)

【時】11月30日(土) 14:00～15:00

【所】あさけプラザ ホール 【問】ロバの子ゴスペルクラブ(☎090-9915-6972)

◆チャイルドライン チャリティー映画会

【時】12月1日(日) ①10:30～11:50 ②14:00～15:20 ③18:00～19:20

【所】じばさん三重4階 視聴覚室 【内】「happy」

上映会 【料】小学～高校生800円、大人1,000円

【申】事前に、体験ひろば☆こどもスペース四日市(☎/FAX321-0883)へ 【他】①のみ託児あり(11月22日までに要申し込み、500円/人)

インフルエンザに 注意しましょう!

保健予防課(☎352-0594 FAX351-3304)

インフルエンザは、例年11～12月ごろから流行し始め、2月前後にピークとなります。インフルエンザの予防方法を知り、流行に備えましょう。

■**症状** 38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など

■**予防方法**

- ・流行前にワクチン接種をしましょう
- ・外出後はせっけんで手洗いを行いましょう
- ・室内では適度な湿度(50～60%)を保ちましょう
- ・十分な休養とバランスのとれた食事に心がけましょう
- ・流行時には、人ごみへの外出をできるだけ避けましょう



※症状がある時は、早めにかかりつけの医療機関に受診しましょう

65歳以上の人へ 肺炎予防のため予防接種を受けましょう!

健康づくり課(☎354-8282 FAX353-6385)

医療機関で「肺炎球菌ワクチン」を接種する際に、事前の申し込みにより市から交付された補助券を医療機関に提出することにより、医療機関が定めた接種費用から3,000円差し引いた額で受けることができます。

■**接種当日に本市に住所を有する65歳以上の人(生涯に1回限り)**



■**所**三重県内の各医療機関(事前にお問い合わせください)

■**申**健康づくり課(市役所3階)、各地区市民センター(中部を除く)、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)、楠総合支所の窓口で指定の用紙で申し込むか、住所、

名前、生年月日、電話番号を、はがきかファクスで、〒501-8601健康づくり課へ。

申し込み後、「高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用補助券」を健康づくり課から送付します

現金は宅配便で!? 新手的買え買え詐欺にご注意を!

市民・消費生活相談室
(☎354-8147 FAX354-8452)

「知らないA社から封書が届いた。その後、別のB社から電話があり、『A社の会員権は封書が届いた人しか買えないので、あなたの名義で申し込んで欲しい。代金は当方で払うし、謝礼もする。』と頼まれ承諾した。すると、今度はA社から電話があり名義貸しは違法で罪に問われると脅かされ、高額な代金を宅配便で送るよう指示された。」との相談があります。

これは複数の業者が登場し、芝居をして消費者からお金をだまし取る「買え買え詐欺(劇場型勧誘)」の手口です。最近では、銀行振り込みではなく、宅配便を使って現金を送金させたり、直接訪問し、現金を受け取る手口が出てきました。

宅配便などでは送金の証拠が残らず、一度渡してしまうと、お金を取り戻すことは非常に困難です。怪しいもうけ話には、絶対に耳を貸さないようにしましょう。



国民健康保険で 医療費が高額になったとき

保険年金課(☎354-8161 FAX359-0288)

医療費の支払い額が高額となり、1カ月の自己負担額が限度額を超えた場合、申請により払い戻される制度が高額療養費です。国民健康保険では、該当する人に「高額療養費支

給申請書」を郵送していますが、連絡は通常、該当月から2カ月後の20日すぎになります。申請時には医療費の領収書が必要です。

また、入院する時や外来診療が高額になる時(同じ月に1カ所の医療機関で限度額を超える支払いがある場合)は、「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」(70歳未満の人と、70歳以上で市・県民税非課税世帯の人が対象)を医療機関に提示すれば、医療費が自己負担限度額までの支払いとなり、市・県民税非課税世帯は、入院中の食事代が減額されます。なお、保険料の滞納がある世帯は、ご利用いただけないことがあります。

認定証の申請については、お問い合わせください。

ミニ情報原稿の 締め切り日の変更

広報広聴課(☎354-8244 FAX354-3974)

ミニ情報は、広報よっかいち下旬号にて、市民団体などの活動をご紹介しますコーナーです。

通常の前稿締め切り日は発行前月の15日ですが、年末年始のため、12月下旬号と1月下旬号の締め切り日を、下記のとおり変更します。

■**原稿締め切り日の変更**

12月下旬号(12月20日発行)…11月11日、1月下旬号(平成26年1月20日発行)…12月5日

■**主な掲載基準**

- ①市民が主体のサークルやボランティア団体、NPOなどが主催
- ②料金は無料か実費程度
- ③会場が、四日市市内あるいは近隣の地域である
- ④営利、宗教、政治活動などを目的としない
- ⑤広く市民が参加できる など

※初めて掲載を希望される場合は、広報広聴課(市役所8階)へ、原稿や参考資料をお持ちください

11月の予定

相談

午前＝ 9:00～12:00 午後＝13:00～16:00 祝・休日を除く

分類	相談名	問い合わせ	とき	ところ
市民	消費生活相談 ※1	354-8264	月～金曜日	午前と午後
	市民相談 ※2	354-8153		
	弁護士相談 ※3	354-8153	7(木)・14(木)・21(木)・28(木) 11(月)・18(月)・25(月)	午後
	司法書士相談 ※3 ※4			
	行政書士相談 ※5			
	公証相談 ※6			
	社会保険労務士相談 ※7			
	行政相談 ※8			
	交通事故相談 ※9	354-8155	月～金曜日	午前と13:00～15:45
	建築相談 (市民向け)	354-8206	8(金)・22(金)	13:00～15:00
	建築相談 (専門家向け)	354-8140 354-8143	6(水)・20(水)	午後
福祉	日曜市税納付相談	354-8160	24(日)	10:00～16:00
	日曜国保納付相談			
	障害者相談 ※10	354-2550	月～金曜日	8:30～17:15
	障害者の就業に関する相談	354-2411		
	福祉総合相談	354-8144		
	ボランティア活動相談	354-8276		
	子どもの悩み等相談			
	ひとり親家庭生活相談			
	児童虐待相談	353-5110		
	児童発達相談	354-8064		
	発達・不登校等教育相談	354-8285	月～金曜日	8:30～12:00 13:00～17:15
	いじめ・体罰等教育相談	354-8169		
	青少年と家庭の悩み相談	352-4188		
教育	人権相談	354-8610	月～土曜日	午前と午後
	女性のための電話相談	354-8335	火～土曜日	9:00～16:00
	面接相談(要予約)			
	夜間電話相談			
	男性のための電話相談	354-1070	9(土)	12:00～15:00
	外国人のための生活相談	353-9955	毎日(火曜日、祝日を除く)	9:00～17:00
人権	出入国・在留手続き相談		17(日)(要予約)	13:00～15:00

イベント・講座

募集

その他

保健だより

土・日曜日・祝日も利用できます (10:00～19:00 ただし、火曜日は休業)

◆市民窓口サービスセンター (近鉄四日市駅高架下・☎359-6521)
(住民票、戸籍、税、印鑑登録証明書発行や住民異動届、戸籍届、印鑑登録受け付け、市税収納など)
※転入、転居、国保加入届など平日17:00以降と土日祝日には一部取り扱いのできない業務があります

点検作業による臨時休業 11月2日(土)・3日(祝) ※ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします



四日市けいりん

♥ガールズ
ケイリン

本場…11月6・7・8・26・27・28日
場外発売…11月2・3・4・5・6・7・8・9・10・11・
12・13・14・22・23・24・25・26・27・28・29・30日
(払い戻しは、開催日を除いた土、日、祝・休日にはできません)

市の情報発信源

CTV 地デジ12ch
ちゃんねる よっかいち
放送時間(20分間)
月～金曜日 6:40・20:30
土・日曜日 9:00・20:30
内容(予定)
1日(金)～10日(日) 時が緩なす謎と伝説
神前地区
11日(月)～20日(水) 四日市のまつり
21日(木)～30日(土) 四日市の音楽

※番組DVDを市政情報センター、図書館(自動車文庫を含む)、楠公民館図書室、あさけプラザ図書室で貸し出しています。博物館では視聴できません。



「よっかいち わいわい人探訪!」(5分間)
日曜日 14:00・17:30
…四日市で生き生きと活動している人の活動現場の声をお届けします
「ALO! YOKKAICHI」(5分間)
土曜日 19:54
…ポルトガル語による市からのお知らせ

「人権を確かめあう日」(5分間)
毎月22日
11月は7:30・13:00・16:30・18:30
「なるほど! 防災」(5分間)
月曜日 17:30、木曜日 8:30
…災害への心構えなど防災に関するお知らせ

市ホームページ <http://www5.city.yokkaichi.mie.jp>

体育館・四日市ドームなどの一般公開

A = 9:00～12:00 D = 9:00～16:30
B = 13:00～16:30 E = 13:00～21:00
C = 17:30～21:00 F = 9:00～21:00

中央緑地体育館(☎345-4111)
バドミントン 11/11・25 C
11/1・5・8・28・29 D
11/21 E 11/20・26・27 F
卓球 11/6・13・22 D 11/14 E
バスケットボール 11/18・28 C 11/7 E
バレー・ソフトバレーボール 11/12・19 F

中央緑地第2体育館(☎345-4111)
バドミントン 11/14・22 B 11/6 C 11/13 E
卓球 11/1・4・7・8・11・12
15・18・25 B
11/26・29 D
11/19・20・27 E 11/21 F
バレー・ソフトバレーボール 11/5 E 11/28 F

四日市ドーム(☎330-3131)
グラウンドゴルフ 11/25 D
あさけプラザ体育館(☎363-0123)
バドミントン・卓球 11/2・9・16・23・30 A (9:30から)・B
四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み

保健だより



◎病気かな？と思ったら、まずは身近なかかりつけ医に相談してください

休日救急医療など		
名 称	診療科・診療時間など	
応急診療所 (西新地14-20) ☎353-1759	内 科	日曜日、祝・休日、年末年始(12/31、1/1・2・3) 10:00~12:00、13:00~16:00
	小 児 科	10:00~12:00、13:00~16:00(年末年始休み)
歯科医療センター (本町9-12) ☎354-5130	耳 鼻 咽 喉 科	日曜日 10:00~12:00、13:00~16:00(年末年始休み)
	障害者(児)の 歯 科 診 療 (予約制)	火・木 曜 日 13:30~16:30 日曜日(月2回程度) 9:30~12:30 (祝・休日と12/28~1/3を除く)
薬の相談(本町9-8) ☎354-8440	休 日 診 療	年末年始(12/30・31、1/1・2) 9:00~11:30
みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000 または☎059-232-9955	薬剤師による 薬 の 相 談	毎月第3土曜日 14:00~16:00 ■担当(社)四日市薬剤師会
	子どもの病気 な どの 電 話 相 談	毎日 19:30~23:30 ■担当 小児科医師 相談内容の秘密は厳守します

★母子健康手帳・健康診査票・予防接種予診票など手元にない場合は、こども保健福祉課まで連絡してください

妊婦・乳幼児健診 問こども保健福祉課 ☎354-8187 FAX354-8061

名 称	対 象	場 所
幼児(1歳6カ月・2歳6カ月)健診	対象児に個別通知します	総合会館5階
妊婦・乳児一般健康診査	妊婦・乳児(4カ月・10カ月)	各医療機関

○妊婦健康診査を、県外の医療機関で受診した場合の受診費用を助成します。該当する人はこども保健福祉課まで連絡してください

予防接種 問こども保健福祉課 ☎354-8187 FAX354-8061 接種時は母子健康手帳と予診票をお持ちください

名 称 (個別接種)	対 象
ポリオ BCG 日本脳炎 三種混合 二種混合 四種混合 麻しん、風しん混合 Hibワクチン 小児用肺炎球菌ワクチン 子宮頸がん予防ワクチン	○対象年齢は、予防接種予診票についている説明書で確認してください ○保護者以外が同伴する場合は委任状が必要です(委任状がない人は、連絡してください) <子宮頸がん予防ワクチンについて> 子宮頸がん予防ワクチンについて副反応に関する適切な情報提供ができるまで積極的に勧奨すべきではない、と国において判断されました。そのため、平成25年6月14日から本市でも積極的な勧奨は控えていますが、定期接種を中止するものではないため、接種をご希望される場合は医師とご相談の上、接種をお願いします。

育児学級など 所総合会館3階・4階・5階 教室など利用時は、母子健康手帳をお持ちください

申こども保健福祉課(総合会館3階)窓口・はがき・電話・ファクス ※歯ハハの教室は電話では不可

問こども保健福祉課 〒510-0085 諏訪町2-2 ☎354-8187 FAX354-8061

各教室とも応募多数の場合は抽選

名 称	対 象 な ど	日 時	締め切り	申し込み時必要事項など
パパママ教室 (妊娠中の生活の話、沐浴体験、 妊娠模擬体験など)	出産予定日平成26年3月16 日以降(教室参加時、妊娠28 週未満)の妊婦・その家族 定15組	12月20日(金) 9:30~12:00	12月6日	受講希望日、住所、名前、電話番号、出産経験の有無、妊娠週数、出産予定日
乳幼児食教室 (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	5~8 カ月児 定35人 9~12カ月児	12月3日(火) 10:30~11:50 12月10日(火)	開催日の 1週間前	受講希望日、住所、対象児の名前(ふりがな)、生年月日、電話番号 定だっこひもなど
デンタルマタニティスクール (講話と歯科健診・歯磨き指導など)	妊娠16~32週の妊婦 定約10人	12月20日(金) 13:30~15:30	11月22日	受講希望日、住所、名前、電話番号、妊娠週数 定歯ブラシなど
歯ハハの教室 (講話と歯科健診など) ※希望者にフッ素塗布	2~4歳未満の幼児 定各15組 ※抽選の結果は、申込者全員に連絡します	12月17日・24日(火) 10:00からのみ 12月27日(金) 10:00から または13:30から		受講希望日時、住所、保護者名、幼児の名前(ふりがな)、生年月日、電話番号(ファクス番号)、フッ素塗布希望の有無 定歯ブラシ(フッ素塗布時に必要)、タオル ※4カ月以内にフッ素塗布をした人、受講日に4歳の誕生日を過ぎた人は教室を受講できません。歯ブラシをお忘れの場合、フッ素塗布できないことがあります
育児相談	乳幼児	11月25日(月) 9:30~11:00 12月2日(月) 10:00~11:30	随時	申し込み不要 総合会館5階 椅ゆりかもめ
家庭訪問・電話相談	妊婦・産婦、新生児、 乳幼児	月~金曜日(祝日除く) 8:30~17:15		家庭訪問：電話にてお申し込みください 電話相談：直接電話してください

急な病気やけがのとき受診可能な医療機関を、24時間案内

◆インターネット <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

◆携帯電話による案内 <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>

地区市民センターなどで行う胃・子宮頸・乳・大腸がん検診(12月・1月実施分) 問健康づくり課 ☎354-8282 FAX353-6385

広報よっかいち5月下旬号別冊「平成25年度検診のお知らせ(保存版)」で、検診の内容・対象年齢・会場・受診料などをご確認の上、申込締め切り日までに、各地区市民センター(中部を除く)、健康づくり課(市役所3階)、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)、楠総合支所、楠福祉会館窓口で申し込むか、下記の項目を記入して、はがきかファクスで、〒510-8601 健康づくり課までお送りいただくか、市ホームページ「四日市市 がん検診・胸部検診申し込みページ」からお申し込みください。

集団検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん)を受診する人	①名前②生年月日③住所④電話番号⑤「集団」と明記の上、希望検診名 ⑥希望検診日、会場⑦(2日以上実施する会場の場合)第2希望日
個別検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん)を受診する人	①名前②生年月日③住所④電話番号⑤「個別検診希望」

胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん(マンモグラフィ)検診(集団検診)

検診日		会 場	申込締め切り日
月	日(曜日)		
12	2(月)～4(水)	海蔵地区市民センター	11月11日
	5(木)	楠ゆりかもめ	11月12日
	7(土)	なやプラザ	
	19(木)	あさけプラザ	11月28日
	20(金)	ヘルスプラザ	
1	9(木)	なやプラザ	12月17日
	10(金)	あさけプラザ	
	17(金)	ヘルスプラザ	12月20日
	19(日)	ヘルスプラザ	12月27日

子宮頸がん、乳がん(エコー)検診(集団検診)

検診日		会 場	申込締め切り日
月	日(曜日)		
12	8(日)	ヘルスプラザ	11月18日
	10(火)	なやプラザ	
	11(水)	あさけプラザ	
1	8(水)	ヘルスプラザ	12月16日

※乳がん(エコー)検診には定員があります。
定員に達した場合、申込締め切り日前でも、お断りする場合があります

※乳がん(マンモグラフィ)検診は、人数調整のため午前・午後はこちらで指定させていただきます

※子宮頸がん検診の精度を向上させるため、細胞の診断方法が以前に比べ厳しくなっています。

そのため、検診で採取された検体中に判定に有効な細胞数が少ない場合、結果の判定ができず、「判定不能」という結果が出る場合があります。
過去に判定ができなかった人は、個別検診での受診をお勧めします

お知らせ

平成25年度個別がん検診(医療機関)および無料クーポン券は、平成26年1月31日までにご利用ください。
12月～平成26年1月にかけて、予約が取りにくくなる病院がありますので、お早めに医療機関にご相談ください。

こころ、難病、感染症の相談・検査 料無料 問保健予防課 ☎352-0594・0596 FAX351-3304

相 談 ・ 検 査 項 目	日 程 ・ 時 間	場 所
こころの相談 (精神保健福祉相談)	精神科医師による相談(来所)…3日前までに要予約(先着順) 11月8日・22日(金) 10:00～12:00、13:00～16:00	総合会館5階
	精神保健福祉士による相談(来所)…要予約 月～木曜日 9:00～16:00	総合会館4階
結核相談・エイズなどの相談・難病相談	保健師による相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	
エイズ・B型C型肝炎・梅毒検査(匿名) ※予約不要。検査結果連絡のため、再度来所が必要	11月6日・13日・20日・27日(水) 13:00～15:00 11月27日(第4水曜日) 17:30～19:00	総合会館5階

三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ) 〒510-0851 塩浜町1-11 問☎349-3311 FAX348-0017

総合体力測定(健康の維持・増進をしたい人)		健康度測定・運動実践指導(生活習慣病の傾向のある人)
測定日	12月1日(日)・7日(土)午後のみ・12日(木) 19日(木)・25日(水)午前のみ	12月7日(土)午前のみ・25日(水)午後のみ
内 容	身体測定、体力測定など (測定後はトレーニングジムの個人利用可)	医学的検査、運動負荷試験など (測定後は集団で運動実践指導が受けられます)
対 象	中学生以下でない人	18歳以上で高血圧、脂質異常症、糖尿病などの 生活習慣病のある人、またはその傾向がある人
測定料	1,050円	4,200円
申込期限	測定日の14日前(電話でも可)	
※不整脈、心臓病のある人はご利用いただけません。また医師の判断により総合体力測定から健康度測定への変更、またはご利用いただけない場合があります ※温水プール、ランニングトラック、卓球、グラウンドゴルフ場は測定を受けていない人も利用できます ※プールご利用の際は水着、水泳帽、必要な人はゴーグル(一般の眼鏡は使用不可)をお持ちください。また、ランニングトラック、軽運動室を利用する人は上靴、運動できる服装が必要です ※プール使用中止のご案内 水の入れ替え作業と洗浄のため11月12日(火)・13日(水)は使用できません		

イベント・講座
暮らしの情報

募 集

そ の 他

保健だより



市政 トピックス

先日、市立博物館において、四日市再生「公害市民塾」の皆さんと共催で、『「四日市公害を忘れないために」市民の集い』を開催しました。

NPO法人環不知火プランニング理事長の吉永利夫さんをお招きして、水俣市立水俣病資料館における視察研修や修学旅行誘致の取り組み、また資料館の運営方法などについてご講演をいただきました。

私自身も、平成26年度中の開館を予定している「(仮称) 四日市公

「(仮称) 四日市公害と環境未来館」の整備

害と環境未来館」の基本設計の概要について、スクリーンに資料を映しながら説明をしました。

この施設は、四日市公害やその後の環境改善の取り組みを展示するほか、「学習エリア」や「活動エリア」を設け、公害や環境に関する学びの場としての役割を果たしつつ、環境先進都市を目指す「新しい四日市」を全国に情報発信するものです。



「「四日市公害を忘れないために」市民の集い」での説明の様子

さらに、開館20年を経て老朽化した博物館やプラネタリウムと一体的にリニューアルすることによって、相乗効果による来館者増も期待できます。

四日市市長 田中 俊行



現在の
市立博物館

■この事業に関する問い合わせ先
四日市公害と環境未来館準備室
(☎354-8065 FAX354-4412)

～市長の活動から～

市内最高齢者を訪問

市内最高齢者の中島はなへさんを8月27日に訪問し、長寿のお祝いをしました。

中島さんは、明治38年生まれの108歳で、この日は入所されている老人福祉施設へお伺いし、お祝い状と記念品をお渡ししました。好きな食べ物についてお尋ねすると、「何でも好きです」と答えられたので、私も、「それが長寿の秘訣ですね」と話をしました。

短い時間でしたが、同席されたご家族も交えて楽しいひと時を過ごすうちに、こちらまで元気をいただいたような気持ちになりました。

中島さんのような100歳以上の方は、市内に104名(9月1日現在)いらっしゃいますが、も



っともっと健康で長生きされる方が増えるよう、市としてもさまざまな事業に取り組んでまいります。

「伊勢湾台風殉難者」慰霊献花式

9月26日、富田一色海浜緑地にある伊勢湾台風殉難慰霊碑にて、遺族の方々や自治会の皆様のご参列のもと、献花式が行われました。昭和34年9月26日、紀伊半島に上陸した台風は、未曾有の被害をもたらし、本市でも110名余りの犠牲者がありました。

私はその時、小学2年生でしたが、慰霊碑を前にして、当時の記憶が改めてよみがえってきました。被害の惨状や復興に尽力された皆様の苦勞に思いをはせ、この災害の記憶を風化させることなく、若い世代に伝えることが私たちに課せられた使命であると強く感じました。

同時に、地震や台風など、自然災害の被害を最小限に食い止めるため、自助・共助・公助の連携による防災・減災体制の強化を図ることが不可欠だと考えています。



伊勢湾台風殉難慰霊碑