

## いよいよはじまる 新しい“春”

### 伊坂ダムサイクルパークの 休憩施設に温水シャワーを 設置しました

観光推進課

伊坂ダムサイクルパーク休憩施設  
(☎324-0901)

伊坂ダムサイクルパーク休憩施設  
1階男女更衣室に各1台ずつシャワーを設置しました。男女更衣室も整備しましたので、気軽にご利用ください。

時 4月2日(土) 9:30から

料 100円(更衣室利用料は無料)

■伊坂ダムサイクルパーク休憩施設  
開館時間:

3~10月 9:30~17:00

11~2月 9:30~16:30

定休日:毎週金曜日(ただし、祝日の場合は営業し、翌週月曜日に休業)、年末年始(12/29~1/3)



### 第25回エキサイト・四日市 バザール2016開催

商業勤労課

エキサイト四日市・バザール事務局  
(☎351-6405 FAX351-6407)

時 4月2日(土)・3日(日)

10:00~17:00(会場によって一部開催時間が異なります)

所 三滝通り、諏訪新道、諏訪栄町アーケード内および近鉄四日市駅周辺

#### ◆三滝通りさくらまつり&ステージ

桜並木をいかしたスケールの大きいグルメゾーンやステージイベントをお楽しみください。2日はキッズが中心の演目。また「こにゅうどうくん」による観光PRショーも開催。

#### ◆新道おもしろバザール

一般応募による物販コーナーに加え、「はたらく車」が大集合。遊び場づくりをテーマに、体験コーナーや乗車体験、記念撮影など楽しさ満載。

#### ◆諏訪栄町アーケード会場

三重の安心で安全な美味しい食材や地場産品が大集合。「三重の物産と観光展」や、こども四日市フリーマーケットを開催。

#### ◆バザール開催に伴う交通規制

4月1日(金) 15:00~3日(日) 23:00 三滝通りおよび諏訪新道は車両通行止めとなりますのでご注意ください。

### 春のワクワク ふれあいまつり

少年自然の家(☎329-3210 FAX329-2095)

桜・水沢地区にある4施設が合同で恒例のイベントを行います。各施設を巡るスタンプラリーも開催。ハイキングのほか、スポーツランドのレンタサイクル(有料)や施設間ループバス(無料)などで移動することもできます。各会場では、それぞれの施設ならではのさまざまな催し物を開催します。また、飲食ブースも

も設置します。詳しくはホームページ(<http://wakufure.sblo.jp/>)をご覧ください。

時 4月23日(土)・24日(日)

10:00~15:00(各日同内容)

所 ふれあい牧場、スポーツランド、三重県環境学習情報センター、少年自然の家、星の広場

料 無料(別途、体験料が必要になるものがあります)

### ちびっこ隊

少年自然の家(☎329-3210 FAX329-2095)  
shizennoie@shopro.co.jp

自然体験の「はじめのいっぽ!」

新しい仲間といろんなことにチャレンジしてみよう。

対 新小学1~3年生

時 ①5月14日、②6月18日、

③7月23日(いずれも土曜日)

全3回 原則、全ての回に参加できること

所 少年自然の家

定 30人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

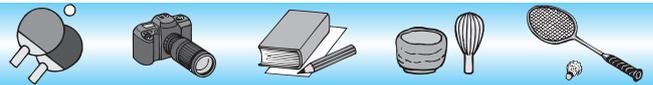
料 各回700円

申 4月27日(必着)までに、

①郵送の場合:代表者の住所・電話番号・メールアドレス、参加者全員の名前(ふりがな)・年齢を記入した申込書と、82円切手を貼って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「ちびっこ隊」係へ

②Eメール(パソコンに限る)の場合:件名に「ちびっこ隊」、本文に①と同様の必要事項を記入して、少年自然の家へ

# 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
3月23日(水)～ 6月5日(日)		図書展示 伊勢志摩サミット 開催記念「三重県 をもっと知ろう!」	市立図書館 2階 展示 コーナー	当日、参加自由 ☑伊勢志摩サミット開催を記念して、 三重県や伊勢志摩地域に関する情報 や図書を紹介します	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、 第2・4火曜日休館)	無料
4月1日(金)～ 6月29日(水)		郷土作家作品展 松平順彦 作陶展	あさけプラザ1 階 展示コー ナ(正面玄関右)	開館中はいつでもご覧いただけます	あさけプラザ☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館 (祝日の場合はその翌平日)	無料
4月2日(土)	14:00 } 14:30	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 日の場合はその翌平日)]	無料
4月2日(土) ・3日(日)	11:00 } 15:00	四日市☆映画祭 PRブース in エキ サイト四日市・バ ザール	諏訪新道内 「四日市☆ 映画祭ブース」	☑2017年に開催予定の「四日市☆ 映画祭」(仮)に向けて、「映画祭PRビ デオ」を会場で撮影。参加したい 人はブースまでお越しください	すわ公園交流館 [☎350-8411 FAX350- 8412 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌平日)]	無料
4月2日(土)10:00～ 30日(土)12:00		企画展示「第2回 工房まい作品展」	楠歴史民俗 資料館 展示棟	☑スタンドグラス用の色板をカット して作った作品(ランプ・パネルな ど)を展示します	楠歴史民俗資料館 [☎398-3636 FAX398- 3637 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌平日)]	無料
4月3日(日)	10:00 } 12:00	自然観察会 春の林縁・湿地の 自然	川島地区市 民センター 駐車場 集合	当日、参加自由 ☑シデコブシやア カガエルなど、春の植物や生き物を 観察します ☑四日市自然保護推進 委員会 持動きやすい服装(靴) ☑他小雨実施。9時に大雨の時は中止	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329- 5792 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌平日)]	無料
	12:00 } 14:30	すわSUNDAYライ ブ in エキサイト 四日市・バザール	すわ公園 交流館	当日、参加自由 ☑生徒による吹奏楽 や、ビッグバンドの演奏をお楽しみくだ さい ■出演 港中学校 吹奏楽部、 GREENHORN JAZZ ORCHESTRA	すわ公園交流館 [☎350-8411 FAX350- 8412 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌平日)]	無料
4月3日(日) ・9日(土)	10:00 } 11:00	マンスリーキッズ 工作「カードスタ ンド作り」	そらんぼ四日 市(博物館) 1階 研修・ 実習室	当日、参加自由 ☑小学生以上 ☑ワイヤーにどんぐ りをつけて、カードスタンドを作り ます ☑定各回20人(先着順)	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329- 5792 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌平日)]	無料
4月7日(木)	10:00 } 16:00	サービスデー (毎月第1木曜日)	茶室「沏翠庵」 立礼席(いす席) (鶏の森公園内)	当日、参加自由 ☑和菓子に時季の ものを添えて(数量限定) ☑料一服 400円 ☑他入席は15:40まで	沏翠庵☎/FAX352- 4960 月曜日休館(祝 日の場合はその翌平日)	
4月8日(金)	18:30 } 20:30	四日市志創業応援隊 「創業に向けた 心構え&交流会」 セミナー	商工会議所	事前に、四日市志創業応援隊ホーム ページ(☑http://www.yokkaich i-sogyo.com/)から申し込み ☑創 業を考えている人、創業後間もない人	商業勤労課 ☑四日市商工会議所経営 支援課☎352-8290 FAX355-0728)	無料 (1)
4月8日・15 日・22日(い ずれも金曜日) 29日(祝)～ 5月8日(日)	10:15 } 11:00	はじめてのプラネ タリウム「星うさ ぎと月のふね」	そらんぼ四 日市(博物 館)5階 プラネタリ ウム	☑小さい子どもや赤ちゃんと一緒に プラネタリウムを楽しみたいご家族 ☑気 兼ねなく楽しめる幼児向けのプラネタリ ウムです ☑料一般540円、高校・大学生 380円、小・中学生210円、幼児無料	博物館 [☎355-2700 FAX355- 2704 月曜日休館 (祝 日の場合はその翌平日)]	
4月9日(土)	9:00 } 12:00	定期普通救命講習	中消防署 (西新地)	4月2日までに、電話で、同センタ ーへ ☑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 (2)
	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 ☑絵本の読み聞かせの後は、あなた のお気に入りの本を読みます	市立図書館☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第 2・4火曜日休館)	無料
	15:00 } 15:30	おはなし会	楠交流会館 2階 研修室	当日、参加自由 ☑語りの会「どっこいしょ」会員に よる語り	楠交流会館図書室 (☎397-2277 FAX397- 2160 月曜日、祝日休館)	無料

## イベント・講座の詳細情報

(1) 四日市志創業応援隊  
「創業に向けた心構え&交流会」セミナー  
☑創業し事業を続けていくための「心構え」

についてお話しします。セミナー後は、参加  
者同士の交流会を開催します  
☑株式会社三重銀総研 常務取締役コンサル  
ティング部長 国立大学法人三重大学特任教  
授 伊藤公明さん

☑交流会に参加される場合、500円が必要  
(2) 定期普通救命講習  
☑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



日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など	詳細情報	
4月10日(日)	10:00 ～ 11:30	古文書で知る江戸時代①「江戸時代のあたりまえ」	そらんぼ四日市(博物館)1階講座室	当日、参加自由 内古文書などの資料を使って江戸時代の暮らしや社会を知る講座です 定40人(先着順) 料200円	博物館 [☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	
	10:00 ～ 16:00	全国小京都和菓子めぐり(毎月第2日曜日)	茶室「沏翠庵」立礼席(いす席)(鶴の森公園内)	当日、参加自由 ■「花の雫」(岡山県津山市) 料一服400円 他入席は15:40まで。30個限定(無くなった場合、通常の和菓子)	沏翠庵 [☎/FAX352-4960 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	
	13:00 試合開始(11:30開門)	プロ野球ウエスタン・リーグ公式戦 中日ドラゴンズvs阪神タイガース	震ヶ浦第1野球場	雨天中止 料前売券大人500円(当日700円)、小・中学生300円(当日500円) ■販売 3月1日から中央緑地、市内各運動施設、市内と三重郡内の中日新聞販売所で 他当日券は10:00から販売	プロ野球ウエスタンリーグ公式戦実行委員会(体育協会内) ☎345-4111 FAX346-7767)	
	13:30 ～ 16:00	女の子のための布ナプキン作り	四日市公害と環境未来館活動室(じばさん三重2階)	3月27日までに、同館へ 対中学生以上の女性 定10人(先着順) 持あれば、いらないTシャツ1枚	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329-5792 info@eco-yokkaichi.com 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料(3)
	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 内銀の権によるストーリーテリング(語り)。日本や世界のいろいろな昔話を語ります	市立図書館 [☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館]	無料
	16:00 ～ 17:30	こども四日市GOLD市民会議	すわ公園交流館	事前に、同館へ 対小学6年生以上の人 定30人 持筆記用具	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平日)]	無料(4)
4月13日(水)～5月13日(金)		第12回写生大会作品展	楠歴史民俗資料館	内同館およびその周辺で行われた写生大会の作品を展示します	楠歴史民俗資料館 [☎398-3636 FAX398-3637 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料
4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 対0歳児から 内図書館職員が赤ちゃん絵本の読み聞かせをします。赤ちゃんとのスキンシップの時間です	市立図書館 [☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館]	無料
4月16日(土)	13:30 ～ 15:00	ときめき☆スマートライフ①フードマイレージって何だろう?	そらんぼ四日市(博物館)1階研修・実習室	4月2日までに、同館へ 対小学3年生以上の人(小学生は保護者同伴) 定24人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ通知)	四日市公害と環境未来館 [☎354-8065 FAX329-5792 kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料(5)
	14:00 ～ 14:30	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 内語りの会「どっこいしょ」によるお話し会	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平日)]	無料
	14:00 から	「子ども読書の日」絵本の読みきかせ	市立図書館1階児童室	当日、参加自由 対幼児～小学生 内中部読み聞かせサークルによる、絵本の読み聞かせや手遊びなど。拡大版です	市立図書館 [☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館]	無料
4月17日(日)	10:00 ～ 12:00	丹羽文雄作品朗読会	そらんぼ四日市(博物館)1階講座室ほか	当日、参加自由 内「菜の花時まで」の朗読を聞いた後、記念室を見学します 定20人(先着順)	博物館 [☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料
		エコまちカフェ「野草を楽しむ～食べられる野草と効用」	楠交流会館	4月3日までに、同館へ 対16歳以上の人 定16人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ通知) 師四日市自然保護推進委員会 桐生定巳さん	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329-5792 info@eco-yokkaichi.com 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料(6)

**(3)女の子のための布ナプキン作り**

内お肌にも地球にも優しい布ナプキンを手縫いでチクチク作ってみよう 申住所、名前、電話番号、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 四日市公害と環境未来館「布ナプキン」係へ

**(4)こども四日市GOLD市民会議**

内「こども四日市」をさらに面白くするため、みんなで楽しく議論や実験をしながら内容を決めていく会議です。参加資格は、小学6年

生以上の「GOLD市民証」を持っている人(やる気があれば持っていないくても参加可)と大人サポーターです

**(5)ときめき☆スマートライフ①フードマイレージって何だろう?**

内地球にやさしい暮らしを考える連続講座の第1回。買い物ゲームを通して、家の食卓をもう一度見つめ直しましょう 申保護者の住所・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、〒

510-0075 安島一丁目3-16 四日市公害と環境未来館「フードマイレージ」係へ

**(6)エコまちカフェ****「野草を楽しむ～食べられる野草と効用」**

内散策やお茶の試飲を通して、身近な自然の楽しみ方を学びます 申住所、名前、電話番号、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 四日市公害と環境未来館「エコまちカフェ」係へ



# 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
4月17日(日)	10:00	月釜(松尾流) (毎月第3日曜日)	茶室「酒翠庵」 (鶴の森公園内)	当日、参加自由 料一席800円 他受け付けは14:30まで	酒翠庵 [☎/FAX352-4960 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	
	15:00	家庭の日応援プロジェクト4月「ピクニックに出かけよう」	少年自然の家	当日、参加自由 対 幼児・小学生とその家族 内 春の自然観察ツアー(午前・午後各1回)と、家でも使える竹箸の工作	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095)	無料
4月17日(日)・24日(日)	14:00から	「子ども読書の日」新刊絵本の読みきかせ	市立図書館1階 児童室	当日、参加自由 対 幼児～小学生 内 昨年度図書館に入った新刊絵本の中から、職員が読み聞かせをします	市立図書館(☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
4月19日(火)	14:00	みんなで唄おう! 野ばら音楽会♪ (毎月第3火曜日)	すわ公園交流館	当日、参加自由 内 童謡や懐かしの名曲、季節の歌などを歌います。一緒にみんなで歌いましょう。 出演 Brilliant Colors	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平日)]	無料
4月20日(水)	13:30	4月高齢者講座(健康体操)	あさけプラザ1階 第1集会室	当日、参加自由 対 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平日)]	無料
	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いろな昔話の語り聞かせ。手遊びもします	市立図書館 [☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館]	無料
4月23日(土)	10:00	水生生物調査ボランティア指導員研修「川の先生になろう!」	内部地区市民センター	対 18歳以上で、研修および年に1回以上の平日または夏休みの土日の指導に参加できる人 定 15人(先着順) 師 小川隆之さん 他 23日が雨天の場合、24日に順延	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329-5792 info@eco-yokkaichi.com 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料(7)
	14:00から	「子ども読書の日」みんな知ってる!? むかしばなし	市立図書館1階 児童室	当日、自由参加 対 幼児～小学生 内 ももたろう、うらしまたろうなどの有名な日本の昔話を、昔ながらの「語り」で聞いてみませんか	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
	19:30	きらら号スターウォッチング「木星を見よう」	市民公園(博物館前)	当日、参加自由 内 太陽系最大の惑星「木星」を、きらら号の大きな望遠鏡で観察します 他 天候不順時は中止	博物館 [☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料
4月24日(日)	9:00	平成28年度四日市市民交流グラウンド・ゴルフ大会	四日市ドーム	4月6日までに、各地区のスポーツ推進委員を通じてスポーツ課へ 対 市内在住の中学生以上の人 内 16ホール個人戦 料500円	スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)	
	10:00	絵付け体験	じばさん三重5階 研修室5	事前に、国際交流センターへ 内 絵の具で陶器に自由に絵を描き、オリジナルの作品を作ります 定 30人(先着順) 料500円	国際交流センター(☎353-9955 FAX355-5931 yic@yokkaichi-shinko.com 月曜日、祝日休館)	
	12:00	親子でさぐるヒミツの年中行事① 端午の節句	そらんぼ四日市(博物館)1階 講座室	4月14日(必着)まで 対 小学4年～中学生(保護者同伴) 定 20組(1組3人以内。子どもだけの参加は不可。応募多数の場合は抽選)	博物館 [☎355-2700 FAX355-2704 nakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料(8)
	11:15	かんきょう絵本よみきかせ	そらんぼ四日市(博物館)1階 研修・実習室	当日、参加自由 内 大型絵本や環境紙芝居などの読み聞かせ 師 松岡由香さん	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329-5792 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料

## イベント・講座の詳細情報

### (7)水生生物調査ボランティア指導員研修

「川の先生になろう!」  
内 小学校などで川や川に棲む生き物の魅力を伝える生き物調査の指導をするボランティア

を募集します。研修では、水生生物の見分け方や指導の仕方を学びます

住所、名前、電話番号、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 四日市公害と環境未来館「川の先生」係へ

### (8)親子でさぐるヒミツの年中行事① 端午の節句

住所、名前(ふりがな)、電話・ファクス番号を、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0075 安島一丁目3-16 市立博物館「年中行事」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	
4月24日(日)	13:00~14:00・14:15~15:15	博物館常設展「时空街道ツアー」	そらんぼ四日市(博物館) 3階 常設展入口集合	当日、参加自由 ☑4のつく日曜日は、体感型常設展「时空街道」を、博物館ボランティアが案内します	博物館 ☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)	無料
	13:30~15:30	茶道体験講座「盆点を楽しむ集い」	茶室「洒翠庵」 広間(鶴の森公園内)	4月12日(必着)までに、講座名、代表者の住所・名前・電話番号、同伴者の人数を、はがきかファクスで、同庵へ ☑四日市茶道教授連盟 表千家流 定20人(応募多数の場合は抽選) 料1,000円	洒翠庵 [〒510-0074 鶴の森一丁目13-17 ☎/FAX352-4960 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	
4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による絵本の読み聞かせや手遊びなど	市立図書館 (☎352-5108 FAX352-9897 月曜日、第2・4火曜日休館)	無料
	19:00~21:00	四日市まちづくりカフェ「四日市公害と環境未来館オープンから一年」(偶数月第4水曜日)	すわ公園交流館	事前に、同館へ(当日受け付け可) ☑今回のテーマは「四日市公害と環境未来館」。オープンして1年が経ち、国内外からたくさんの方が訪れるこの施設についての話を聞きます	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平日)]	無料
4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)		当日、参加自由 ☑懐かしの名曲を大正琴はもちろん、得意な楽器で演奏しよう ☑あれば、得意な楽器(ハーモニカ、フルートなど)		無料
4月29日(祝) 5月8日(日)	11:00~12:00	コズミックスクール「おりがみで星をつくろう」	そらんぼ四日市(博物館) 5階 コズミックラウンジ	当日、参加自由 ☑幼児(保護者同伴) ☑折り紙で星などを作ります	博物館 [☎355-2700 FAX355-2704 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料
4月30日(土) 9:00~ 5月1日(日) 16:00		学生スタッフ研修会「まるごと自然の家」	少年自然の家	4月6日(必着)まで ☑高校生・専門学校生・大学生 ☑自然の家のサポートスタッフとして活動するためのノウハウを教えます 定30人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先) 料2,000円(学生スタッフに登録する場合は無料)	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095 ✉shizennoie@shopro.co.jp)	(9)
5月3日(祝)	9:30~13:30	山菜クッキング		4月19日(必着)まで ☑家族や大人を含むグループ 定60人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)		(10)
5月7日(土)	午前の部 8:30~12:00(受け付け8:15) 午後の部 13:00~16:30(受け付け12:45)	四日市市家庭婦人バレーボール審判講習会	中央緑地 第2体育館	当日、参加自由 ☑市内在住の人 ☑ママさんバレーガイドライン、ホイッスル、筆記用具、時計、体育館シューズ、実技のできる服装	スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)	無料
	9:00~12:00	四日市の身近な自然調べ「仲良しなチョウと花」	南部丘陵公園	4月23日までに、同館へ ☑小・中学生(保護者同伴) ☑春に見つかるチョウと、チョウが集まる花を探してみよう 定40人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ通知)	四日市公害と環境未来館 [☎354-8430 FAX329-5792 ✉info@eco-yokkaichi.com 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	無料(11)
5月10日・17日・24日・31日(いずれも火曜日全4回)	10:00~11:30	ヘルシーヨガ&ピラティス講座	あさけプラザ 1階 体育館	4月12日9:00以降に参加費を添えて、同プラザ窓口へ ☑市内または三重郡に在住する人 ☑伊藤爾己枝さん 定40人(先着順) 料1,000円(全4回分) ☑大きめのバスタオル、水分補給のための飲み物	あさけプラザ [☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]	

## (9) 学生スタッフ研修会「まるごと自然の家」

☑①郵送の場合：代表者の住所・電話番号・メールアドレス、参加者全員の名前(ふりがな)・学校名・年齢を記入した申込書と、自宅の宛名を書いた返信用封筒(82円切手貼付)を同封の上、〒512-1105 水沢町1423-2 少年自然の家「まるごと自然の家」係へ  
②メール(パソコンのみ)の場合：件名に「まるごと自然の家」、本文に①と同様の必要事項を記入して、少年自然の家へ

## (10) 山菜クッキング

☑家族や友達と山菜取りをした後、春の恵みをおいしくいただきます 料中学生以上700円、小学生500円、小学生未満無料  
☑①郵送の場合：代表者の住所・電話番号・メールアドレス、参加者全員の名前(ふりがな)・学校名・年齢を記入した申込書と、自宅の宛名を書いた返信用封筒(82円切手貼付)を同封の上、〒512-1105 水沢町1423-2 少年自然の家「山菜クッキング」係へ

②メール(パソコンのみ)の場合：件名に「山菜クッキング」、本文に①と同様の必要事項を記入して、少年自然の家へ

## (11) 四日市の身近な自然調べ「仲良しなチョウと花」

☑保護者の住所・名前・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、〒510-0075 安島一丁目3-16 四日市公害と環境未来館「チョウ」係へ

## 四日市ドームスポーツ教室

四日市ドーム  
(☎330-3131 FAX330-3133)

所 四日市ドーム

申 4月5日(必着)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

## ◆フィットフラ教室

フラダンスにフィットネス要素を取り入れ、ハワイの音楽に合わせて踊ります。心と体を癒し、シェイプアップに効果があります。

時 4月12日～6月21日の火曜日  
(5月3日を除く)

全10回 13:00～14:00

定 30人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

## ◆ボクシングエアロ教室

ボクシングの基本技術をベースに、身体能力向上とストレス発散ができます。

時 4月12日～6月21日の火曜日  
(5月3日・31日を除く)

全9回 14:15～15:15

定 30人(応募多数の場合は抽選)  
料 4,500円

## ◆フィットネスタイチ(太極拳)教室

精神・体・呼吸法で体の内側から心身とも健康になり、長寿・潜在能力の開発にも効果があります。

時 4月12日～6月21日の火曜日  
(5月3日・31日を除く)

全9回 15:30～16:30

定 30人(応募多数の場合は抽選)  
料 4,500円

## ◆ZUMBA教室

ラテンの曲に合わせて踊ることで脂肪燃焼と心肺機能向上が期待できます。また初心者の方でも安心して参加できます。

時 4月12日～6月21日の火曜日

(5月3日を除く)  
全10回 19:00～20:00

定 30人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

## ◆親子で遊びフィット☆教室

子どもの大好きな「あそび」の中に基礎体力向上要素を取り入れたフィットネスプログラムです。ママのケアも行いながら親子のスキンシップやストレス解消に効果的です。

対 1歳半～3歳までの子どもと親  
時 4月13日～6月22日の水曜日  
(5月4日を除く)

全10回 10:00～11:00

定 15組30人(応募多数の場合は抽選)  
料 7,000円(2人目+200円)

## ◆脂肪燃焼エアロ教室

軽快なリズムに合わせて体を動かし、身体を引き締めて心肺機能を高め、効率良く脂肪を燃焼していきます。

時 4月13日～6月22日の水曜日  
(5月4日を除く)

全10回 11:15～12:15

定 30人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

## ◆簡単ストレッチ&amp;ヨガ教室

気軽にできるストレッチ運動と、筋の柔軟性を高め、自律神経をコントロールし、体質改善を図ります。

定 各35人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

[水曜4,500円、金曜3,500円(1回500円)]

## ●水曜ビギナーコース①

時 4月13日～6月22日の水曜日  
(5月4日・18日を除く)

全9回 13:00～14:00

## ●水曜ビギナーコース②

時 4月13日～6月22日の水曜日  
(5月4日・18日を除く)

全9回 14:15～15:15

## ●木曜ビギナーコース③

時 4月14日～6月23日の木曜日  
(5月5日を除く)

全10回 14:30～15:30

## ●金曜ビギナーコース④

時 4月15日～6月24日の金曜日  
(4月22日、5月6日・20日、6

月17日を除く)  
全7回 14:15～15:15

## ●水曜ステップアップコース

時 4月13日～6月22日の水曜日  
(5月4日・18日を除く)  
全9回 15:30～16:30

## ◆肩こり・腰痛・猫背改善ストレッチ教室

初心者でも気軽にできる効果的なストレッチを行い、体のゆがみの改善、体のケアができる教室です。

時 4月14日～6月23日の木曜日  
(5月5日を除く)

全10回 10:00～11:00

定 35人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

## ◆筋力UPトレーニング教室

運動不足による筋力低下や姿勢の崩れからくる不調を運動により改善します。

時 4月14日～6月23日の木曜日  
(5月5日を除く)

全10回 11:15～12:15

定 35人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

## ◆ストレッチ&amp;エアロ教室

気軽にできるストレッチ運動と、音楽に合わせて体を動かすことで、心肺機能を高め、心身ともにリフレッシュでき、エクササイズ効果の高い教室です。

時 4月14日～6月23日の木曜日  
(5月5日を除く)

全10回 13:00～14:00

定 30人(応募多数の場合は抽選)  
料 5,000円

## ◆パワーヨガ教室

一般的なヨガに筋力的要素を加え、いっそうの身体強化とそのエクササイズによる集中力アップを図ります。

時 4月14日～6月23日の木曜日  
(5月5日を除く)

全10回 15:45～17:15

定 35人(応募多数の場合は抽選)  
料 6,000円

## ◆陰ヨガ教室

一般的なヨガよりポーズを長く維持することで、自分の内面と向き合



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!



い、無理なく心と体を癒します。

**時** 4月15日～6月24日の金曜日  
(4月22日、5月6日・20日、6月17日を除く)

全7回 13:00～14:00

**定** 35人 (応募多数の場合は抽選)

**料** 3,500円

#### ◆ワクワクキッズ広場教室

運動、体操、ダンスなどのレクリエーションを通し、友達とのコミュニケーション力や、挨拶をはじめとした社会性を身につけ成長できます。

**対** 未就学児～小学3年生

**時** 4月15日～6月24日の金曜日  
(5月6日、6月17日を除く)

全9回 16:00～17:00

**定** 30人 (応募多数の場合は抽選)

**料** 4,500円

### 四日市ドームテニス教室

四日市ドーム  
(☎330-3131 FAX330-3133)

**所** 四日市ドーム

**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)

**申** 4月5日(必着)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



#### ◆エンジョイ硬式テニス教室

テニスラケットとボールを使った遊びからテニスの楽しさを学びます。また、友達と仲良くプレーすることで集団行動を学びます。

**対** 小学生

**時** 4月13日～6月15日の水曜日  
(5月11日・6月8日を除く)

全8回 18:00～19:00

**料** 11,200円

#### ◆エンジョイ硬式テニス教室 (初心者コース)

テニスを初めて習う人、基礎からテニスを学びたい人にお薦めです。

**対** 一般

**時** 4月13日～6月15日の水曜日  
(5月11日・6月8日を除く)

全8回 19:00～20:00

**料** 11,200円

#### ◆エンジョイ硬式テニス教室 (中級コース)

簡単なラリーやストロークができる人で、状況に応じたショットを取得したい人にお薦めです。

**対** 一般

**時** 4月13日～6月15日の水曜日(5月11日・6月8日を除く)

全8回 19:15～20:30

**料** 12,000円

### 清水ミチコの トーク&ライブ

文化会館 ☎354-4501 FAX354-4093  
月曜日休館 (第2月曜日を除く、  
祝日の場合はその翌平日)

“ものまね”のスペシャリストとして活躍中の清水ミチコのトーク&ライブ。矢野顕子、松任谷由実、中島みゆき、井上陽水など数多くのものまねレパートリーを持つ彼女のトークと抱腹絶倒のネタの数々を、ぜひ会場でお楽しみください。

**時** 7月16日(土)  
開場14:30  
開演15:00

**所** 文化会館  
第1ホール

**料** 全席指定4,000円

**■チケット発売** 4月23日(土)から同館(窓口・インターネット)、チケットぴあで販売

**他** 未就学児の入場はご遠慮ください。詳しくは、チラシまたは同館ホームページ([HP](http://yonbun.com/) <http://yonbun.com/>)をご覧ください



### 大阪交響楽団 四日市演奏会

文化会館 ☎354-4501 FAX354-4093  
月曜日休館 (第2月曜日を除く、  
祝日の場合はその翌日)

指揮に四日市在住歴があり、日米中心に活動するシズオ・Z・クワハラ、ソリストに国内外の第一線で活躍するトランペットのエリック・ミヤシロを迎えてのコンサート。昨年末に最新作が公開された「スター・ウォーズ」のメインテーマや「ロッキー」のテーマなどの映画音楽から、オペラ「カルメン」第1組曲などクラシックまで、名曲の数々を存分に楽しみいただけます。



シズオ・Z・クワハラ



エリック・ミヤシロ

**時** 7月18日(祝) 開演16:00

**所** 文化会館 第1ホール

**■出演** 指揮:シズオ・Z・クワハラ  
トランペット:エリック・ミヤシロ  
管弦楽:大阪交響楽団

**料** 全席指定 S席4,000円 A席3,000円 B席2,000円 高校生以下はそれぞれ半額(要証明書)

**■チケット発売** 4月16日(土)から同館(窓口・インターネット)、チケットぴあ他で販売

**他** 3歳未満入場不可。詳しくは、チラシまたは同館ホームページ([HP](http://yonbun.com/) <http://yonbun.com/>)をご覧ください

### 消防指令センターが移転します

消防本部総務課  
(☎356-2002 FAX356-2016)

消防救急無線のデジタル化に伴って整備を進めてきた消防指令センターが、桑名市消防本部から市内曾井町の中消防署中央分署に移転し、4月1日から四日市市、桑名市および菟野町の3消防本部による三重北消防指令センターとして運用を開始します。

イベント講座

募集

その他

保健だより

情報

◆不動産鑑定士による無料不動産相談会

時 4月1日(金) 9:30~12:00、13:00~15:30 所 市役所1階 ロビー 問 三重県不動産鑑定士協会 (☎059-229-3671 FAX 059-229-3648)

◆社交ダンス・初級 入会者募集

対 市内に在住する、60歳以上で健康寿命を伸ばしたい初心者 時 土曜日 13:30~15:30 所 四郷地区市民センター2階 ホール 定 男女各12人 申 4月2日までに、古川(☎321-5278)へ

◆認知症出前講座 (無料)

①時 4月2日(土) 13:30から 所 水沢地区市民センター ②時 4月21日(木) 14:00から 所 西日野公民館 問 あした葉 伊世 (☎090-8325-8816)

◆自然農法セミナー「夏野菜の植え付け」

時 4月3日(日) 10:00~12:00 所 ばんこの里会館3階(陶米町) 料 500円 問 MOA自然農法四日市普及会 加藤(☎090-4236-5184)

◆みえテクノロジーカフェ「橋の診断のお話」

時 4月3日(日) 10:00~12:00 所 MG YO KKAICHI(諏訪栄町一番街) 料 500円(フリードリンク付き) 申 事前に、Eメールまたはファクスで、三重県技術士会 堀 (✉y\_hori@m ui.biglobe.ne.jp FAX059-345-9739) へ

◆四日市歩こう会 (小雨実施)

時 所 4月3日(日) 10:30 養老鉄道池野駅集合、15:15 同駅解散 ■主な行き先 桜の大津谷公園と霞間ヶ原公園ほか(11km)

◆市民大学熟年クラス25期会 第5回作品展

時 4月5日(火) 11:00~16:30、6日(水) 10:00~16:00 所 文化会館展示棟 第3展示室 問 堀内 (☎/FAX332-5908)

◆中高年体験・心身ストレッチ教室

対 40歳以上の人 時 4月7日(木) 18:00~20:00 所 うすい整形外科(浜田町) 定 8人 料 1,000円 申 事前に、市スポーツ指導員 有松 (☎080-4300-0967) へ

◆チェーンソー取り扱い講習会

時 4月8日(金) 9:30~16:00・15日(金) 9:30~15:30 所 南部丘陵公園(西ゾーン 栗の木林) 料 参加費1,000円/2日、保険料1,000円/2日 申 問 グリーンボランティア「森林づくり三重」事務局 國保(☎/FAX339-0410)へ

◆韓国語講座受講生募集 (基礎入門、初・中級)

所 民団四日市支部(朝日町) 料 3,000円/月(6カ月分一括払い) 問 ユン(☎090-6099-1289) ●基礎入門 時 4月12日から毎週火曜日 19:00~20:30 ●初・中級 時 4月8日から毎週金曜日 19:30~21:00

◆アイデア・発明を楽しむ会

時 4月10日(日) 13:30~16:00 所 なやプラザ 料 1,000円/回(非会員) 問 同会 堀内 (☎/FAX397-5412)

◆市民講座「浜田城主の末裔を発見！」(無料)

時 4月10日(日) 13:30~16:45 所 総合会館8階 第4会議室 問 綱の会事務局 (☎350-5250)

◆さくら草&孔版画展 (無料)

時 4月16日(土) 9:30~16:00・17日(日) 9:00~15:30 所 文化会館展示棟 第4展示室 問 辻 (☎337-1353)

◆家でできないダイナミックな遊びをしよう

時 4月16日(土) 10:00~11:30 所 こどもスペース四日市(波木町) 料 300円(別途材料代が必要) 申 事前に同所 (☎/FAX321-0883) へ 他 親子で(お父さんも)参加してください

◆BizCafeよっかいち(起業家交流会) (無料)

時 4月16日(土) 10:00~12:30 所 ビズ・スクエアよっかいち(栄町) 問 同所 (☎329-5407 FAX329-5408)

四日市ドーム文化教室

四日市ドーム

(☎330-3131 FAX330-3133)

所 四日市ドーム

申 4月5日(必着)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

◆書道にチャレンジ!教室

書道にチャレンジしてみませんか。書道で人生が変わることが期待できます。生涯学習に最適です。



時 4月12日・26日、5月10日・24日、6月14日・28日、7月12日・26日、8月9日・23日、9月13日・27日(いずれも火曜日) 全12回 13:00~14:00

師 花井高峰さん

定 15人(応募多数の場合は抽選)

料 12,000円

◆人生を豊かにするかな文字(ペン習字)教室

かな文字(ペン習字)での美しい文字は一生の宝です。あなたも素敵な字を手に入れませんか。

時 4月13日・27日、5月11日・25日、6月8日・22日、7月6日・20日、8月3日・17日、9月7日・21日(いずれも水曜日) 全12回 10:00~11:00

師 上田虹月さん

定 10人(応募多数の場合は抽選)

料 12,000円

◆季節を感じながら俳画教室

季節を感じられるモチーフ(花、動物など)を描きます。また、絵に合う先人たちの俳句を添え、はがきや色紙サイズの作品に仕上げます。

時 4月13日・27日、5月11日・25日、6月8日・22日、7月6日・20日、8月3日・17日、9月7日

日・21日(いずれも水曜日) 全12回 13:00~14:30

師 伊藤暢子さん

定 10人(応募多数の場合は抽選)

料 12,000円

◆銅板工芸教室

極薄銅板を押し出して立体感を持たせ、全体を黒く染色して銅の輝きと黒のコントラストで一段と立体感を持たせた工芸作品を作ります。はがきサイズ2枚の作品を完成させます。

時 4月15日、5月13日・20日、6月3日・24日、7月8日・22日、8月5日・19日、9月2日・16日(いずれも金曜日) 全11回 10:00~11:30

師 太田進さん

定 10人(応募多数の場合は抽選)

料 13,200円(材料費込み)

◆触れてみよう!津軽三味線教室

人々の胸を打つ津軽三味線の響きを仲間と体感してみませんか。分かりやすい譜面を元に「津軽じゃんがら節」の合奏を目標にします。

対 小学3年生以上

時 4月15日・22日、5月20日・27日、6月10日・24日(いずれも金曜日) 全6回 19:30~20:45

師 松永兼治さん

定 10人(応募多数の場合は抽選)

料 6,000円(三味線レンタル料+500円)

三重県広報紙「県政だよりみえ」が変わります

広報広聴課

問 三重県広聴広報課

(☎059-224-2788 FAX059-224-2032)

4月から、政策情報はタブロイド判(新聞の半分の大きさ)で、毎月第1日曜日に新聞に折り込みます。イベントなどの暮らしに役立つ情報は、三重テレビのデータ放送でお届けします。タブロイド判は、施設などにも配置します。

イベント講座

募集

その他

保健だより



**「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！

## 四日市港ポートビル展望展示室 「うみてらす14」無料開放

政策推進課  
四日市港管理組合振興課  
(☎366-7022 FAX366-7025)

「県民の日」を記念して、無料開放を行います。



県民の日とは

明治4年の廃藩置県で安濃津県(後に三重県と改称)と度会県が置かれ、明治9年4月18日にその2つが合併して三重県が誕生しました。そして、昭和51年に県政100周年を記念して、4月18日を「県民の日」と決めました。

**時** 4月16日(土) 21:00まで  
開館時間については、お問い合わせください

**所** 四日市港ポートビル14階 展望展示室「うみてらす14」

## 危険物取扱者試験と 予備講習会

予防保安課(☎356-2009 FAX356-2041)

### ◆危険物取扱者試験 (甲種・乙種・丙種)

**時** 甲種: 6月4日(土)・5日(日)  
乙種・丙種: 6月4日(土)・5日(日)・11日(土)

**所** 北勢自動車協会(八田三丁目) 他

**■受付期間** 4月7日~18日  
(電子申請の場合は4月4日9:00~15日17:00)

**■願書** 消防本部予防保安課または各消防署・分署で配布

**問** 消防試験研究センター三重県支部  
(☎059-226-8930 FAX059-225-6736)

### ◆予備講習会(乙種第4類)

**時** 5月12日(木)・13日(金)のいずれか1日 9:00~17:00

**所** 消防本部2階 防災センター(西新地)

**注** 両日とも同じ内容

**申** 必要事項を記入した所定の申込用紙(消防本部予防保安課または各消防署・分署で配布)を当日、直接会場へ

**料** 受講料1,000円

**他** 自家用車の乗り入れはできませんので、公共交通機関を利用してください

## 防火・防災管理講習の開催

予防保安課  
(☎356-2008 FAX356-2041)

**対** 市内に在住、または通勤する人

**時** ①甲種防火管理新規  
5月9日(月)・10日(火)の2日間 9:30~15:40

②乙種防火管理  
5月9日(月) 9:30~15:40

③防災管理新規  
5月11日(水) 9:10~15:20

**所** 消防本部2階 防災センター(西新地)

**定** ①120人 ②40人 ③100人

**料** ①・②は2,400円、③は2,100円

**申** 4月11日~22日(土・日を除く) 8:30~17:15に、上半身写真を1枚持って、直接、消防本部予防保安課、北消防署、朝日川越分署、南消防署へ。申し込み用紙は消防本部ホームページから入手できます

**他** 電話での申し込みはできません

**他** 電話での申し込みはできません

## 第10回四日市市民オペラ公演 「蝶々夫人」(日本語上演) キャスト募集

四日市市民オペラ実行委員会事務局  
(☎354-4501 FAX354-4093)

11月に市民オペラ「蝶々夫人」を上演するに当たり、キャストを広く募集します。

**対** 18歳以上で、専門的な教育を受けたことのある人、または同等の力

量を持っている人

### ◆本公演

**時** 11月5日(土)・6日(日)  
全2ステージ

**所** 文化会館 第1ホール

### ◆オーディション

**時** 5月15日(日)

**所** 文化会館 第1練習室

**■募集する役** 蝶々夫人(ソプラノ)、ピンカートン(テノール)、スズキ(メゾソプラノまたはアルト)ほか

**申** 4月12日(必着)までに、文化会館で配布する申込書を郵送または直接、〒510-0075 安島二丁目5-3 文化会館内 第10回四日市市民オペラ実行委員会事務局へ。申込書は同館ホームページ([HPhttp://yonbun.com/](http://yonbun.com/))からも入手できます

**他** オーディションに関する詳細は、事務局にお問い合わせください。また同館ホームページもご覧ください

## 「地域でお達者クラブ」を利用しませんか

健康づくり課  
(☎354-8291 FAX353-6385)

簡単なストレッチ・筋力トレーニングなどをお伝えします。体操以外のいろいろな集まり(例えば、茶話会・絵手紙・囲碁など)の前後に伺うことも可能です。ぜひご利用ください。

**対** 会場と駐車場の確保ができ、参加者がおおむね65歳以上で5人以上の団体

**時** 月~金曜日の午前または午後13:30~60分程度。6カ月間で最高5回(詳細は相談の上決定)

**料** 無料

**申** 初回実施日の1カ月前までに、団体名、代表者の住所・名前・電話番号、「地域でお達者クラブ」希望と明記の上、はがきかファクス、または電話か直接、健康づくり課(市役所3階)へ

**他** 事前に、実施日時などについて、代表者と同課の打ち合わせが必要

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

## 市民園芸教室野菜コース (初心者向け)受講者募集

農業センター(☎326-0132 FAX326-1162)

時	内
4月27日(水)	夏野菜の作り方
6月8日(水)	土つくりと施肥
8月10日(水)	秋蒔き野菜の作り方

時13:30~15:30

定50人(応募多数の場合は抽選)

料3回通しで500円

申4月4日(必着)までに、住所、名前(ふりがな)、電話番号を、野菜コース(初心者向け)受講希望と明記の上、はがきで、〒512-1204 赤水町971-1 同センターへ

他すべて講義のみ。内容は変更する場合があります

## 12月25日公演予定の 「四日市の第九2016」の 予備講座受講者を募集します

文化振興課  
☎文化協会(☎/FAX351-3729)

対「四日市の第九」に出演を予定する人

時5月7日(土)・22日(日)、6月4日(土)・18日(土)、7月3日(日)・23日(土)、8月6日(土)・27日(土) いずれも9:45~11:45(ただし、8月27日は18:45から)

所文化会館 第1リハーサル室(ただし、8月27日は総合会館7階 第3研修室)

内音取りや発声を中心にした基礎的な8回コースです。初めて歌う人には受講をお勧めします。経験の有無に関係なく、ドイツ語の発音や音程の不安なところなど基礎を学びたい人はどなたでもどうぞ

師馬場浩子さん 定70人

料6,000円(教材代含む)

申4月4日~5月2日に、住所、名前、電話番号、あればメールアドレス、パート(ソプラノ、アルトなど)を明記し、ファクスかEメールで、〒510-0085 諏訪町7、

-17「四日市の第九」事務局(☎354-0731 ☒kunikuni551@msn.com)へ。ホームページ(☎http://symphonyo9.net/)からも申し込みができます。申し込み受け付け後、受講票を送ります

## 第4回四日市ファミリー ロゲイニング大会参加者募集

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432 ☒sports@city.yokkaichi.mie.jp)

毎回参加者に大好評のイベントです。第4回大会は、自然あり、歴史ありの八郷地区周辺で開催します。家族でレッツロゲイニング。

ロゲイニングとは、グループで、制限時間内に、より多くのチェックポイントを回り、得点を競うオリエンタリングに似たスポーツです。

対成人を含む2人以上のグループ

時5月15日(日) 開会式8:50  
競技時間9:30~12:30  
表彰式13:30~14:00

所八郷小学校

定100組

グループの最年少者の年齢により、未就学児・小学校低学年・高学年・一般の4クラスに分類し、上位3位までを表彰します

料高校生以上1,000円、中学生以下無料(大会当日に支払い)

申4月22日までに、所定の申込書をファクスかEメール、または直接、スポーツ課(市役所9階)へ

## RED隊 4期生

少年自然の家(☎329-3210 FAX329-2095 ☒shizennoie@shopro.co.jp)

さまざまな野外活動の体験を通して、自然の家のサポートスタッフを目指す、RED隊員になろう。

対新小学4年~中学生

時①4月10日(日)、②5月7日(土)~8日(日)(1泊2日)、③6月26日(日)、④7月10日(日)、⑤9月、

10日(土)~11日(日)(1泊2日)、⑥10月10日(祝)、⑦11月13日(日)、⑧12月11日(日)、⑨平成29年1月21日(土)~22日(日)(1泊2日)、⑩3月12日(日) 全10回(通年) 原則、全ての回に参加できること ①と⑩は保護者同伴

所少年自然の家

定40人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

料各回700円(②⑤⑨は3,500円)

申4月1日(必着)までに、

- ①郵送の場合：代表者の住所・電話番号・メールアドレス、参加者全員の名前(ふりがな)・学校名・学年を記入した申込書と、82円切手を貼って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「RED隊4期生」係へ
- ②Eメール(パソコンに限る)の場合：件名に「RED隊4期生」、本文に①と同様の必要事項を記入して、少年自然の家へ

## 平成28年度 固定資産税・都市計画税 (第1期)の納期のお知らせ

収納推進課(☎354-8141 FAX354-8309)

5月2日は固定資産税・都市計画税(第1期)の納期限です。納期限までに納付してください。コンビニエンスストアでも納付できます。

口座振替ご利用の方は前日までに振替口座の残高を確認してください。

納税通知書(納付書同封)は、4月7日に発送する予定です。

### ◆納付書の様式について

納付書は、納期ごとの単票になっています。二重納付を防止するため、全期一括納付の納付書はありません。1年分を一括で納めていただく場合は、すべての納付書をご使用ください。

### ◆納付の際にご注意ください

期別と納期限をよくお確かめの上、納めていただく納付書だけを納付窓口へお出しください。

## グリーン隊 参加者募集

少年自然の家(☎329-3210 FAX329-2095  
✉shizennoie@shopro.co.jp)

自然の家で見られるバッタやトンボ・魚など、さまざまな生き物を捕まえて観察します。

対新小学4年～中学生

時①4月29日(祝)、②5月29日(日)、  
③6月11日(土)～12日(日)(1泊2日)、④7月9日(土)、⑤8月28日(日)、⑥9月19日(祝)、⑦10月9日(日)、⑧11月27日(日)、⑨12月25日(日)、⑩平成29年1月29日(日)、⑪2月26日(日)、⑫3月11日(土) 全12回(通年)  
各回9:30～15:30

原則、全ての回に参加できること

所少年自然の家

定40人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

料各回500円(③は3,500円)

申4月15日(必着)までに、

①郵送の場合:代表者の住所・電話番号・メールアドレス、参加者全員の名前(ふりがな)・学校名・学年を記入した申込書と、82円切手を貼って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「グリーン隊」係へ

②Eメール(パソコンに限る)の場合:件名に「グリーン隊」、本文に①と同様の必要事項を記入して、少年自然の家へ

## パブリックコメント

### 四日市市路上喫煙の禁止に関する条例(案)骨子への意見を募集します

生活環境課(☎354-4415 FAX354-4412  
✉seikatsukankyoku@city.yokkaichi.mie.jp)

四日市市では、タバコの吸い殻のポイ捨て減少による環境美化の向上、

タバコの火による火傷の防止や受動喫煙による健康被害の防止など、市民の皆さんが安心・安全に暮らせるように、路上喫煙を禁止する条例の制定を予定しています。この条例(案)骨子について、皆さんの意見を募集します。



#### ■条例(案)骨子の入手先

市ホームページ(☎http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu91440.html)、生活環境課(市役所5階)、市政情報センター(市役所北館1階)、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)、各地区市民センター

#### ■募集期間

3月14日(月)～4月13日(水)

#### ■意見の提出方法

住所、名前を記入の上、同課、市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ直接、または郵送(当日消印有効)かファクス、Eメールで、〒510-8601 生活環境課へ

## 募集

### 市立四日市病院職員募集

市立四日市病院総務課  
(☎354-1111 FAX352-1565)

#### ■募集職種・採用予定日

- ①薬剤師(正職員)
- ②臨床検査技師(正職員)
- ③作業療法士(正職員)
- ①～③とも、平成29年4月1日

#### ■募集人数

- ①②2人程度 ③1人程度

■受験資格 ①～③とも、昭和57年4月2日以降生まれなど(詳しくは、募集案内をご覧ください)

■試験日 5月29日(日)

■試験開始時間・場所

9:00 市立四日市病院

■応募期限

5月18日(水) 17:15(必着)

■募集案内請求先と応募先

〒510-8567 芝田二丁目2-37  
市立四日市病院 総務課(内線5211)

◆臨時看護師随時募集中

勤務時間帯・曜日相談に応じます。

## 平成28年度 市立四日市病院 助産師・看護師採用試験日程

市立四日市病院総務課(☎354-1111 FAX352-1565)

採用予定人数など詳しくは、応募締め切り日の前月の広報よっかいち下旬号に掲載し、募集案内を配布します。

採用試験日	応募締め切り日	採用予定日
5月21日(土)	5月11日(水)	7月1日 平成29年4月1日
6月18日(土)	6月8日(水)	10月1日 平成29年4月1日
7月23日(土)	7月13日(水)	
8月19日(金)	8月10日(水)	
11月19日(土)	11月9日(水)	平成29年1月1日 平成29年4月1日
平成29年1月20日(金)	平成29年1月11日(水)	平成29年4月1日

※募集定員に達した場合、以後の試験は実施しません

■試験科目 小論文、適性検査、面接

## 保険料納付指導員の募集

保険年金課(☎354-8158 FAX359-0288)

保険料の収納、納付指導などを行う職員を募集します。

■募集人数 2人程度

■採用予定日 5月1日

■主な受験資格

義務教育を修了し、昭和31年5月2日以降に生まれた人

■試験日と場所

4月10日(日) 9:30

総合会館7階 第2研修室

■4月4日(必着)までに、保険年金課(市役所3階)にある申込書に必要書類を添えて、郵送、または直接、〒510-8601 保険年金課へ

提出書類などは採用試験要項をご覧ください。採用試験要項は、市ホームページ「職員募集」からも入手できます

## 平成28年度市議会モニターの募集

議事事務局(☎354-8340 FAX354-8304  
shigikai@city.yokkaichi.mie.jp)

市議会の円滑かつ民主的な運営を推進するため、四日市市議会では市議会モニター制度を実施しています。

■市内に在住する満18歳以上の人(公務員、各議会議員、市の行政委員は除く)で、市議会のしくみ・運営や、市政・地域社会の発展に関心がある人

■議会運営に関して、意見・提言を提出するとともに、研修会・意見交換会に出席して意見を述べます

■10人程度

■任期 1年。ただし、再任(1回)を可としています

■説明会 4月15日(金)10:00から、総合会館7階 第2研修室(当日、参加自由)

■4月22日(必着)までに、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、生年月日(※)、電話番号、ファクス番号(※)、パソコン用メールアドレス、

レス(※)、応募理由を、直接か郵送、ファクス、Eメールで、〒510-8601 議事事務局(市役所10階)へ(※任意の記入項目)

■委嘱式は5月下旬の予定。報酬は支給しませんが、年度末に記念品をお渡しします。各地区市民センターや四日市大学にも推薦を依頼しており、全体の定員は50人程度です

## 市立保育園保育士(臨時職員)の登録者を募集

保育幼稚園課(☎354-8173 FAX357-5260)

■保育士資格を持っている人

■勤務条件 常勤週5日勤務(勤務日数については相談に応じます)

■登録を希望する人は、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

## 四日市市熟年大学受講生募集

文化振興課(☎354-8239 FAX354-4873)

■9,000円(クラブ活動や行事の経費など、別途自己負担あり)

■4月1日~21日に、所定の用紙で各地区市民センター、または文化振興課(市役所5階)へ

■所定の用紙(講座日程、申込用紙)は申し込み受付場所配布

◆教養課程

■60歳以上(4月1日現在)の市民で、これまでに受講したことのない人

■講義…10:00~11:30

クラブ活動(書道・銅板工芸・陶芸・水墨画・俳画・俳句・コーラス・社交ダンス)…13:00~15:00

その他、班長会、クラブ長会、各種委員会などを随時開催

■所 中部地区市民センター ■講座日と内容 下表のとおり

■定 100人(応募多数の場合は抽選)

教養課程の講座日と内容

月	日(曜日)	内容	月	日(曜日)	内容
5	9(月)	入学式・記念講演(専攻課程と合同)	11	10(木)	音楽鑑賞と交流会
	27(金)	郷土四日市を学ぶ-地方創生-		18(金)	現代社会を考える(1)-地球環境とくらし-
6	10(金)	四日市の自然(1)-昆虫と環境-	12	2(金)	文学に親しむ-平安女流文学-
	24(金)	介護予防といきいき食生活		15(木)	「ボランティア活動」実践発表会
7	8(金)	四日市の自然(2)-鎮守の森-	1	6(金)	生き方を考える-夢を持って生きる-
	22(金)	子どもの権利とは		20(金)	現代社会を考える(2)-くらしと法律-
8	5(金)	まちづくりを考える-地域で市民活動・市民協働を進めるために-	2	10(金)	私たちの暮らしと人権
	19(金)	防災を学ぶ-被災地体験から-		24(金)	現代社会を考える(3)-人生百年時代を生きる-
9	9(金)	郷土四日市を学ぶ-街歩きで感じる四日市の歴史-	3	4(土)	文化祭
	23(金)	文学に親しむ-俳句にみる人生模様-		5(日)	文化祭
10	12(水)	文化財めぐり(市内現地学習)	16(木)	修了式・記念講演(専攻課程と合同)	
	28(金)	生き方を考える-自分らしい最後の迎え方-		※講座内容は変更することがあります	

◆専攻課程

■平成23年度以降に教養課程を修了した人

■教養課程と同じ。講座日は5月19日(木)の第2回以降、原則として隔週の木曜日(入学式・修了式、諸行事を除く) ■所 総合会館



## 介護認定調査員 (嘱託職員) 募集

介護・高齢福祉課  
(☎354-8427 FAX354-8280)

介護保険に係る要介護認定の調査を行う嘱託職員の採用試験を行います。

■採用予定日 5月1日

■募集人数 1人程度

■主な受験資格

- ①昭和31年5月2日以降生まれ
- ②介護支援専門員、社会福祉士のいずれかの資格を有する
- ③地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない
- ④外国籍の人は、永住者または特別永住者の在留資格を有する

■雇用形態

平成29年3月31日まで(1年ごとの更新あり。ただし、最長平成33年3月31日まで。なお、60歳を超えて新たな更新は行いません)

■試験日時と場所

4月10日(日) 9:00 総合会館

■4月4日(必着)までに、介護・高齢福祉課(市役所3階)にある申込書を、郵送か直接、〒510-8601 介護・高齢福祉課へ

■詳しくは、同課で配布する採用試験要項をご覧ください。市ホームページ「職員募集」からも入手できます

## 三重とこわか国体 マスコットキャラクター 愛称の募集

スポーツ課 国体推進室

■三重県国体準備課(☎059-224-2998

HP<http://www.pref.mie.lg.jp/D1sports/mascharaname/>)

2021年に三重県で開催する第76回国民体育大会のマスコットキャラクターのデザインが決定しました。このマスコットにふさわしく、親しみ、



やすい愛称(名前)を募集します。

■締め切り 4月30日(土)まで

■応募方法

- (1)募集チラシについているはがき、ファクスまたはインターネットのいずれかの方法で応募してください(ただし、電子メールによる応募は受け付けません)
- (2)応募者の住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号、職業(学校名、学年)を記入してください
- (3)作品は、自作で未発表のものに限ります
- (4)1人何作品でも応募できます。ただし、1回の応募につき1作品の応募とし、それぞれ異なる作品に限ります

■「とこわか マスコット愛称」で検索

## エコパートナーを募集します

四日市公害と環境未来館

[☎354-8065 FAX329-5792  
月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)]

四日市公害と環境未来館では、四日市市と協働で、環境学習、環境活動を行っていただける団体、個人を募集します。エコパートナーは、四日市公害と環境未来館の委託事業として講座などを行っていただくほか、当館の活動室を利用していただけます。詳しくは、募集要項をご覧ください。

■環境学習、環境活動を行っている団体、個人

■所定の用紙に必要書類を添え、郵送か直接、〒510-0075 安島一丁目3-16 四日市公害と環境未来館 そらんば四日市(博物館) 図書コーナー(1階)へ

■募集要項は、そらんば四日市(博物館) 図書コーナーで配布するほか、ホームページ(HP<http://www.city.yokkaichi.mie.jp/yokkaichikougai-kankyomuraikan/>)からも入手できます

## 平成28年度 ジュニア リーダー・サブリーダー 養成講習会受講者募集

青少年育成室(☎354-8247 FAX354-8061)

子ども会活動や地域活動の青少年リーダーとなるジュニア(中・高校生)リーダー、サブ(小学生)リーダー養成講習会の受講生を募集します。

■市内に在住、または通学する中・高校生、小学5・6年生

■時①5月8日(日)、②6月4日(土)~5日(日)(1泊2日)、③7月3日(日)、④7月30日(土)~8月1日(月)(2泊3日)、⑤9月4日(日)、⑥10月2日(日)、⑦11月6日(日) 全7回 原則、全ての会に参加できること

■屋外、屋内レクリエーション、キャンプなどの企画・実技の講習など

■レクリエーション協会、キャンプ協会指導員など

■定約40人

■料①、③、⑤~⑦は無料。②は2,000円、④は4,000円

■4月27日(必着)までに、青少年育成室(総合会館3階)もしくは各地区市民センターに置いてある申込書を、郵送、または直接、〒510-0085 諏訪町2-2 青少年育成室へ

■募集の詳細や申込書は、4月に市内の公立小学5・6年生・中学生全員と高校に配布します。また4月6日以降、市ホームページからも入手できます

## 四日市シティロードレース大会 の交通規制情報のお知らせ

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432)

■時4月3日(日) 8:55~10:00  
(雨天実施)

■スタート 中央緑地陸上競技場

■コース 新正~新町通り~橋北通り~三滝通り~新正

●新町通り、橋北通り、三滝通りはランナー通過後、順次解除します

明治安田生命Presents  
Kazumasa Oda Tour 2016  
♪♪君住む街へ♪♪

四日市ドーム【☎330-3131 FAX330-3133  
月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)】

日本人に長きに渡り親しまれ、J-POPシーンのトップとして数々の記録を打ち立ててきた小田和正。



全国ツアー「君住む街へ」が来る5月7日(土)、8日(日)四日市ドームで開催されます。

時 5月7日(土) 開演18:00

5月8日(日) 開演17:00

所 四日市ドーム

料 S席 8,640円(税込)

他 未就学児入場不可

#### ◆市民向けチケット販売

市民を対象に一定枚数のチケットを販売します。購入を希望する人は、下記特電までご連絡ください。

3月27日(日)10:00~4月3日(日)23:59

ダイレクトセンター特電

☎0570-064-405

他 市民向けチケット販売はS席のみです。A席をご希望の人は各種プレイガイドでお買い求めください。お一人様4枚まで。予定枚数に達し次第、受け付け終了します

問 サンデーフォークプロモーション

☎052-320-9100

(10:00~18:00)

## その他

### 年金Q&A

保険年金課(☎340-0221 FAX359-0288)

Q 私は今58歳ですが、今までに国民年金の保険料を納めていない期間があります。60歳以降も保険料を納めることができますか

A 年金を受給するには厚生年金や国民年金(納付・免除)を合わせた

期間が最低25年以上必要です。60歳までに未納期間がある人は、60歳以降(厚生年金加入期間を除く)国民年金に任意加入して保険料を支払うことにより、年金を受給する資格を得る、または受給額を増やして満額に近づけることができます。

ただし、任意加入は原則65歳までです。年金を受給する資格を満たせない人は、65歳以降も資格を得られるまで(最高70歳まで)特別に加入(昭和40年4月1日以前生まれの人)することができます

### スマホで「広報よっかいち」がご覧になれます(広報紙)

広報広聴課(☎354-8244 FAX354-3974)

QRコードを読み取り、アプリをダウンロード。「お住まいの地域」で四日市市を設定するとご覧になります。ぜひ、ご利用ください。

#### ■ダウンロード用QRコード



iOS版



Andoroid版

### 市立四日市病院からお知らせ

市立四日市病院医事課  
(☎354-1111 FAX354-1218)

当院では平成28年4月1日から診療の際、紹介状をお持ちでない場合には原則として、初診時に5,400円(歯科口腔外科は3,240円)を診療費とは別にご負担いただきます。

また、病状が安定し、かかりつけ医へ紹介をさせていただいた人が、紹介状なしに再受診された場合などには2,700円(歯科口腔外科は1,620円)を同様にご負担いただきます。

これは、厚生労働省が医療機関の役割機能分担を推進するために、一定規模以上の病院に対して徴収を義務付けたことによるものですので、ご理解ください。

### 入院時の食事代の自己負担額の引き上げについて

保険年金課(☎354-8161 FAX359-0288)

医療機関に入院したときの食事代の自己負担額が、平成28年4月1日から1食につき現在の260円から360円に、平成30年4月1日からは1食につき460円に引き上げとなります。

ただし、非課税世帯の人については、引き上げはなく、現在の自己負担額のままとなります。また、指定難病の患者や、小児慢性特定疾病児童などで入院中の人などは、現在の自己負担額の260円に据え置きとなる場合もあります。

加入している健康保険が国民健康保険または後期高齢者医療の人は、保険年金課へお問い合わせください。

その他の保険にご加入の人は各自ご加入の保険者にお問い合わせください。

### 看護職の仕事探し、医療機関などの看護職探しを応援します

健康福祉課

問 三重県ナースセンター四日市サテライト  
(☎325-7170 FAX340-6680)

三重県看護協会が、本市に看護職の無料職業紹介所(三重県ナースセンター四日市サテライト)を開設しました。保健師、助産師、看護師、准看護師の免許を持っている人で仕事を探す場合や、医療機関、福祉施設などで看護職を探す場合などに、気軽にご相談ください。

■名称 三重県ナースセンター  
四日市サテライト

所 スターアイランド4階

☎325-7170 FAX340-6680

開設曜日 月~土曜日

開設時間 10:00~17:00

休日 日曜日・年末年始、スターアイランド休館日(不定休)

## 滋賀銀行を収納代理 金融機関に追加しました

会計管理室(☎354-8234 FAX354-8305)

滋賀銀行の本支店でも市税などを納めていただくことができるようになりました。他の金融機関については、納付書などをご覧ください。

所 滋賀銀行三重支店(安島一丁目2-27)ほか本支店の窓口

## 平成28年度分の 福祉サービス利用券を 3月25日からお渡しします

障害福祉課(☎354-8171 FAX354-3016)

### ■有効期間

4月1日～平成29年3月31日

申 障害福祉課(市役所3階)へ  
[各地区市民センター(中部を除く)では申請受け付けのみ]

他 持ち物がそろっていない場合、受け付けできないことがあります

### ◆重度障害者タクシー乗車券

市に登録のあるタクシーに乗る場合に、1回に1枚(初乗り運賃相当額割引)利用できます。

対 (1)身体障害者手帳を持つ

- ①下肢・体幹障害1～3級の人
- ②視覚障害1・2級の人
- ③内部障害1級の人

(2)療育手帳Aを持つ人

(3)精神障害者保健福祉手帳1級を持つ人

[ (1)(2)(3)とも、施設に入所している人や基準以上の所得がある人を除く ]

持 ①本人が申請する場合

障害者手帳、印鑑

②代理人が申請する場合

障害者手帳、障害者本人の印鑑、代理人の身分証明書(運転免許証など)

■交付枚数 年間72枚

### ◆はり・きゅう・マッサージ利用券

四日市市視覚障害者協会指定の施術所で、1回につき1枚利用できます。

函 満70歳以上の人、または身体障害者手帳を持つ肢体障害1・2級の人

持 ①本人が申請する場合

身分証明書

②代理人が申請する場合

本人の身分証明書、代理人の身分証明書

■交付枚数 年間10枚

■利用料金 「はり・きゅう」か「マッサージ」のどちらかを利用したときは2,000円、同時に利用したときは3,000円の利用者負担が必要です

## 通知カードの受け取り、 マイナンバーカード(個人番号 カード)の交付について

市民課(☎354-8152 FAX359-0282)

### ◆通知カードの受け取りについて

通知カードのお受け取りはお済みですか。受け取っていただけていないと、各種手続きでマイナンバーの提示を求められた際に不都合が生じる場合があります。なお、紛失などによる通知カードの再発行については、手数料が必要となりますので、ご注意ください。

### ◆マイナンバーカード(個人番号カード)の交付について

マイナンバーカードを希望し申請された場合、作成されたカードと「交付通知書」が住民票のある自治体に順次届きます。その後、受け取りについての案内文書と交付通知書を同封して、本人宛(転送不要)に送付します。案内文書が届きましたら、事前に受け取り日時を電話で予約してください。

#### 《受け取り場所》

市役所・各地区市民センター・市民窓口サービスセンター

#### 《受け取りに必要なもの》

- ①交付通知書および案内文書、②本人確認書類(運転免許証など)、③通知カード、④住民基本台帳カード(ある人のみ)

③、④は窓口で回収となります。受け取りの際に、窓口で暗証番号を設定していただきます。なお、マイナンバーカードの申請が大変混み合っており、カードの交付準備が整うまでにしばらく時間を要しますので、あらかじめご了承ください。

## 他の公的医療保険に加入 しない人は、国民健康保険 への加入届が必要です

保険年金課(☎354-8159 FAX359-0288)

日本の医療保険制度は国民皆保険となっていて、常に公的な医療保険への加入が義務付けられています。このため、退職などで健康保険の資格が無くなり、他の公的保険にも加入しない場合は、国民健康保険への加入届が必要となります。加入届は、保険年金課(市役所3階)、各地区市民センター(中部を除く)で受け付けています。

持 健康保険資格喪失証明書、運転免許証などの本人確認書類、個人番号(マイナンバー)確認書類

## ご存じですか? 健康保険の「任意継続」

保険年金課(☎354-8159 FAX359-0288)

退職などで健康保険の資格を喪失しても、それまでに一定の加入期間(全国健康保険協会、健康保険組合の場合2カ月以上)があれば、喪失日から20日以内に手続きすることにより、もとの健康保険を最長2年間、任意で継続することができます(国民健康保険組合を除く)。保険料は退職までに負担していた額の倍程度(上限あり)となりますが、市の国民健康保険料よりも低額になる場合があります。手続き方法については、加入していた健康保険、または勤めていた会社にお尋ねください。





# お忘れなく！犬の登録と狂犬病予防注射

生後91日以上飼育された犬は、登録と狂犬病予防注射を行うことが法律で義務付けられています。  
登録は生涯に1回、狂犬病予防注射は毎年1回「狂犬病予防注射月間」の4～6月に注射することになっています。必ず「動物病院」または「集合注射会場」で狂犬病予防注射を行ってください。

- 持ち物**
- 登録のある犬のとき・・・お知らせのはがき(3月下旬発送予定)と注射費用
  - 新たに登録する犬のとき・・・登録費用と注射費用
  - 市外で登録があり、転入登録する犬のとき・・・前住地で交付された犬鑑札、注射費用
- 費用**
- ★集合注射 1頭につき3,200円(注射料金2,650円+注射済票交付手数料550円)
  - ★登録 1頭につき3,000円

※おつりのいらぬようにご協力をお願いします



## 動物病院で受ける場合

下記の委託契約動物病院の場合は、犬の登録手続き、狂犬病予防注射と注射済票の交付を受けることができます。

\*動物病院により診療日(時間)が異なりますので、直接お問い合わせください

本市委託契約動物病院	地区	住 所	電話番号	
四日市市	アーク動物病院	富洲原	富洲原町2-40 ディオワールド2階	361-5090
	川瀬動物病院	富田	大字茂福221-8	363-0558
	平山動物病院	下野	朝明町2531-63	336-2412
	山中獣医科	大矢知	西富田町1020	365-0414
	やの動物クリニック		下之宮町17-1	325-7138
	まつだて動物診療所		川北一丁目1349-6	361-3330
	みずたに動物病院	羽津	大宮西町11-6	333-5777
	いのうえ動物病院		緑丘町3457-9	330-6789
	中川獣医科診療所	橋北	川原町32-19	331-4025
	柳川動物病院	三重	生桑町527-5	332-8211
	矢田獣医科病院	桜	智積町3440-1	326-8787
	森動物病院	水沢	水沢町3009-1	329-2113
	ペットクリニックオザワ	常磐	久保田一丁目5-31	351-0868
	ときわどうぶつ病院		芝田二丁目3-9	353-6935
	コマ動物病院		中川原一丁目2-37	352-9858
	SERIどうぶつ病院		ときわ四丁目4-10	354-3541
	たけ動物病院	四郷	松本2015-79	357-5770
	中川獣医科分院		東日野町288-1	321-7771
	なるかわ動物病院		西日野町1596	320-3939
	すどう動物病院		笹川二丁目196	321-5111
日永動物病院	日永	日永西四丁目15-19	345-9380	
うつべ動物病院	内部	采女町19-5	349-1112	
三重郡	菟野町	菟野2278-2	394-3050	
		永井3086-64	399-2200	
		菟野1100-2	394-1186	
	木村動物病院	川越町	豊田483-2	365-7271

桑名市…アスカ動物病院、まなこ獣医科、伊藤動物病院、大山田動物病院、イオン動物病院東員、けい動物クリニック  
鈴鹿市…自由ヶ丘どうぶつ病院、高波獣医科医院高岡台出張所、山根動物医院、北川動物病院、ベルペットクリニック  
いなべ市…いなべ動物病院

上記の動物病院以外の場合は、動物病院で証明書を受け取り、衛生指導課(総合会館4階)または最寄りの地区市民センターにご提出ください。注射済票を後日交付します。(注射済票交付手数料550円が必要です)



犬の首輪に鑑札や注射済票、  
マイクロチップをつけましょう！  
災害時や万一の時に安心です。

現在、国内発生はありませんが、  
世界では毎年約5万5千人が  
狂犬病にかかり死亡しています。  
人とペットが幸せに暮らすために、  
予防注射をすることが大切です。



犬が行方不明になった  
場合は、まず衛生指導  
課までお問い合わせせ  
ください。



## 集合注射会場で受ける場合 (集合注射は4月のみです)

### 【実施会場日程表】

日	曜	時 間	場 所	日	曜	時 間	場 所
4/5	火	13:00~13:30	大谷台小学校	19	火	13:00~13:40	富洲原地区市民センター
		14:10~14:40	常磐西小学校			14:10~14:30	いかるが集会所(大字羽津甲)
		15:10~15:50	笹川東小学校			14:50~15:40	羽津地区市民センター
12	火	13:00~14:30	楠地区市民センター	20	水	13:00~13:20	小古曾公民館
		14:55~15:15	磯津公会所			13:40~14:15	内部地区市民センター
13	水	13:00~14:00	楠福祉会館	21	木	13:00~13:40	桜台第一会館
		14:20~15:00	塩浜地区市民センター			14:00~14:50	桜地区市民センター
14	木	13:00~13:50	保々地区市民センター	22	金	15:20~15:50	三滝台公会所
		14:20~14:50	あさけが丘集会所			13:00~13:40	河原田地区市民センター
		15:10~15:30	八千代台集会所			14:00~14:20	大治田町公民館
		13:00~13:25	水沢地区市民センター			14:40~15:00	前田町南部公会所
		13:45~14:05	水沢東町集会所			13:00~13:30	神前地区市民センター
15	金	14:25~14:45	水沢茶屋町構造改善センター	25	月	14:00~14:45	川島地区市民センター
		15:05~15:25	西山町構造改善センター			13:00~13:35	あがたが丘集会所
		13:00~13:40	八郷地区市民センター			14:00~14:30	県地区市民センター
		14:00~14:20	平津新町公民館			14:50~15:10	西坂部町御館構造改善センター
		14:50~15:05	あかつき台集会所(三丁目)			13:00~13:40	日永地区市民センター
18	月	13:50~14:10	和無田町構造改善センター	25	月	14:00~14:40	四郷地区市民センター
		14:30~14:45	鹿間町構造改善センター			15:05~15:35	高花平中央集会所
		15:10~15:30	北小松公民館			13:00~13:25	小杉町公会所
		13:00~13:20	下野地区市民センター			14:00~14:40	橋北地区市民センター
		14:00~14:30	大矢知地区市民センター			15:00~15:40	海蔵地区市民センター
18	月	14:50~15:20	富田地区市民センター	25	月	13:00~13:20	県四日市庁舎(新正)
		13:00~13:20	南小松公民館			13:45~14:25	市役所(芝生広場)
		13:40~14:00	波木町公会所			13:00~13:30	坂部が丘集会所
		14:40~15:20	常磐地区市民センター			14:00~14:30	三重地区市民センター
						14:50~15:20	※三重団地第一集会所
						15:40~16:00	尾平町集落センター

※例年は三重団地第二集会所ですが、今年は三重団地第一集会所です。ご注意ください。

### 【注意事項】

- ご来場の際は事故防止のため、首輪は外れないようにしっかりと付け、犬を制御できる人が連れてお越しください(制御ができない場合は、動物病院での接種をお願いします)
- どの注射会場でも受けられますので、ご利用ください
- ふん尿の始末は連れて来られた人が責任を持って行ってください
- 市役所(芝生広場)に車で来場される場合は、市営駐車場をご利用ください
- 雨天の場合でも実施します



情報

◆春の土鍋スイーツづくり 参加者募集

時 4月16日(土) 13:00~14:00 所 ばんこの里会館2階 研修室 定20人(先着順)  
料 1,000円 申 4月9日までに、同会館(☎330-2020 FAX330-2021)へ

◆四日市案内人 海蔵地区の自然・歴史・文化  
時 4月17日(日) 9:00~12:00 (雨天実施)  
所 近鉄阿倉川駅前集合・解散 料 会員200円・非会員300円 持 交通費、飲み物など  
問 同会 飯田(☎090-7610-5512)

◆三重の就職セミナー (無料)

対 平成29年3月に大学・短大・専門学校などを卒業予定者、34歳位までの若年就職希望者(1ターン・Uターン希望の人を含む) 時 4月20日(水)13:00~17:00 所 文化会館 展示棟 問 四日市商工会議所商工振興課(☎352-8194 FAX354-3737)

◆安全安心 高齢期の整理収納講座

対 50歳以上の人 時 4月20日・27日、5月11日・18日(いずれも水曜日) 14:00~16:00 所 本町プラザ3階 はもりあ四日市会議室 料 800円/回 定 12人(先着順)  
申 事前に、中村(☎/FAX321-2970)へ

◆「ほめパワー」で簡単クッキング&ほめトレ

時 4月22日(金) 10:30~13:30 所 あさけプラザ2階 料理室 定 10人 料 900円  
持 エプロン、筆記道具、ふきん 問 セパ三重(子育て広場・ドロップin) FAX363-3728  
sepamie@yahoo.co.jp

◆第17回四写協写真展 (入場無料)

時 4月22日(金)~24日(日) 9:00~17:00 (初日は12:00から、最終日は16:00まで)  
所 文化会館展示棟 第3展示室 問 四日市写真協会 三井(☎/FAX321-6143)

◆よっかいち緑の会 市民への誘い「森林浴」

時 4月24日(日) 7:45 近鉄四日市駅西集合(雨天の場合、別企画) ■行き先 柳生街道滝坂の道(奈良市) 定 49人 料 4,000円(保険代含む) 持 ハイキングのできる服装、弁当、水筒、ザックなど 申 3月末までに、同会 石川(☎321-0475)へ

◆四日市吹奏楽団 定期演奏会

時 4月24日(日) 開場13:30 開演14:00  
所 文化会館 第1ホール 料 一般1,000円(当日1,300円)、中・高校生500円(当日700円) 小学生以下無料 問 同団事務局(☎386-4196)

◆稚児行列参加募集

時 4月29日(祝) 11:00から 定 50人(先着順) 料 5,000円(衣装代、祈祷代、集合写真代など) 申 4月22日までに、直接、四日市一番街商店街振興組合事務所(諏訪栄町 ☎354-5272 火曜日休み)へ

◆講演会「憲法改悪は私たちがゆるさない」

時 4月29日(祝) 13:30~16:00 所 総合会館7階 第1研修室 料 無料(会場でカンパを申し受けます) 問 秘密保護法を考える四日市の会 事務局(☎090-2925-0138)

◆「四傾聴」傾聴ボランティア養成講座

時 5月26日、6月2日・9日・23日・30日、7月7日(いずれも木曜日) 9:15~15:30  
所 総合会館4階 会議室 定 8人 料 6,000円(全6回の受講料・資料代) 申 4月20日までに、〒512-0921 尾平町3330-105 猪岡紀久子(☎/FAX332-3570)へ

◆文章教室「言の葉」会員募集

時 5月20日(金) 13:30~15:30 所 はもりあ四日市 定 5人 料 1,000円 他 希望者は、課題「ふたり」(A4版1,200字以内)のパソコン原稿をお持ちください 問 同教室 奥田(☎/FAX321-8468)

固定資産税の「縦覧帳簿の縦覧」と「課税台帳の閲覧」ができます

資産税課(☎354-8136 FAX354-8309)

所 資産税課(市役所2階)

持 縦覧、閲覧の際には本人確認用に、運転免許証や旅券(パスポート)などをお持ちください。代理人申請の場合は委任状が必要です

■縦覧帳簿の縦覧 (無料)

納税者が本人所有以外の土地、家屋の評価額を見ることができます。

時 4月1日~5月2日 8:30~17:15(土・日曜日、祝日を除く)

■課税台帳の閲覧

納税者本人や同一世帯の家族などのほか、土地・家屋を借りている人は、使用または収益の対象となる部分の課税標準額などを見ることができます(賃貸借契約書の提示が必要です)。平成28年度分の閲覧は、4月1日からできます。

料 1件につき200円(ただし、納税義務者は縦覧期間中に限り、当該年度分のみ無料)

四日市都市計画緑地の変更原案の縦覧および公聴会の開催

都市計画課(☎354-8194 FAX354-8404)

都市計画の変更案を作成するに当たり、下記の通り、原案の縦覧および公聴会を実施します。原案に対して意見を述べることを希望する人は、事前に公述申出書の提出が必要です。

時 4月21日(木) 19:00から

所 総合会館7階 第3研修室

■縦覧する都市計画変更原案

四日市都市計画緑地(中央緑地)の変更

■内容

都市計画道路3.4.16国道1号の変更・整備に伴う中央緑地の面積の一部廃止

■縦覧・公述申出書の提出期限

4月4日(月)~18日(月)

8:30~17:15(土・日曜日を除く)

■縦覧場所

都市計画課(市役所4階)

■公述申出書の提出先

四日市市長

[〒510-8601 都市計画課]

公述申出書の提出がない場合は、公聴会に代えて説明会を開催します

四日市都市計画生産緑地地区の変更原案の縦覧および公聴会の開催(都市計画から除外及び追加指定)

都市計画課(☎354-8194 FAX354-8404)

都市計画の変更案を作成するに当たり、下記の通り、原案の縦覧および公聴会を実施します。原案に対して意見を述べることを希望する人は、事前に公述申出書の提出が必要です。

時 4月22日(金) 19:00から

所 総合会館7階 第3研修室

■縦覧する都市計画変更原案

四日市都市計画生産緑地地区の変更

■内容

平成27年4月1日から平成28年3月31日までの間に死亡、病気がなどで行為制限が解除になった農地などを、生産緑地地区から除外する変更および、平成27年4月1日から平成27年12月31日までの間に生産緑地地区指定の申出があり、指定要件を満たしている農地を生産緑地地区に指定する変更を行います

■縦覧・公述申出書の提出期限

4月4日(月)~4月18日(月)

8:30~17:15(土・日曜日を除く)

■縦覧場所

都市計画課(市役所4階)

■公述申出書の提出先

四日市市長

[〒510-8601 都市計画課]

公述申出書の提出がない場合は、公聴会に代えて説明会を開催します

イベント情報

募集

その他

保健だより

### 防災グッズの寄贈を受けました

危機管理室(☎354-8119 FAX350-3022)

市内のコンビニート企業で結成される四日市コンビナート地域防災協議会から防災グッズの寄贈を受けました。

防災大学の修了生に配布するほか、防災に関するイベントの参加者に配布する予定です。



### 「ちゃんねるよっかいち」の放送時間が変わります

広報広聴課(☎354-8244 FAX354-3974)

市では、シー・ティー・ワイのコミュニティチャンネル(CTY地デジ12ch)を通じて、皆さんに身近な市政情報を提供しています。

4月から下記のとおり放送時間が変わります。

#### ■放送時間(20分間)

月・水・金・日曜日 9:30、20:30

火・木・土曜日 12:30、20:30

#### ■番組の更新

毎月1日、11日、21日

他番組放送期間終了後は、YouTubeで動画配信をしています。市ホームページ(<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu75451.html>)からも見ることができます

### スポーツ安全保険 ～安心して活動するために～

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432)  
スポーツ安全協会三重県支部(☎372-8100)

スポーツ安全保険は、スポーツ活動、文化・ボランティア活動、地域活動などを行う社会教育関係団体の傷害事故や賠償責任などを補償する保険です。

対5人以上で構成されるアマチュアの社会教育関係団体(家族だけの活動、プロスポーツや営利活動を行う団体を除く)

#### ■保険期間

4月1日～平成29年3月31日

#### ■加入依頼書設置場所

スポーツ課(市役所9階)など  
他(公財)スポーツ安全協会ホームページ(<http://www.sportsanzen.org>)でも加入を受け付けています

### 宝くじ助成金で、 「納涼祭用やぐら」「太鼓・神輿」 「鯨船」を整備しました

市民協働安全課  
(☎354-8179 FAX354-8316)



平成27年度コミュニティ助成事業(宝くじの助成事業)の採択を受け、富田地区連合自治会では納涼祭用のやぐらを整備し、北楠祭り文化保存会では太鼓および神輿(写真)の、また鯨船勢州組保存会では鯨船の修繕を行いました。

土・日曜日、祝・休日も利用できます (10:00～19:00)

#### ◆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、祝休日には一部取扱いできない業務があります

#### 四日市けいりん



場外発売...4月①・②・③・⑨・⑩・⑪・⑫・⑭・⑮・⑯・⑰・⑲・⑳・㉑・㉒・㉓・㉔・㉕・㉖・㉗・㉘・㉙・㉚・㉛・㉜・㉝・㉞・㉟・㊱・㊲・㊳・㊴・㊵・㊶・㊷・㊸・㊹・㊺

23・24・㉗・28・29・30日

(○数字は昼間場外・ナイター場外併売)

### 市の情報発信源(4月の予定)

CTY  
地デジ12ch



手紙  
付いています

放送時間(20分間)

月・水・金・日 9:30・20:30

火・木・土 12:30・20:30

内容(予定) 1日(金)～10日(日) 博物館・プラネタリウム リニューアル1周年  
11日(月)～20日(水) 公園であそぼう!  
21日(木)～30日(土) おいしい かぶせ茶レシピ



#### 「市政情報番組(仮)」(5分間)

第1・3日曜日 8:54・14:54

…市政情報をピックアップしてお届けします

#### 「よっかいち わいわい人探訪!」(5分間)

第2・4日曜日 8:54・14:54

…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

#### 「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

#### 「人権を確かめあう日」(5分間)

毎月22日

4月は7:30・12:54・16:30・18:30

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 = 17:00～21:00 F = 9:00～21:00

#### 中央緑地体育館(☎345-4111)

バドミントン 4/11・14・18・25 B 4/4 C  
4/26 D 4/5・6・8・20 F

卓球 4/21 B 4/12・19 D 4/27 F

バスケットボール 4/22 C 4/7・15 F

バレーソフトバレーボール 4/22 D 4/1・13 F

#### 中央緑地第2体育館(☎345-4111)

バドミントン 4/12・19・28 B

4/15・22 E 4/1 F

卓球 4/11・14・18・21・25・26 B

4/4・13・20 E 4/6・7・8 F

バレーソフトバレーボール 4/27 E 4/5 F

#### 四日市ドーム(☎330-3131)

グラウンドゴルフ 4/7・19・26 D

あさけプラザ体育館(☎363-0123)

バドミントン・卓球 4/2・9・16・23・30

(9:30～16:30)

四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み



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

◆四日市地域救急医療情報センター ☎353-1199

◆音声・FAX案内 ☎/FAX 0800-100-1199

◎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 小 児 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
	耳 鼻 咽 喉 科	日曜日 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	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)
	休 日 診 療	年末年始(12/30・31、1/1・2) 9:00~11:30
薬の相談 (本町9-8 本町プラザ内) ☎354-8440	薬剤師による薬の相談	毎月第3土曜日 14:00~16:00 ■担当 一般社団法人 四日市薬剤師会
みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000 または☎059-232-9955	子どもの病気などの 電 話 相 談	毎日 19:30~翌朝8:00 ■担当 医療関係の専門相談員 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が手元にない場合は、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 ☎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・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 ☎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
Hib 小児用肺炎球菌 四種混合 三種混合 不活化ポリオ BCG 麻しん、風しん混合 二種混合 水ぼうそう 日本脳炎 子宮頸がん予防	○対象年齢は、予防接種予診票についている予防接種の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) ○日本脳炎予防接種特例対象者について 「平成7年4月2日~平成19年4月1日生まれ」の人は、日本脳炎予防接種の1期・2期の接種が済んでいない場合、20歳未満までの間に接種できます。

※おたふくかぜの予防接種費用の一部を補助します。1~4歳の人を対象で、補助額は最大3,000円です。なお、接種前に必ず申請が必要です

《平成25年3月31日までに、子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンを接種した人へ》

市町村の助成を受けて平成25年3月31日までに子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した人で、接種後に何らかの症状が生じて医療機関を受診した人は、接種との関連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合があります。お心当たりのある人は、具体的な請求方法などについて、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口【フリーダイヤル☎0120-149-931、ご利用にできない場合は☎03-3506-9411(有料)】へ至急お問い合わせください。

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/>

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。託児はありません**

名称	対象など	日時	締め切り	申し込み時必要事項など
<b>パパママ教室</b> (妊娠中の生活の話、沐浴体験、 妊娠模擬体験など)	出産予定日が8月1日以降 (教室参加時、妊娠28週未満) の妊婦・その家族 <b>定</b> 15組	5月8日(日) 9:30~12:00	4月25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
<b>乳幼児食教室</b> (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	<b>定</b> 5月6日・35人 5月10日・20日 …各24人 5~8カ月児 9~12カ月児	5月6日(金) 5月20日(金) 10:30~11:50 5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 <b>所</b> 5月10日・20日…あさけプラザ <b>図</b> だっこひもなど
<b>デンタルマタニティスクール</b> (講話と歯科健診・歯磨き指導など)	妊娠16~32週の妊婦 <b>定</b> 約10人	5月20日(金) 13:30~16:30	4月22日	受講希望日、住所、名前、電話番号、妊娠週数 <b>図</b> 歯ブラシなど
<b>歯ハハの教室</b> (講話と歯科健診・歯磨き指導など) ※希望者にフッ素塗布	2~4歳未満の幼児 <b>定</b> 各15組 ※締め切り後、申込者全員に 受講日を連絡します (応募多数の場合は抽選)	5月17日・24日(火) 10:00からのみ 5月27日(金) 10:00から または13:30から		受講希望日(午前・午後の別)、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 <b>図</b> 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2歳未満または4歳の誕生日を過ぎている人は受講できません。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
<b>育児相談</b>	乳幼児	4月25日(月) 9:30~11:00		<b>所</b> 総合会館5階 申し込み不要
<b>「パンダひろば」</b> (育児について、みんなでわいわいお話しませんか)	6カ月未満の乳児と保護者	4月18日(月) 10:00~11:00		
<b>家庭訪問・電話相談</b>	妊婦・産婦・新生児・乳幼児	月~金曜日(祝日除く) 8:30~17:15	随時	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

### 難病、感染症の相談・検査

**料**無料 **問**保健予防課 ☎352-0594 FAX351-3304

相談・検査項目	日程・時間	場所
<b>結核相談・エイズなどの相談・難病相談</b>	保健師による相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	総合会館4階
<b>エイズ・B型肝炎・梅毒検査(匿名)</b> ※予約不要。検査結果連絡のため、再度来所が必要	4月6日・13日・20日・27日(いずれも水曜日) 13:00~15:00 4月27日(第4水曜日) 17:30~19:00	総合会館5階

### こころの相談

**料**無料 **問**保健予防課 ☎352-0596 FAX351-3304

相談・検査項目	日程・時間	場所
<b>こころの相談</b> (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) 4月8日・22日(いずれも金曜日) 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
	保健師による相談…電話相談(随時)・来所相談(要予約)	

### 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

ランニングトラックや軽運動室のほか、温水プール(第1・2プール)、グラウンドゴルフ場などの運動施設がご利用いただけます。トレーニングルームに、障害のある人や車いすの方もご利用いただけるトレーニング機器を増設しました。健康増進のために、ぜひご利用ください。

※プールをご利用の際は、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

※軽運動室や温水プール(第2プール)、グラウンドゴルフ場は、団体による専用使用となっている場合がありますので、ご確認の上、ご利用ください

# 「つながりが命を救います」

人権のひろば～人権・同和教育シリーズ～  
＝毎月22日は「人権を確かめ合う日」です＝



3月は自殺対策強化月間です。  
平成26年度における市内の自殺者数は52人でした。1週間に約1人の大切な命が失われてしまったこととなります。

日々悩みを抱えながらも一生懸命に生きようとしている人が、大切な家族や友人を残して自ら死を選んでしまうきっかけはさまざまですが、その一つに、「うつの人への飲酒」があります。

## 【死のトライアングル】

うつとアルコールと自殺は、死のトライアングルと言われます。

うつを患い、なかなか解決策が思

いつかない問題を抱えている人が、「自分はいったいどうしたらよいか」などと考えながらお酒を飲むと、「いっそのこと死んでしまおうか」という気持ちになることもあるそうです。

## 【こころの声を大切に】

自殺による死は他人事ではなく、自分や自分の周囲の人にも起こり得るものです。誰にでもできる「おはよう」「こんにちは」などの何気ない声掛けが、人と人とのつながりをつくりま

す。こころの声に耳を傾け、かけがえない命を救うために、悩んでいる

人の話を聴き、寄り添い見守ることが大切です。

お互いが支え合って生きていく社会をつくっていきましょう。



## 問い合わせ先

保健予防課「こころの相談窓口」  
☎352-0596 FAX351-3304

## 4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	市民・消費生活相談室 ※1 訪問販売での消費者被害など	
	市民相談 ※2			市民相談コーナー	
	弁護士相談 ※3		7(木)・14(木)・21(木)・28(木)	※2 金銭貸借、相続、離婚、借地借家、多重債務など	
	司法書士相談 ※3 ※4		4(月)・11(月)・18(月)・25(月)	※3 同一人で、前相談から3カ月以内の相談は不可	
	行政書士相談 ※5	354-8153	5(火)・19(火)	※4 相続、後見、贈与、登記、金銭トラブルなど	
	社会保険労務士相談 ※6		20(水)	※5 許認可、遺言・相続・契約・後見などでの書面の作成相談	
	公証相談 ※7		12(火)	※6 年金、社会保険、労働問題など	
	行政相談 ※8		19(火)	※7 公証人による遺言、相続、契約など	
	交通事故相談 ※9	354-8155	月～金曜日	※8 国・県・市など役所の業務や独立行政法人などに対する意見など	
	建築相談(市民向け)	354-8206	8(金)・22(金)	※9 示談、自動車保険の請求など	
建築相談(専門家向け)		13(水)・27(水)	弁護士、司法書士、行政書士、公証、社会保険労務士相談の予約は、平日9:00～12:00、13:00～16:00に電話(☎354-8153)か面談(市民相談コーナー)が必要		
日曜市税納付相談	354-8140 354-8143	24(日)	10:00～16:00	収納推進課	
日曜国保納付相談	354-8160			市役所 1階	
福祉	障害者相談 ※10		月～金曜日	障害者相談支援事業所 ※10 かがやき(身体) 354-8450 ソシオ(精神) 345-9016	
	障害者の就業に関する相談	354-2550		プラウ 総合会館2階 HANA(精神) 320-2761	
	福祉総合相談	354-2411		福祉総合相談室 陽だまり(知的) 328-5881	
	ボランティア活動相談	354-8144		ボランティアセンター プルーム(知的) 329-5657	
	子どもの悩み等相談	354-8276		家庭児童相談室 総合会館3階	
	ひとり親家庭生活相談			子どもの虐待防止ホットライン(電話相談)	
	児童虐待相談	353-5110		発達総合支援室 総合会館3階	
	児童発達相談	354-8064			
教育	発達・不登校等教育相談	354-8285	月～金曜日	教育支援課(相談支援センター) 総合会館6階	
	いじめ・体罰等教育相談	354-8169		指導課 市役所9階	
	青少年と家庭の悩み相談	352-4188		青少年育成室 総合会館3階	
人権	人権相談	354-8610	月～土曜日	人権センター 総合会館7階	
	女性のための電話相談	354-8335	火～土曜日(祝日を除く)	9:00～16:00	男女共同参画センター 本町プラザ3階
	男性のための電話相談	354-1070	6(水)・13(水)・20(水)・27(水)	18:30～20:30	
	外国人のための生活相談		23(土)	13:00～15:00	(公財)四日市市文化まちづくり財団 四日市国際交流センター 市役所北館5階
	外国人のための法律相談	353-9955	毎日(月曜日、祝日を除く)	9:00～17:00	
	出入国・在留手続き相談		27(水)(要予約)	13:00～16:00	
		17(日)(要予約)	13:00～15:00		