

## 第8回 ジャズ フェスティバル 四日市JAZZ FESTIVAL

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)  
☒http://yokkaichi-jazz.com/

市内15カ所で繰り広げられる音楽フェスティバル。ジャズをはじめとするさまざまな音楽が街にあふれます。音楽との出会い、触れ合いをお楽しみください。



**時** 10月26日(土)

市民公園 11:00~19:30、近鉄百貨店アートホール・公園通り 12:00~16:40・27日(日) 市民公園 11:00~20:00、市内14会場 12:00~17:40

### ■ゲスト

26日 田辺信男とサンセットポップスオーケストラ with 牛嶋としこ、中部中学校吹奏楽部、山手中学校吹奏楽部、白子高校吹奏楽部、愛知大学ブルースターズ・ジャズオーケストラ、College Big Band Reunion、吾妻光良 JUMP MEETING @四日市

27日 早川ふみカルテット+長瀬良司、TayuTou, Ky、森谷ワカクインテット、四管獣 feat.Mao、KJPR Electric Band、Shiho 伊藤志宏 Duo

**料** 観覧無料(ただし、ライブハウス会場では飲み物の注文をお願いします)

## 「飛鳥Ⅱ」寄港・ 船内見学会

観光交流課

☒四日市港客船誘致協議会(四日市商工会議所内) ☎352-8194 FAX355-0728  
☒http://www.yokkaichi-cci.or.jp/cruise/

**時** 11月2日(土)

8:00入港 17:00出港

**所** 四日市港四日市地区第3埠頭15号岸壁(千歳町)

**内** 午後から物産販売などのイベントを実施予定

### ◆船内見学会

**時** 13:30~14:30

**定** 60人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ10月中旬に通知)

**料** 無料

**申** 10月15日(必着)までに、代表者の住所・電話番号、参加者全員(5人まで)の名前(漢字とローマ字)・生年月日(西暦)・当日提示する身分証明書の種類(下記の①~⑤から一つ選択)を、封書で、〒510-8501 諏訪町2-5 四日市商工会議所「飛鳥Ⅱ船内見学会係」へ [①パスポート(番号を記載) ②運転免許証番号(番号を記載) ③マイナンバーカード ④写真付き住民基本台帳カード ⑤健康保険証(中学生以下に限る。高校生以上は不可)]

**他** 参加者の追加・変更は一切不可。未成年者には20歳以上の同行者が必要です。ただし、6カ月未満の乳児は参加できません

## 新 四郷ふるさとの道ウォーキング ~四日市あすなろう鉄道に乗って~

社会教育・文化財課

☎354-8238 FAX354-8308

☒syakaibunbukai@city.yokkaichi.mie.jp

☒1564984726463)



社会教育・文化財課職員が、四郷ふるさとの道に点在する文化財などを

を解説しながら歩きます。その後、希望者は「懐石 白梅」での食事を楽しめます(費用は参加者負担)。

**時** 10月27日(日) 小雨実施

**所** 四郷ふるさとの道(東日野町・西日野町・室山町・八王子町)

**内** ●健脚コース(約5km)

Aコース あすなろう四日市駅集合、Bコース 西日野駅集合(いずれも9:00まで受け付け)

●のんびりコース(約3km)

Cコース あすなろう四日市駅集合(9:30まで受け付け)、Dコース あすなろう四日市駅集合(10:30まで受け付け)、Eコース 西日野駅集合(10:30まで受け付け)

**定** 各20人(応募多数の場合は抽選)

**料** 無料(ただし、運賃・飲食費は参加者負担)

**申** 10月9日(必着)までに、所定の申込書を、郵送かファクス、Eメールで、または直接、〒510-8601 社会教育・文化財課(市役所9階)へ(電話での申し込み不可)。申込書は、同課、各地区市民センターのほか、市ホームページからも入手できます

**他** 昼食はウォーキング特別メニュー(税別1,300円)のみ。小学生以下は保護者同伴。ウォーキング用の駐車場はありません。本市の健康マイレージ獲得対象事業です

## INDEX

- 01 表紙
- 02 イベント・講座カレンダー
- 08 そらんぼ通信
- 10 図書館だより
- 11 イベント・講座
- 18 パブリックコメント
- 18 募集
- 20 その他
- 25 保健だより
- 28 人権のひろば・相談一覧



# イベント・講座 カレンダー



<主な施設の問い合わせ先>

- ◆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）  
HP<https://yonbun.com>
- ◆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）  
HP<http://www.suwakouen-kouryukan.com/>
- ◆三浜文化会館 ☎348-5380 FAX345-3809 原則、火曜日休館。四日市市文化会館が火曜日休館の場合は開館し、翌日が休館  
HP<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/culture-mihama/>
- ◆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）
- ◆勤労者・市民交流センター ☎347-3000 FAX345-3286 8：30～20：30 火曜日休館（祝日の場合は開館）  
〒510-0074 鶴の森一丁目13-17 ☎/FAX352-4960 ✉[contact@yonbun.com](mailto:contact@yonbun.com)
- ◆泗翠庵 月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）  
〒510-8028 下之宮町296-1 ☎363-0123 FAX363-0129
- ◆あさけプラザ 月曜日休館（祝日の場合はその翌日） HP<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/asakeplaza/>
- ◆少年自然の家 ☎329-3210 FAX329-2095 HP<http://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi/>
- ◆こども子育て交流プラザ ☎330-5020 FAX334-0606 HP<http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>


日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月1日(火) ～14日(祝)	楠歴史民俗資料館 企画展示 「かな書展」	楠歴史民俗資料館展示棟	内一ノ宮かな書教室による作品を展示 料無料	楠歴史民俗資料館
10月1日(火) 11月29日(金)	くろべかんが 久留倍官衙遺跡 出土品展	あさけプラザ 1階 展示コーナー	料無料 申不要	あさけプラザ
10月2日(水)	絵本の読み聞かせ 「読んで！リング」	三浜文化会館 1階 キッズスペース	内絵本の読み聞かせ、できるかな体操、ぺんぎん体操、おもちゃ遊びなど 料無料 申不要	三浜文化会館
10月3日(木)	泗翠庵 サービスデー (毎月第1木曜日)	茶室「泗翠庵」 立礼席(いす席)	内和菓子に時季のものを添えて 料一服500円 申不要 他入席は15：40まで	泗翠庵
	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3研修室	対がん患者と家族 内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しませんか。誰にも言えない心の内を話しに来てください 料無料 申不要	健康福祉課 (☎354-8281 FAX359-0288)
10月4日(金)	四日市志創業応援 創業カフェ 「創業支援制度・ 創業体験談」	四日市商工 会議所	対創業を考えている人、創業して間もない人 内創業に使える融資制度など創業支援制度を紹介し、先輩創業者からの創業体験談、参加者と支援機関との交流会も開催 師日本政策金融公庫四日市支店、三重県信用保証協会、㈱think代表 岡本康子さん 料500円 持筆記用具 申事前に、四日市志創業応援ホームページ (HP <a href="http://www.yokkaichi-sogyo.com/">http://www.yokkaichi-sogyo.com/</a> ) から	商工課 問四日市商工 会議所経営支 援課 (☎352-8290 FAX355-0728)
10月4日・ 18日 (いずれも金曜日)	手話体験講座 体験コース	勤労者・市民 交流センター 東館第3会議 室	対手話に興味のある人 内ろう者と触れ合いながら学びます(両日とも同内容) 定各20人(先着順) 料無料 持筆記用具 申9月25日以降に、電話で、または直接、同センターへ	勤労者・市民交 流センター
10月5日(土)	国指定天然記念物 「御池沼沢植物群 落」秋の自然観察 会	大池中学校集 合	内秋に見られる植物や野鳥、昆虫の観察 持長靴、長袖、長ズボン、帽子、飲み物 申不要 他小雨実施	社会教育・文化 財課 (☎354-8240 FAX354-8308)
	三浜文化会館 自主事業 ロビーコンサート	三浜文化会館 1階 ロビー	内「Flamenco Mi Sombrero」によるフラメンコダンス、生演奏 料無料 申不要	三浜文化会館

イベント・講座

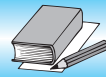
募  
集

そ  
の  
他

保  
健  
だ  
よ  
り

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
①10月5日・ ② 12日 (いずれも土曜日)	10:00 ～ 16:00	行政書士による 無料相談会 「困ったときはと りあえず行政書士 に！」	①ララスクエ ア四日市1階 にぎりの徳兵 衛横 ②日永カヨー 1階 広場	内遺言・相続・契約・離婚などでの書面作成、内 容証明、成年後見、各種許認可申請、会社設立 ほか 料無料 申不要	市民・消費生活相 談室 問三重県行政書 士会四日市支部 (☎340-5956)
10月6日(日)	9:00 ～ 14:30	第27回 天白ふれあいまつ り	人権プラザ天 白および周辺、 天白第二集會 所	内発表会、作品展示、バザー、バルーンアート、 飲食コーナーなど 料無料(有料コーナーあり) 申不要 他小雨実施	人権プラザ天白 (☎346-2803 FAX346-2902)
10月6日・13 日・20日、11 月3日・17日・ 24日、12月1 日・8日(いず れも日曜日)	14:00 ～ 16:00	キモノの着方講座 (全8回) 「自分で着る技術 を身につける」	勤労者・市民 交流センター 本館和室	9月25日～10月5日に、電話で、または直接、 同センターへ 定8人(先着順) 料2,000円(全8回分) 持着物一式、着付け小物(貸し出しあり。要相 談)	勤労者・市民交流 センター
10月8日(火)	10:00 ～ 12:00	赤ちゃん広場	こども子育て 交流プラザ	内出産予定の人、0～18カ月の子どもと保護者 内月に一度、助産師に出産や育児などについて 相談し、お子さんの発育測定を行います 持母子手帳、赤ちゃんを寝かせるタオル 他月に1回程度開催。詳しくは、ホームページ か「こここ通信」をご覧ください	こども子育て交 流プラザ
10月9日(水)	11:30 ～ 12:30 (10:45 開場)	ワンコイン コンサート Vol.33 箏 LEO (今野玲央)	文化会館第1 ホール	 内短めの曲で楽しいトークを交え ながら、気軽に楽しめるワンコ インコンサート。今回の出演は、日 米にルーツのある箏曲界の新星 LEOさんです 料全席自由500 円(チケットレス)。前売券の販売 はありません。会場で入場料をお 支払いください 他未就学児の入場はご遠慮く ださい。託児あり(有料。要事前申し込み)	文化会館
10月12日(土)	9:00 ～ 12:00	定期普通救命講習	中消防署	内市内に在住、または通勤・通学する人 内心肺蘇生法(人工呼吸・胸骨圧迫)、AED (自動体外式除細動器)の使用法、止血法、異物 除去など 定30人(先着順) 料無料 申10月 5日までに、電話で、防災教育センターへ	防災教育センター (☎365-3119 FAX364-6095 9:00～17:00 月曜日、祝日休館)
10月13日(日)	10:00 ～ 11:30	コーヒープレイク 「オーストラリア」	国際交流セン ター	内オーストラリア出身のキンバーサロン・ミュ リエルさんが、母国を英語で紹介します 定40人(先着順) 料200円(賛助会員100円) 申事前に、同センターへ	国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931 ✉yic@yokkaich i-shinko.com 月曜日、祝日休館)
	10:00 ～ 12:00	宮妻峽 フォトハイキング	宮妻峽ヒュッ テ	内ハイキングと写真撮影会 定30人(当日、先着順) 料無料	宮妻峽ヒュッテ (☎/FAX329- 2237)
	10:00 ～ 16:00	全国和菓子めぐり (毎月第2日曜日)	茶室「泗翠庵」 立礼席(いす席)	■船橋屋「栗里亭」(長野県飯田市) 料一服500円 申不要 他40個限定(なくな った場合、通常の和菓子)。入席は15:40まで	泗翠庵
	11:00 ～ 15:00	交流館 フォークジャンボ リー	すわ公園交流 館	内地元などで音楽活動をしている人たちが、オ リジナルやカバーの曲を発表します。懐かしの フォークソングなどを一緒に楽しみましょう 料無料 申不要	すわ公園交流館
10月14日(祝) ・20日(日)	16:00 ～ 17:30	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に、 一緒にアイデアを出し合って、具体的に形にし ていきましょう 対小学6年生以上(大人も大 歓迎) 定30人 料無料 申事前に、同館へ	

# イベント・講座 カレンダー



日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月16日(水)	13:00 ～ 15:00	障害のある人の就職を応援します!	文化会館展示棟	対 事業所へ就職を希望する、障害のある人 内 障害のある人と事業所のマッチングを進めるため、ハローワーク四日市と市が協力して開催する就職面接会 料 無料 申 事前に、ハローワーク四日市へ 他 手話通訳・要約筆記あり	商工課 問 ハローワーク四日市 (☎353-5568 FAX353-7744)
10月17日(木)	10:30 ～ 11:15	キッズのはつらつエクササイズ(毎月第3木曜日)	あさけプラザ 体育館	対 市内か三重郡に在住する2～4歳の幼児と保護者 内 ストレッチやかけっこ、バランス運動など 師 藤原ルミさん 定 20組(先着順) 料 無料 持 バスタオル2枚、フェイスタオル2枚、上履き、飲み水など 申 10月14日までに、電話で、または直接、同プラザへ	あさけプラザ
10月17日(木) ・18日(金)	10:00 ～ 15:00	作品展&バザー	総合会館4階 会議室、技能習得室	内 母子家庭や寡婦の皆さんが、趣味を通しての交流や社会参加の場の一つとして、編物・リフォーム・和裁・書道・手芸サークルによる作品展、喫茶・手芸品・赤飯・山菜おこわ・いばら餅・おはぎなどの販売をします 申 不要 他 公共交通機関でお越しください	母子・父子福祉センター (☎/FAX354-8277)
10月18日(金)	11:00 ～ 11:40	親子三世代で楽しむコンサート	すわ公園交流館	内 赤ちゃんを連れて子どもから大人まで楽しめる、プロ演奏家によるコンサート。クラシック、童謡、アニメソングなど、よく知られた曲を身近に鑑賞できます 出演 JUNCO(歌、ピアノ)、出曾深雪(二胡) 料 無料 申 不要	すわ公園交流館
10月19日(土)	9:00 ～ 12:00	自転車が苦手な小学生集まれ! 親子ふれあい自転車教室	伊坂ダムサイフルパーク	対 自転車に乗れない小学1～3年生と保護者 定 10組(応募多数の場合は抽選) 料 600円/組(自転車貸出料と傷害保険料を含む) 申 10月3日(必着)までに、住所、電話番号、参加者と保護者の名前(ふりがな)、参加者の性別・学年・身長を、はがきかファクス、Eメールで、文化まづくり財団へ 他 雨天の場合は、10月26日に延期	文化まづくり財団 (〒510-0093 本町9-8 ☎354-8328 FAX354-8349 ✉machidukur i@city.yokkai chi.mie.jp)
	10:00 ～ 12:30 (9:30 受け付け)	Bizcafeよっかいち「社会人経験ゼロからの起業」	くすの木ビル4階 ビズ・スクエアよっかいち(栄町)	対 起業家、起業を目指す人、起業は未定だが興味がある人 内 三重大学大学院修了後、社会人経験のないまま単身起業した金澤さんに、さまざまな選択肢がある中、起業に至った経緯、経験をお話しいただきます。講演後に交流会を開催 師 株式会社Anotherworker代表取締役 金澤賢一さん 定 20人(先着順) 料 無料 持 あれば名刺 申 事前に、Bizcafeよっかいちのホームページ( <a href="http://www.bizcafe41.jp/">http://www.bizcafe41.jp/</a> )から	商工課 問 サイバー・ネット・コミュニケーションズ (株)ビズ・スクエアよっかいち (☎329-5407 FAX329-5408)
	10:00 ～ 15:00	なやプラザ市民協働まつり	なやプラザ体育館	内 市内の市民活動団体、企業などの社会貢献活動や、市民協働の事例を展示し、市民と交流するイベント。生涯学習団体の発表、市民活動団体による軽食販売も予定 料 無料 申 不要	なやプラザ (☎357-1370 FAX357-1371) 市民協働安全課 (☎354-8179 FAX354-8316)
10月19日(土) ・20日(日)	10:30～ 15:00 (12:00～ 13:30は 休憩時間)	ハロウィンフォトプロップス作り	こども子育て交流プラザ	対 2人以上の家族 内 写真撮影用の小道具を家族で作ります 他 材料がなくなり次第終了。詳しくは、ホームページか「こここ通信」をご覧ください	こども子育て交流プラザ
10月20日(日)	10:00 ～ 15:00	月釜(裏千家流)	茶室「泗翠庵」	料 一席800円 申 不要 他 受け付けは14:30まで	泗翠庵
	①10:00～12:00 ②13:00～15:00	家庭の日応援プロジェクト10月「子ども体験遊びリンピック」	水沢市民広場(星の広場。雨天時は少年自然の家)	対 幼児・小学生と保護者 内 「RED隊」に参加している子どもたちが、子どもから大人まで楽しめる遊びを提供します。親子ベリーダンス教室も開催 料 無料(飲食ブースは有料) 持 動きやすい服装 申 不要	少年自然の家

暮らしの情報  
イベント・講座

募集

その他

保健だより

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月20日(日)	13:00 ～ 15:00	こども四日市ワークショップ 「スポーツセンター」		対小学生 内ストラックアウト、輪投げ、ボウリングなど、こども四日市の新しい遊びを楽しめます。条件をクリアすると賞金(ヨー)がもらえます 定10人(先着順) 料300ヨー(300円でも可) 持筆記用具、飲み物 申事前に、同館へ	
10月22日(祝)	13:30 ～ 14:30	みんなで歌おう! 野ばら音楽会♪	すわ公園交流館	内童謡や懐かしの名曲、季節の歌などを一緒に歌いましょう ■出演 Brilliant Colors <small>プリリアント カラーズ</small> 料無料 申不要	すわ公園交流館
10月23日(水)	19:00 ～ 21:00	四日市まちづくり カフェ		内四日市のまちを知り、みんなで四日市について考える、2カ月に1回の会議です。毎回テーマを決めてゲストスピーカーに話していただきます 料無料 申事前に、同館へ(当日受け付け可)	
10月24日(木)	10:00 ～ 11:45	大正琴大好き! どんぐり音楽会♪		内懐かしの名曲を、大正琴はもちろん、得意な楽器で演奏しましょう。歌での参加も大歓迎。大正琴の体験演奏もできます 料無料 持あれば得意な楽器(フルートやギター、ハーモニカ、笛など) 申不要	
10月25日(金) ・26日(土)	10:00 上映 (9:45開場)	映画上映会 Mihama de Cinema 「駅馬車」	三浜文化会館 2階 視聴覚室	内1939年製作。97分。アメリカ映画。モノクロ作品。25日は日本語吹き替え。26日は英語音声 料無料 申不要	三浜文化会館
10月26日(土)	10:00 ～ 12:00	企業OBが教える 小中学生ものづくり 講座「台所の化学その2 色の 変化を楽しもう！」	橋北交流会館 3階 企業OB人材センター	対市内に在住する小学4年～中学生 内台所などの身の回りにあるものを混ぜて、実際に色の変化を確かめるとともに、その仕組みについて解説します 定25人(先着順) 料無料 申事前に、電話(平日10:00～15:00)で、または同センターホームページ( <a href="http://yokkaichi-obcenter.jp/">http://yokkaichi-obcenter.jp/</a> )の申し込みフォームから、同センターへ	企業OB人材センター (☎330-5001 FAX330-5002)
	10:00 ～ 13:00	ハロウィン★ピザ を作ろう!! 父子(おじいちゃん と孫)で、ピザ を生地作りから楽しもう	あさけプラザ 2階 料理室	対市内か三重部に在住、または通勤する保護者と小学生(男性保護者と子ども1人で1組) 師 柵山咲子さん、松山千奈美さん 定12組(応募多数の場合は抽選) 料1,500円/組 持エプロン、ふきん 申10月14日(必着)までに、講座名、参加者全員の住所・名前・年齢(学校名・学年)・電話番号を、往復はがきで、同プラザへ 他同日午前、同プラザ図書館で「としょかんでASOBO」を開催。下のお子さんもぜひお越しください(要申し込み)	あさけプラザ
	13:00 ～ 16:00 (15:00まで 受け付け)	ハロウィンパーティー 2019	すわ公園交流館、こどもの家、周辺商店街	内ハロウィーンの衣装をして商店街に繰り出し、スタンプラリーをしましょう。工作、ダンスクラブ発表、雑貨の販売もあり 定500人(先着順。定員に達していなければ当日参加可) 料無料(一部有料) 申10月1日10:00以降に、電話で、または直接、こどもの家へ 他雨天決行	こどもの家 (☎/FAX351-3933 日・月曜日、祝日、10月15日・22日休館)
10月27日(日)	8:50 集合	～スポーツの秋、 到来!秋空の下、 体を動かそう!～ 秋の市民ハイキング大会	塩浜駅東口集合	■行程 塩浜駅→小倉橋→楠歴史民俗資料館→楠村神社→楠城跡→北楠駅→楠緑地公園→磯津橋→塩浜駅(約10.6km) 料無料 持弁当、飲み物、雨具など 申不要 他中学生以下は保護者同伴。小雨実施。中止の確認は、6:30以降に、市役所警備員室(☎354-8177)へ。ショートコースの場合、北楠駅まで(約5.5km)で、弁当不要	スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)
	9:30 ～ 11:30	市民総ぐるみ総合 防災訓練 「市街地訓練」	三重小学校	対市内に在住する人 内グラウンドでは、地域住民や防災関係機関による大震災の発生を想定した救出訓練や、ライフライン復旧訓練、水防訓練などの防災訓練を実施します。体育館では、災害用伝言ダイヤルの利用体験などの防災啓発ブースを多数設置します 他駐車場が限られているため、公共交通機関をご利用ください	危機管理室 (☎354-8119 FAX350-3022)
	10:00 ～ 15:00	秋のふれあいフェ スティバル	勤労者・市民交流センター	内子どもも大人も楽しめる体験コーナーや飲食ブースがたくさんあります 料無料 申不要	勤労者・市民交流センター

# イベント・講座 カレンダー



日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月29日(火)	9:00 ～ 16:20	バスで 「地場産業めぐり」	じばさん三重 集合・解散	<p><b>内</b>製麺所、みそ・しょうゆ蔵、酒蔵など観光地を巡ります(鈴鹿市～亀山市～四日市方面)</p> <p><b>定</b>40人(応募多数の場合は抽選。当選者のみ10月21日までに通知) <b>料</b>1,500円 <b>持</b>昼食</p> <p><b>申</b>10月11日(必着)までに、代表者の住所、参加者全員(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、はがきかファクス、Eメールで、じばさん三重「地場産業めぐり」係へ</p> <p><b>他</b>雨天実施。傷害保険に加入します</p>	じばさん三重 (〒510-0075 安島一丁目3 -18 ☎353-8100 FAX353-8104 ✉info@jibas anmie.or.jp)
10月30日(水)	10:30 ～ 12:00	飾り巻き寿司 体験講座	すわ公園交流 館	<p><b>内</b>パーティーなどにぴったりの「ジャックオーランタン」の絵柄の巻き寿司を作ります</p> <p><b>定</b>20人(先着順) <b>料</b>1,500円 <b>申</b>事前に、同館へ</p>	すわ公園交流 館
	10:00 ～ 11:30	第3回消費者講座 「災害から命を守るために」	総合会館7階 第1研修室	<p><b>師</b>危機管理室職員 <b>料</b>無料 <b>申</b>不要</p> <p><b>他</b>駐車場の用意はありません</p>	市民・消費生活 相談室 ☎四日市消費 者協会 (☎357-5069)
10月31日(木)	10:30 ～ 14:30	おもちゃ 図書館まつり	文化会館第4 ホール	<p><b>対</b>乳幼児以上 <b>内</b>障害のある子もない子も、いろいろなおもちゃで親子一緒に遊びましょう。手づくり人形劇「大きなかぶ」も開催(①11:30から②14:00から) <b>料</b>無料 <b>申</b>不要</p>	四日市市社会 福祉協議会地 域福祉課 (☎354-8144 FAX354-6486)
11月2日(土)	12:45 ～ 16:15 ごろ	四日市港 開港120周年記念 四日市港旧港まち あるきツアー	四日市港ポ ートビル(受け 付け)	<p><b>内</b>四日市港旧港を散策します。港内巡視船「ゆりかもめ」で海上から四日市港が見学できるほか(所要時間45分)、客船「飛鳥II」の船内も見学できます</p> <p><b>定</b>20人(応募多数の場合は抽選。10月11日までに当選者のみ通知) <b>申</b>10月8日(必着)までに、代表者の住所・名前(ふりがな)・電話番号、参加人数(5人まで。中学生以下は保護者同伴。幼児含む)、参加者全員の名前・生年月日を、はがきで、四日市港管理組合振興課「旧港まちあるき」係へ <b>他</b>乗船場所の構造によりバリアフリーに対応していません</p>	四日市港管理 組合振興課 (〒510-0011 霞二丁目1-1 ☎366-7022 FAX366-7025)
11月3日(祝)	10:00 ～ 12:00 (9:30 受け付け)	くるべで勾玉をつ くろう!	くるべ古代歴 史館前(屋外)	<p><b>対</b>小学生以上(小学生は保護者同伴)</p> <p><b>内</b>大昔の勾玉と同じような、自分だけの首飾りを作ってみませんか <b>定</b>20人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b>無料 <b>持</b>汚れてもいい服装</p> <p><b>申</b>10月17日(必着)までに、参加者全員の名前・年齢(はがき1枚につき2人まで)、代表者の住所・電話番号を、往復はがきで、同館へ</p> <p><b>他</b>詳しくは、ホームページ(<a href="https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kyouiku/kurube">HPhttps://www.city.yokkaichi.mie.jp/kyouiku/kurube</a>)へ</p>	くるべ古代歴 史館 (〒510-8034 大矢知町 2323-1 ☎365-2277 FAX365-2288)
①11月5日(火) ・6日(水)の 2日間 ②11月5日(火) ③11月7日(木)	①② 9:30～ 15:40 ③9:30 ～11:30	防火・防災管理講 習 ①甲種防火管理新 規講習 ②乙種防火管理講 習 ③甲種防火管理再 講習	消防本部2階 防災センター	<p><b>対</b>市内に在住、または通勤する人 <b>定</b>①140人②40人③50人 <b>料</b>①②2,450円③1,400円</p> <p><b>申</b>10月7日～18日(土・日曜・祝日を除く。8:30～17:15)に、所定の申込用紙に上半身写真1枚を添えて、直接、予防保安課か北消防署、朝日川越分署、南消防署へ。申込用紙は消防本部ホームページ(<a href="https://www.city.yokkaichi.mie.jp/syoubou/index.php">HPhttps://www.city.yokkaichi.mie.jp/syoubou/index.php</a>)からも入手できます</p> <p><b>他</b>電話での申し込みはできません</p>	予防保安課 (☎356-2008 FAX356-2041)
11月6日(水)	10:30 ～ 12:00	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	<p><b>対</b>本市に住民登録がある乳幼児の保護者</p> <p><b>内</b>家庭内で起こる事故防止の具体的なポイントや、とっさのときに必要な応急手当方法と心肺蘇生法を、実技を交えながら学びます</p> <p><b>師</b>日本赤十字社三重県支部 富内直美さん</p> <p><b>定</b>30人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b>無料</p> <p><b>申</b>10月30日(必着)までに、保護者の住所・名前・電話番号、子どもの名前・生年月日を、はがきか電話、ファクスで、または直接、こども保健福祉課(総合会館3階)へ <b>他</b>託児はありません</p>	こども保健福 祉課 (〒510-0085 諏訪町2-2 ☎354-8187 FAX354-8061)

暮らしの情報  
イベント・講座

募  
集

そ  
の  
他

保  
健  
だ  
よ  
り

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
11月9日(土)	小学生クロスカントリー大会	楠多目的運動場	対原則、市内に在住する小学生 ■種目・距離 小学1・2年の部(1,000m)、小学3・4年の部(1,000m)、小学5・6年の部(1,500m)。いずれも男女別 料300円/人(当日支払い) 申10月15日~30日(必着)に、所定の申込用紙を、ファクスで、または直接、スポーツ協会または楠スポーツクラブへ 他天候による実施可否の判断は、当日7:00に行います。ナンバーカードは主催者で用意(ただし、三重陸協登録者は登録ナンバーを使用すること)	スポーツ課 問スポーツ協会 (中央緑地管理事務所内) ☎345-4111 FAX346-7767) 楠スポーツクラブ (楠緑地体育館内) ☎/FAX397-7770)
	伝統文化講座「一閑張体験」	茶室「泗翠庵」広間	内竹ひごを編んだ容器に選んだ和紙を貼り、柿渋を塗って仕上げます(参加者は和紙貼りを体験) 師村瀬玄之さん 定15人(応募多数の場合は抽選) 料2,000円 持鉛筆、30センチ定規、はさみ、手ぬぐい、エプロン(または汚れてもいい服装) 申10月26日(必着)までに、催事名、代表者の住所・名前・電話番号、受講者数(代表者含む)を、はがきか電話、ファクス、Eメールで、または直接、同庵へ 他乾かす必要があるため、作品の引き渡しは約1カ月後になります	泗翠庵
11月9日・16日・23日(いずれも土曜日) 3日間1コース	点訳基礎講座と音訳基礎講座	市立図書館3階 会議室	対15歳以上の人 定各講座20人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申10月23日(必着)までに、希望講座名(両方受講も可)、住所、名前(フリガナ)、年齢、電話番号を、はがきかファクス、Eメールで、または直接、同館「点訳/音訳基礎講座」係へ 他子どもの同席は不可。託児はありません	市立図書館 (〒510-0821 久保田一丁目2-42) ☎352-5108 FAX352-9897 ✉yontenji@arion.ocn.ne.jp 月曜日、第2・4火曜日休館)
11月10日(日)	伝統文化講座「抹茶碗づくり体験」	茶室「泗翠庵」広間	内手ろくろを使って抹茶碗を作ります 師黒石窯 榊原勇一さん 定各15人(応募多数の場合は抽選) 料2,000円 持エプロン(または汚れてもいい服装) 申10月26日(必着)までに、催事名、希望時間、代表者の住所・名前・電話番号、受講者数(代表者含む)を、はがきか電話、ファクス、Eメールで、または直接、同庵へ 他焼成する必要があるため、作品の引き渡しは約1カ月後になります	泗翠庵
11月16日(土)	薔薇がメインのドライフラワーリースを作ろう	勤労者・市民交流センター本館会議室	内直径20cmのリース制作 定10人(先着順) 料2,200円 持持ち帰り用紙袋、ハサミ、速乾性木工用ボンド 申10月5日~31日に、電話で、または直接、同センターへ	勤労者・市民交流センター
	コンフリクトマネジメント演習	総合会館7階第3研修室	対市内に在住、または通勤・通学する人 内市民活動の中で生じる意見の対立について、多様性を前提として、丁寧なコミュニケーションにより最適解を見出す「コンフリクトマネジメント」について学びます 師(一社)日本経営協会 鯖戸善弘さん 定20人(一般公募分) 料無料 申11月8日(必着)までに、住所、名前、年齢、電話番号を、はがきかファクス、Eメールで、市民協働安全課へ	市民協働安全課 (〒510-8601) ☎354-8179 FAX354-8316 ✉shiminkyoudouanzen@city.yokkaichimie.jp)
11月17日(日)	四日市ウォーキング大会第2弾~ウォーキングと宝探し~(内部地区コース)	内部地区市民センター集合	対市内に在住、または通勤・通学する人 内市内六つの総合型地域スポーツクラブが実施する「四日市ウォーキング大会」。第2弾は「うつべ☆スター」です。南部丘陵公園内で3~6kmのウォーキングの後、園内で宝探しとおもてなしを行います 定300人 料500円(当日支払い) 持飲み物、タオル、雨具 申10月30日までに、うつべ☆スター事務局へ 他小雨決行。コースや雨天時の内容変更など詳しくは、ホームページ(HP)http://www6.cty-net.ne.jp/~utsube_star/)へ	スポーツ課 問うつべ☆スター (☎/FAX347-3330)
11月18日(月)	三浜文化会館自主事業「赤ちゃん和妈妈のための小さな音楽会」~ミニコンサートと絵本の読みかせ~	三浜文化会館1階 リハーサル室A	対乳幼児と保護者 内小さなお子さんや赤ちゃん、保護者が一緒に楽しめる、「アンサンブルプランシユ」の3人による楽器(ピアノ・サクソフ・バイオリン)の生演奏。職員による絵本の読みかせもあります 料無料 定30組(先着順) 申10月2日以降に、電話で、または直接、三浜文化会館へ	三浜文化会館

# そらんぽ通信



そらんぽ四日市 〒510-0075 安島一丁目3-16

■開館時間 9:30~17:00

■休館日 月曜日(祝・休日の場合はその翌平日) ※10月14日(祝)は開館  
[2階]四日市公害と環境未来館 [3階]博物館常設展 [5階]プラネタリウム  
※館専用の駐車場はありません。JAパーキングをご利用の人には2時間までの無料駐車券をお渡します。お帰り際には、総合受付にJAパーキングの駐車券(入庫証)をお示しください

## 申し込み・問い合わせに関する注意事項

- ◆事前申し込みが必要なイベントについては、下記の必要事項を記入し、はがきかファクス、Eメールでお送りください
  - ①講座名・希望の回 ②代表者の名前と連絡先(住所・電話番号)
  - ③参加者全員の名前と年齢(学生は学校名と学年)
 ※イベントによって申し込み・問い合わせ先が異なります。お間違えのないようご注意ください
- ◆手話通訳・要約筆記が必要な場合は、事前申し込み時にその旨をご記入ください

## ■四日市公害と環境未来館

(A ☎354-8065 FAX329-5792  
(B ☎354-8430 FAX354-8431

✉kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp  
✉info@eco-yokkaichi.com

時	内	申し込みなど	問
10月6日(日) 10:00~11:00	<b>マンスリーキッズ工作 ハロウィンのキャンディボックスを作ろう</b> 紙コップや色紙など、身近にある材料を使って、かぼちゃのキャンディボックスを作りましょう。	対小学生(保護者同伴) 所1階 研修・実習室 定16人(当日、先着順) 料無料	B
10月12日(土) 13:30~16:00	<b>新聞記者になって公害新聞を作ろう</b> 四日市公害の展示や職員取材し、四日市公害の新聞を作ります。	対小学3年~中学生(小学生は保護者同伴) 所1階 研修・実習室 定16人 料無料 申10月5日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「公害新聞」係へ	A
10月13日(日) 10:00~12:00	<b>こども自然探検隊 干潟の生きものを探そう</b> 干潟に住むカニや鳥を見つけに行きましょう。	対小・中学生(保護者同伴) 所高松海岸 定30人 師四日市自然保護推進委員会 料無料 申10月1日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「干潟」係へ	B
10月19日(土) 9:00~11:00	<b>四日市市エコパートナー事業 三滝川探検隊2019 三滝川の魚たちを観察してみよう</b> 三滝川本川の魚や水生昆虫を探し、捕獲します。現地で、捕獲した実際の生物の特徴や生態、見分け方などの講義をします。	所三滝川左岸【榊東産業駐車場集合】 定25人 料無料 申10月5日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「三滝川」係へ 他中学生以下は、保護者同伴 ■企画 榊東産業	A
10月19日(土) 10:00~12:00	<b>大人の里山講座① イノシシ等による農作物被害の現状と対策</b> 三重県と四日市市におけるイノシシなどの野生生物による農作物被害の現状と被害軽減の取り組みを知り、野生生物と人との関わりについて考えます。	対15歳以上の人 所1階 研修・実習室 定20人 師三重県四日市農林事務所四日市鈴鹿地域農業改良普及センター 樹田泰宏さん、農水振興課職員 料無料 申10月5日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「イノシシ」係へ	B
10月20日(日) 10:00~12:00	<b>自然観察会 秋の公園散歩 ~ドングリや木の実、草の実~</b> 色づく紅葉を見ながら公園を散歩し、冬支度を始めた植物を観察します。車いすやベビーカーでも参加できるバリアフリーコースもあります。	所垂坂公園・羽津山緑地北側駐車場横エントランス広場集合 師四日市自然保護推進委員会 料無料 持長袖、長ズボン、運動靴、帽子、飲み物 申不要 他小雨決行(9:00に大雨の場合は中止)	A
10月20日(日) 14:00~16:00	<b>科学のびっくり箱!なぜなにレクチャー 燃料電池自動車</b> 身近なもので燃料電池を作ったり、ラジコンカーを操縦したりすることで、「CO <sub>2</sub> 排出量ゼロ」のエネルギーとして注目される、水素で走る燃料電池自動車の技術について学びます。	対小学4~6年生(保護者同伴) 所1階 講座室 定20人 師トヨタ自動車(株) 料無料 申10月6日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「燃料電池」係へ	B
10月26日(土) 10:00~12:00	<b>こどもエコレンジャー バーチャルウォーターをさがせ!</b> お買いものゲームをしながら、食べ物に隠れた水を探しましょう。	対小学生(保護者同伴) 所1階 研修・実習室 定16人 料無料 申10月12日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「バーチャルウォーター」係へ	B

イベント・講座

募集

その他

保健だより



時	内	申し込みなど	問
11月2日(土) 10:00~16:00	<b>歩いて知る四日市公害の過去と現在</b> 「四日市公害と環境未来館」で四日市公害などについて学んだ後、関連する塩浜地区を歩いて巡ります。	<b>対</b> 16歳以上の人 <b>所</b> 1階 研修・実習室、塩浜地区 <b>定</b> 20人 <b>料</b> 無料 <b>申</b> 10月19日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「歩いて知る四日市公害」係へ	A
11月2日(土) 13:30~15:30	<b>こどもエコラボ</b> <b>粉マジックにちょうせんしよう!</b> 市内企業の環境対策を知り、作られている化学製品の特性を楽しい実験で学びます。	<b>対</b> 小学3年~中学生(保護者同伴) <b>所</b> 1階 研修・実習室 <b>定</b> 16人 <b>師</b> 日本アエロジル(株) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 10月19日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「粉マジック」係へ	B

※抽選を行うものは、当選者に郵送で案内をお送りします。開催5日前になっても案内が届かない場合は落選となりますので、ご了承ください

■博物館・プラネタリウム ☎355-2700 FAX355-2704 ✉hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp

時	内	申し込みなど
10月3日(木) 9:30~12:00	<b>特別展ウィリアム・モリス「ベビーカーDAY」</b> 子育て世代大歓迎。この時間は泣いたりおしゃべりしたりしても大丈夫。幼児や赤ちゃんとも展覧会を鑑賞しませんか。	<b>所</b> 4階 特別展示室 <b>料</b> 一般1,000円 高校・大学生800円、中学生以下無料 <b>申</b> 不要
10月5日(土) 13:30~14:30	<b>特別展ウィリアム・モリス</b> <b>「織作峰子 ガラリートーク」</b> 美しい英国の風景とウィリアム・モリスの世界を紹介します。	<b>所</b> 4階 特別展示室 <b>師</b> 写真家・大阪芸術大学教授 織作峰子さん <b>料</b> 無料(ただし、高校生以上は当日の特別展観覧券が必要) <b>申</b> 不要
10月11日(金) 19:00~20:30	<b>きらら号スターウオッチング「栗名月と土星を見よう」</b> 栗名月(十三夜)と見ごろの惑星「土星」を観察します。	<b>所</b> 市民公園(博物館前) <b>申</b> 不要 <b>他</b> 天候不良時は中止
10月12日(土) 13:30~15:00	<b>館長講座「日本美術の新しい見方」⑦</b> 同館館長による日本美術講座。第7回のテーマは「『風景画』の流れ」です。	<b>所</b> 1階 講座室 <b>定</b> 50人(当日、先着順) <b>料</b> 300円
10月14日(祝) 14:15~15:15	<b>時空街道ツアー⑤</b> 体感型の常設展を、博物館ボランティアが案内します。まちなかの発展と暮らしの変化を感じてください。	<b>所</b> 3階 常設展 時空街道入口 <b>定</b> 10人程度(当日、先着順) <b>料</b> 無料
10月19日(土) 13:30~15:00	<b>ミュージアムセミナー 絵画史を彩る作家と名品③</b> 気鋭の研究者と同館学芸員によるセミナー。第3回は碧南市藤井達古現代美術館館長の木本文平さんによる「富岡鉄斎とその時代」です。	<b>所</b> 1階 講座室 <b>定</b> 50人(当日、先着順) <b>料</b> 無料
10月26日(土) 10:00~12:30ごろ	<b>いちにの散策よっかいち②</b> <b>「智積養水とその周辺」</b> まちなかで小さな発見。散歩のようなフィールドワークです。今回は、智積養水とその周辺を回ります。	<b>定</b> 10人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料(交通費などの実費は各自負担) <b>申</b> 10月16日(必着)までに、博物館「いちにの散策よっかいち」係へ <b>他</b> 集合場所は参加者に後日通知します
10月26日(土) 17:00~18:30 (18:20最終受け付け)	<b>スターウオッチング</b> <b>「土星と『銀河鉄道の夜』の星を見よう」</b> 見ごろの惑星「土星」と「銀河鉄道の夜」に登場する星を観察します。	<b>所</b> 屋上(5階 コズミックラウンジ前に集合) <b>申</b> 不要 <b>他</b> 天候不良時は中止。きらら号は出動しません
10月26日(土)~ 12月1日(日)	<b>館蔵品展Ⅲ「三重の里山の山菜」</b> 県内産山菜の標本を通して、継承される豊潤な食文化を紹介します。	<b>所</b> 3階 常設展示室展覧処「白里亭」 <b>料</b> 無料 <b>申</b> 不要
11月10日(日) 13:30~15:00	<b>大人の学びなおし④</b> 昔習った歴史は古くなっているかもしれません。現在の教科書に書かれている内容を学び直します。第4回のテーマは、「古代の土地制度~公地公民から荘園公領制~」です。	<b>所</b> 1階 講座室 <b>定</b> 30人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 200円 <b>申</b> 10月31日(必着)までに、博物館「大人の学びなおし」係へ

# 図書館だより

## 市立図書館

月曜日、第2・4火曜日休館  
 利用時間 9:30~19:00(土・日、祝日は17:00まで)  
 〒510-0821 久保田一丁目2-42  
 ☎352-5108 FAX352-9897

### 10月のおはなし会 (料無料 申不要)

- ..... 所 1階 児童室 .....
- 赤ちゃん絵本のよみきかせ  
 対 0歳から  
 時 10月10日・17日・24日(いずれも木曜日) 11:00から  
 内 職員による赤ちゃん絵本の読み聞かせ。赤ちゃんとのスキンシップの時間です
  - 絵本ライブラリー  
 時 10月12日(土) 14:30から  
 内 絵本の読み聞かせの後は、あなたのお気に入りの絵本を読みます
  - おはなしぎんのかい  
 時 10月13日(日) 14:30から  
 内 「銀の<sup>か</sup>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
  - おはなし会  
 時 10月16日(水) 15:30から  
 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
  - 絵本の読みきかせ  
 時 10月19日(土) 14:30から  
 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
  - おはなしびっくりBOX  
 時 10月23日(水) 15:30から  
 内 「Can」による絵本の読み聞かせや、手遊びなど
  - おはなし会  
 時 10月26日(土) 14:30から  
 内 語りの会「どっこいしょ」によるストーリーテリング(語り)。絵本などを使わずに、いろいろな昔話を語ります

## 北星高校通信制の皆さんによるPOP作品展示

北星高校通信制の生徒が、スクーリングの限られた時間を使って、お薦めしたい本を紹介する手書きPOPを作成しました。奮闘した成果をご覧ください。  
 時 9月25日(水)~10月24日(木) 9:30~17:00  
 所 2階 展示コーナー 料無料

## 図書展示「伊藤桂一文学 連句・連詩の世界」

時 9月25日(水)~10月31日(木) 9:30~17:00  
 所 2階 展示コーナー  
 内 本市出身の直木賞作家である伊藤桂一が、晩年親しんだ連句や連詩の世界を、俳句雑誌「鈴」や詩誌「花筏」に見ます 料無料

## おしゃべりえほんの会

時 10月3日(木) 10:00から  
 所 3階 会議室  
 内 絵本の楽しさを自由に語り合う、大人向けの講座。今回のテーマは、「クリスマス絵本をえらぶ」です  
 料無料 持あれば、お気に入りのクリスマス絵本  
 申不要

## 図書リサイクル市

時 10月18日(金)~20日(日) 9:30~17:00  
 所 2階 視聴覚ホール  
 内 図書館で不用となった図書、雑誌を1人10冊までお譲りします。なくなり次第終了します 料無料  
 他 18日(金)午前のみ入場制限をします

## 文化講演会「伊藤桂一の詩情と連詩の愉しさ」

時 10月26日(土) 13:30~15:00 (13:00開場)  
 所 2階 視聴覚ホール  
 師 愛知淑徳大学非常勤講師 北川<sup>あけみ</sup>朱美さん  
 定 50人(当日、先着順) 料無料

## 楠交流会館 図書室

月曜日、祝日休館  
 利用時間 9:00~17:00  
 〒510-0103 楠町北五味塚1211-1  
 ☎397-2277 FAX397-2160

### 10月のおはなし会 (料無料 申不要)

- おはなし会  
 時 10月12日(土) 15:00~15:30  
 所 2階 研修室  
 内 語りの会「どっこいしょ」によるストーリーテリング(語り)
- よみきかせ ひよこ  
 対 乳児と保護者  
 時 10月24日(木) 10:30~11:00  
 所 1階 えほんのへや  
 内 「しらゆきひめ」または職員による読み聞かせ

イベント・講座

募集

その他

保健だより

**あさけプラザ  
図書館**

月曜日休館（祝日の場合はその翌日）  
利用時間10:00～18:00（土・日、祝日は17:00まで）  
〒510-8028 下之宮町296-1  
☎363-0102 FAX361-1990

**10月のおはなし会（料無料 申不要）**

●赤ちゃん絵本の読み聞かせ

時10月3日(木) 11:00～11:30 所1階 図書館

●紙しばい

時10月5日(土) 14:00～14:30 所1階 図書館

●おはなしよっといで

時10月19日(土) 14:00～14:30

所1階 身体測定室 師語りの会「どっこいしょ」

**赤ちゃん絵本の読み聞かせ Special**

対市内か三重郡に在住する赤ちゃんと保護者

時10月14日(祝) 11:00～12:00

（「おねんねアート」は10:00から）

所1階 第1集会室（「おねんねアート」は1階 茶室）

内絵本の読み聞かせに加えて、おもちゃ作り、さらに「おねんねアート」も楽しめるスペシャル版です（「おねんねアート」は誰でも撮影できます）

定45組（先着順） 料無料

申10月4日までに、電話で、または直接、同プラザ図書館へ

**としょかんでASOBO**

対市内か三重郡に在住する3歳～小学生（未就学児は保護者同伴）

時10月26日(土) 9:30～10:30 所1階 図書館

内開館前（9:30）の図書館で、ゆっくり本を選んだり、読み聞かせや絵本かるたで楽しんだりしましょう。開館後（10:00）もパネルシアターなどの催しがあります。[同日開催する「ハロウィン★ピザを作ろう!!」（要申し込み）の待ち時間に、下のお子さんと参加しませんか]

定30人（先着順） 料無料 申10月14日までに、電話で、または直接、同プラザ図書館へ

**ぜん息予防等講演会・  
肺機能測定検査**

環境保全課(☎354-8278 FAX354-4412)  
✉kankyuhozen@city.yokkaichi.mie.jp  
☎1566873502800

時11月23日(祝) ①13:30～15:00  
②13:15～16:30  
（いずれも13:00開場）

所総合会館8階

内①講演会「専門医が教えるこどものアレルギー疾患～アトピー性皮膚炎・食物アレルギー・ぜん息～」(師国立病院機構三重病院 院長 藤澤隆夫さん)

②肺機能測定検査

定①②とも100人（先着順）

料無料

申10月23日（必着）までに、住所、名前、電話番号、希望内容（①か②、または両方）、講師への質問事項を、郵送か電話、ファクス、Eメールで、〒510-8601 環境保全課公害保健係へ

他託児あり [無料。未就学児（乳児）

は要相談。要事前申し込み]。手話通訳・要約筆記あり（希望者がいる場合のみ）

**よっかいち人権大学  
ステップアップ講座  
映画「陸軍前橋飛行場～私たちの村も戦場だった～」**

人権センター(☎354-8609 FAX354-8611)  
✉jinkencenter@city.yokkaichi.mie.jp  
日曜・祝日休館 ☎1564643358369

時10月26日(土) 13:30～15:30  
（13:00開場）

所総合会館8階 視聴覚室

内太平洋戦争末期、

群馬県中央部に建設された陸軍前橋飛行場。当時を生き抜いた人々の証言を集め、記憶を記録に残し後世に伝えるために製作された、今こそ見てほしい映画です。展示室で四日市空襲に関連する展示も実施します



定220人（先着順） 料無料

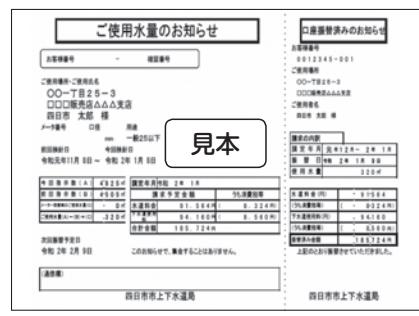
申10月19日までに、講座名、住所、名前、電話番号を、ファクスかEメールで、人権センターへ

他手話通訳・要約筆記・託児を希望する場合は、10月5日までに要申し込み

**「ご使用水量のお知らせ」  
の様式が変わります**

上下水道局お客様センター  
(☎354-8355 FAX354-8375)

水道メータ検針時に発行・投函している「ご使用水量のお知らせ」を10月検針分から下記の様式に変更します。



## 「第8回全国ファミリー音楽コンクール in よっかいち」観覧者募集

全国ファミリー音楽コンクール実行委員会事務局 (文化振興課内 ☎354-8239 FAX354-4873)

「家族」と「絆」をテーマに全国から応募があった家族の中から、予選を勝ち抜いた15家族が本市を舞台に腕を競い合います。

どの家族も楽器、編曲、演奏などに工夫を凝らして、「絆」を表現します。

**時**10月20日(日) 13:00開演(12:20開場) **所**文化会館第1ホール **料**無料(入場整理券が必要)

### ■出場家族(申し込み受け付け順)

グループ名	住所	曲名・作詞・作曲・編曲
ツインズ TWINS	熊本県 熊本市	たんぼぼ / 堀越 <sup>じょう</sup> 作曲、カドクラサトシ 作詞
チーム・サンムーン	埼玉県 志木市	1. 宇宙戦艦ヤマト / 宮川 <sup>ひろし</sup> 作曲 2. ルパン三世のテーマ / 大野雄二 作曲
相原カルテット	大阪府 堺市	1. 君をのせて〜天空の城ラピュタより〜 / 久石 <sup>ひさし</sup> 作曲、松原幸広 編曲 2. オペラ座の怪人 / A・L・ウェバー 作曲、藤満 <sup>しん</sup> 編曲
永井バンド	静岡県 浜松市	マイロード / 永井秀和 作曲・作詞・編曲
ストロベリーズ	京都府 京都市	1. ストロベリーキッス / haru. 作曲・作詞・編曲 2. mama☆ / haru. 作曲・作詞・編曲 3. いちごに嫉妬 / haru. 作曲・作詞・編曲
笛の風	新潟県 三条市	ソナタ / H. マリル 作曲
マリンバ <sup>フォー</sup> Four T	岐阜県 羽島市	ディベルティメント 二長調 K.136 第1楽章 / モーツァルト 作曲
アンサンブル <sup>ブラック</sup> Black Beatles	滋賀県 湖南市	4つのバイオリンのための四重奏曲 op.107 1楽章 / イグナーツ・ラハナー 作曲
和太鼓 <sup>ライド</sup> 煌叶	愛知県 高浜市	1. 結束 / 石川和則 作曲・編曲 2. 未来見 / 羽田 <sup>アスミ</sup> 康次 作曲・編曲
ファイブ <sup>ハッツ</sup> Five HATs	四日市市	1. さんぽ / 久石 <sup>ひさし</sup> 作曲、中川季枝子 作詞、石川 <sup>かおり</sup> 編曲 2. チキ・チキ・バン・バン / R. M. シャーマン、R. B. シャーマン 作曲・作詞、Five HATs 編曲 3. 生きてる生きてく / 福山雅治 作曲・作詞、菊池美奈子 編曲
みなみのそら	岡山県 倉敷市	1. ユーモレスク Op.101-7 / アントニン・ドボルザーク 作曲 2. エンターテイナー / スコット・ジョプリン 作曲 3. 人生のメリーゴーランド / 久石 <sup>ひさし</sup> 作曲、渡邊鉄雄 編曲
山本家族	愛知県 豊田市	1. アンダー・ザ・シー / アラン・メンケン 作曲、sakuko 編曲 2. パート・オブ・ユア・ワールド / アラン・メンケン 作曲、sakuko 編曲
ありあけの海 ひぜん・ひごバンド	長崎県 諫早市	1. みつばちぶんぶん / 細谷 <sup>ほそな</sup> 一郎 作曲 2. 夢の中へ / 井上陽水 作曲・作詞 3. ブンブンパワー / 山本省悟 作曲・作詞 4. 春風さん / 山本省悟 作曲・作詞 5. 春遠からじ / 山本省悟 作曲・作詞
アマート Amato	愛知県 名古屋	1. 愛の悲しみ / クライスラー 作曲、大畑正幸 編曲 2. 採茶撲蝶 / 中国福建省民謡 3. マルセリーノの歌 / ソロツアバル 作曲、大畑正幸 編曲 4. アストーリアス / イサーク・アルベニス 作曲、大畑正幸 編曲
☆コンペイトウ☆	奈良県 奈良市	1. ボカリーズ / ラフマニノフ 作曲 2. 花祭り(アルゼンチン民謡) / エドムンド・サルディバル 作曲、大島ただのり 編曲

**他**入場整理券を9月20日から配布します。[配布場所:文化振興課(市役所5階)、各地区市民センター、あさけプラザ、男女共同参画センター、文化会館、三浜文化会館、市民窓口サービスセンター(1人につき4枚まで)] 往復はがき(はがき1枚につき4人まで)で申し込む場合、10月5日(必着)までに、〒510-8601 文化振興課へ。定員に達した場合、申込期限内であっても整理券をお出しできない場合があります

## DV防止講演会

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

時11月14日(木) 14:00~15:30

所総合会館7階 第1研修室

内講師自身の被害体験から、子どもや親たちをDVや虐待の被害者・加害者にしないための家族の在り方を考えましょう

演題「家族の健康的なコミュニケーションのコツ~DV及び児童虐待の予防のために~」

師おやこひろば桜梅桃李代表・心理カウンセラー 柳谷和美さん

定70人(先着順)

料無料

申10月1日9:00以降に、講座名、住所、名前、電話番号、託児の有無(託児希望の場合は子どもの名前と年齢)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カ月以上の未就学児。10人程度。10月31日までに要申し込み)

## さんかくカレッジ2019 (市民企画)

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

◆あなたらしく、美しく。心が美しくなるための三つの講座

企画・運営

ヨガサークル「ガレット」

対市内に在住、または通勤・通学し、全3回参加できる人

時いずれも10:00~12:00

時 所	内
第1回 10月26日(土) 本町プラザ 2階 和室	心ゆるめる リラックスヨガ講座 「体と心を心地よくほぐしてリラックスタイム」 師ヨガインストラクター 中村美帆さん

第2回 11月23日(祝) 本町プラザ 5階 第3会議室	心休まる 睡眠講座 「今の睡眠、満足ですか!?~少しの工夫でキレイと元気を作る睡眠のコツ~」 師上級睡眠健康指導士・日本睡眠学会正会員・快眠コーチ 三輪田理恵さん
第3回 12月7日(土) 本町プラザ 5階 第3会議室	心あたたまる絵本講話「なぜ今、大人が絵本!?!」 師みやがわ書店店主 橋村孝子さん

定20人(先着順)

料1,000円(全3回分)

持第1回 ヨガマットかバスタオル、飲み物、動きやすい服装

第2回 動きやすい服装

申9月24日9:00

以降に、講座名、

住所、名前、年

齢、電話番号、託

児の有無(必要

な場合は子どもの名前と年齢)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。10月16日までに要申し込み)



## 2019四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル(第15回全国ジュニア自転車競技大会)に伴う交通規制と注意事項

四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル実行委員会事務局(観光交流課内)  
 ☎354-8482 FAX354-8483

✉https://kankou43yokkaichi.com/cycle/

時10月27日(日) 8:30~16:00

(雨天実施)

区間 水沢地区西部・桜地区リサーチパーク付近一帯

他大会コースを走行する際は、交通规则(一旦停止・信号・左側縦列走行・スピードなど)を厳守してください

## 三二情報

◆ドキュメンタリー映画「現象治療」

時9月28日(土) 10:00~16:30 所総合会館8階 視聴覚室 定100人 料無料 申事前に、ブルーノ・ブルーニング交友会 白井 ☎080-5115-4939)へ

◆不動産鑑定士による不動産の無料相談会

時10月1日(火) 9:30~12:00、13:00~15:30 所市役所1階 コピー 申不要 問(一社)三重県不動産鑑定士協会 ☎059-229-3671 FAX059-229-3648)

◆四日市ウェルネスクラブ無料体験 ウェルネスヨガ

時10月3日・10日(いずれも木曜日) 19:20~21:00 所笹川中学校 持ヨガマット、飲み物、タオル 申事前に、同クラブ事務局(こりとらくだ内 ☎351-1579)へ

◆女性のための働き方セミナー(無料)

対女性 時10月4日(金) 9:45~12:00 (9:30受け付け) 所本町プラザ2階 第1会議室 定50人(先着順) 持筆記用具、あれば雇用保険受給者証 他託児あり(無料。6カ月以上の未就学児。先着20人。要予約)

申10月1日までに、電話かファクスで、または直接、ハローワーク四日市 ☎353-5567 FAX353-7744) かマザーズコーナー ☎359-1710)へ

◆体験ひろば☆子どもスペース四日市

申事前に、同所 ☎/FAX321-0883)へ

(1)乳幼児親子と高校生ふれあい体験授業 親子ボランティア募集

対乳幼児と保護者 時10月~11月 所四日市高校、四日市南高校 他10月8日(火)10:00~11:30に、文化会館第3ホールで、説明会を開催 (2)絵本の読みかたり 絵本の日(無料)

時10月4日(金) 11:00~11:30 所同所

◆11月開講職業訓練生募集(無料)

対ハローワークへ求職申し込みをした再就職希望者 時11月6日(水)~令和2年4月27日(月)

募集科 電気保全技術科

申10月4日までに、ポリテクセンター三重 ☎320-2645 FAX322-2890)へ

他託児あり(無料。要事前相談)。受講対象者は施設見学会(毎週木曜日)に参加必須

◆全国一斉!法務局休日相談所(津地方法務局)

時10月6日(日) 10:00~16:00

所じばさん三重4階 申事前に、津地方法務局四日市支局総務課 ☎353-4365)へ。当日受け付け可

◆四日市歩こう会(小雨実施)

時所10月6日(日) 8:45諏訪公園噴水前集合、14:10ごろ近鉄富田駅解散

主な行き先 三滝公園から霞ヶ浦緑地公園と四日市港ポートビル(10km) 料200円(交通費自己負担) 持弁当、飲み物、雨具 他参加賞あり 問同会 米川 ☎/FAX365-9684)

◆自分だけのLINEスタンプを作っちゃおう!

対LINEを使う女性 時10月9日(水) 13:30~15:30 所シェワフ白揚文具館 定15人(先着順) 料1,000円 持スマートフォン

申事前に、愛マムズIT倶楽部 中森 ☎090-5601-7155)へ

◆ひまわりあんしん事業・電話相談(弁護士による高齢者のための電話相談)(無料)

対65歳以上の人と親族 時10月11日・25日(いずれも金曜日) 10:00~12:00

相談専用 ☎059-228-3143

問三重弁護士会事務局 ☎059-228-2232)

◆中国気功教室(無料)

対気功で健康になりたい人 時10月12日・19日・26日、11月2日・9日・16日(いずれも土曜日) 13:00~16:00 所新正会所2階 ホール 問同教室 原田 ☎080-5214-9833)

## シンポジウム 郷土の文化遺産 「文化財のちから～みんなで まもり、みんなでつなぐ～」

社会教育・文化財課

☎354-8238 FAX354-8308

✉syakaibunkazai@city.yokkaichi.mie.jp

🌐https://www.city.yokkaichi.mie.jp/

kyouiku/kujirabune/(鳥出神社の鯨船行事)

🌐https://www.city.yokkaichi.mie.jp/

kyouiku/kurube/(久留倍官衙遺跡)

**時**10月12日(土) 13:00~16:00  
(12:30受け付け)

**所**四日市商工会議所1階 ホール

**内**ユネスコ無形文化遺産に登録された鳥出神社の鯨船行事など、市内に多く所在する貴重な文化財を保存・活用していく取り組みについて討論します

**師**基調講演：前文化庁長官 あおやぎまさ 青柳正規さん、コーディネーター：至学館大学コミュニケーション研究所長 石田芳弘さん、パネリスト：四日市大学学長 岩崎恭典さん、文化庁地域文化創生本部総括・政策研究グループ研究官 朝倉由希さん、社会教育・文化財課職員

**定**300人(当日、先着順)

**料**無料

**他**手話通訳・要約筆記あり

## 運動指導に携わる人の スキルアップ講座 (第1回保健事業指導者支援事業)

健康づくり課(☎354-8291 FAX353-6385)

**対**運動・保健・福祉施設で、指導や企画に携わっている保健師、管理栄養士、介護福祉士、理学療法士、健康運動指導士、健康運動実践指導者、その他運動を指導する立場にある人

**時**10月13日(日) 10:00~15:00

**所**ヘルスプラザ

**内**講義・実技「信頼関係を築いて楽しく介護予防」

**師**日本福祉大学社会福祉総合研修センターコーディネーター あらふかひろ 荒深裕規さん

**定**50人(応募多数の場合は抽選。結果は全員に通知)

**料**2,000円

**申**9月30日(必着)までに、講座名、住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号、勤務先、勤務先の住所・電話番号(勤務先に案内発送希望の場合のみ)、職種、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、ファクスで、または直接、〒510-8601 健康づくり課(市役所3階)へ

## 第46回 四日市市美術展覧会

文化振興課(☎354-8239 FAX354-4873)

文化会館(☎354-4501 FAX354-4093)

審査により選ばれた市民の皆さんの作品をご覧ください。

**時**9月28日(土)~10月6日(日)  
10:00~18:00(入館は閉館の30分前まで。ただし、最終日は16:00閉館)

**所**文化会館展示棟、第3ホール

**料**無料

**■**展示部門 日本画・洋画・彫刻・工芸・書道・写真

**■**公開審査 9月21日(土)(日本画・洋画・彫刻部門)・22日(日)(工芸・書道・写真部門) いずれも10:00から

**■**審査講評 10月6日(日) 14:30から(各部門展示会場にて)

## 第69回四日市 市民芸術文化祭行事

文化振興課

☎文化協会(☎/FAX351-3729)

**◆**第12回四日市洋舞フェスティバル

**時**10月14日(祝) 17:30開演

**所**文化会館第1ホール

**内**クラシックバレエ4団体、モダンダンス2団体がそれぞれの作品を披露します。古典から創作まで、各団体の個性を生かしたバラエティ

に富んだ作品をご覧ください

**料**自由席1,000円(当日券あり)

**問**石井(☎354-1269)

**◆**生活文化・趣味の作品展

**時**11月2日(土) 10:00~17:00・3日(祝) 10:00~16:00

**所**文化会館第1・3・4展示室

**内**生け花華道7流派、三重四日市盆栽会など伝統的な日本文化の作品から、写真、アートフラワー、絵手紙など趣味の作品まで、幅広く展示します。球根のプレゼントもあります **料**無料

**問**杉本凱司(☎090-8861-7589)、辻澄甫(☎090-2347-8337)

**◆**日本舞踊まつり

**時**11月4日(休) 13:00開演

**所**文化会館第2ホール

**内**古典日本舞踊の美しさと豊かな表現をお楽しみください **料**500円

**●**観覧チケットをプレゼント

**申**10月15日(必着)までに、住所、名前、希望枚数(4枚まで)を、はがきで、〒510-0057 昌栄町21-10 文化協会「日本舞踊まつり」係へ

**問**西川(☎090-9180-5801)

## 資格を生かしてみませんか 看護師カムバック研修

市立四日市病院

☎354-1111(代) FAX352-1565

看護師の資格を持ちながら、現在看護職に携わっていない人への再就職支援の研修です。

**時**11月11日(月)・12(火)

10:00~14:00

11月13日(水) 9:30~14:15

11月14日(木)・15(金)

9:30~16:00

**所**市立四日市病院

**内**最近の医療や看護の知識および技術などの再学習

**定**10人(先着順) **料**無料

**申**10月21日までに、市立四日市病院看護部(内線5035)へ

**他**託児あり(2歳以上)

# 健康づくり教室

三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）

【☎349-3311 FAX348-0017（月曜日休館、祝日の場合はその翌日）】

**所**ヘルスプラザ **定**下表参照（応募多数の場合は抽選） **料**無料

**申**10月20日（必着）までに、住所、名前（ふりがな）、年齢、電話番号、教室名とコース名（いきいきライフ教室は希望日時も）、今までにかかった病気および治療中の病気・心臓病・不整脈・運動制限の有無（ある場合は、病名と発症した時期、主治医の許可の有無）、内服薬の有無（ある場合は、薬名）、関節の痛みの有無（ある場合は、痛みのある部位）を、はがきか電話、ファクスで、〒510-0851 塩浜町1-11 ヘルスプラザへ

**他**主治医が運動不可と判断した場合は、参加できません。今年度内で、同じコースに複数回の申し込みはできません（異なるコースには申し込みできます）

	脳力リフレッシュ教室	シニア・ここカラ教室
<b>内</b>	認知症予防に効果的な運動をします	関節への負担が少なく、介護予防に効果的な運動をします
<b>対</b>	おおむね65歳以上の人	おおむね65歳以上で、肩・腰・膝などの痛みがある人
<b>時</b>	<水中運動コース> 11月2日・9日・16日・30日 全4回 （いずれも土曜日） 9：45～11：15	<陸上運動コース> 11月1日・8日・15日・22日 全4回 （いずれも金曜日） 13：45～15：15
<b>定</b>	20人	20人
<b>持</b>	水着、水泳帽	運動できる服装、運動靴(上履き)

## 転ばぬ先の健康教室

<b>内</b>	介護予防に効果的な運動をします	
<b>対</b>	おおむね65歳以上で、体力低下を感じている人(要介護認定申請の要支援者、市の総合事業における基本チェックリストの該当者も介助者と一緒に参加できますので、申し込み時にお知らせください)	
<b>時</b>	<水中運動コース> 11月7日・14日・21日・28日 全4回（いずれも木曜日） 9：45～11：15	<陸上運動コース> 11月12日・19日・26日、12月3日 全4回（いずれも火曜日） 9：45～11：15
<b>定</b>	10人	
<b>持</b>	水着、水泳帽	運動できる服装、運動靴(上履き)

## いきいきライフ教室

<b>内</b>	障害のある人と介助者が一緒に運動をします	
<b>対</b>	18歳以上で、身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳のいずれかの所持者と介助者 ※手帳所持者で介助の必要がない人は、本人のみで参加できる場合もあります ※手帳所持者以外でも、運動機能の低下により、立つ・歩くなどの日常生活動作に介助が必要な人は参加できる場合もあります。詳しくは、お問い合わせください	
<b>時</b>	この教室は、今年度内で、各コース合わせて4回まで申し込みできます(1回だけの申し込みもできます) 希望の日時を下記の開催日から選択し、申し込み時にお知らせください	
<b>時</b>	<水中運動コース> 11月8日・22日（いずれも金曜日） 17：30～18：30	<トレーニングジムコース> 11月19日(火) 13：30～14：30 11月7日・21日（いずれも木曜日） 17：30～18：30
<b>定</b>	各日3組	
<b>持</b>	水着、水泳帽	運動できる服装、靴(上履き)

# 三二情報

## ◆四日市風の谷ウィンドアンサンブル 第19回演奏会

**時**10月13日(日) 14：00開演（13：30開場）  
**所**NTNシティーホール（桑名市）  
**料**前売り700円、当日1,000円  
**問**同団 玉井（☎050-5359-2477）

## ◆ちんじゅの森コンサート（無料）

**時**10月13日(日) 18：00～19：30  
**所**松本山 やまの広場特設会場（松本五丁目）  
**他**駐車場なし **問**松本山ちんじゅの森の会事務局（☎352-4547）

## ◆陶志会 第15回陶芸作品展（無料）

**時**10月14日(祝) 10：30～17：00、15日(火) 9：00～15：30 **所**文化会館第3展示室  
**問**同会 荒木（☎365-6679）

## ◆お野菜たっぷり食改ヘルシークッキング

**時**10月16日(水) 9：30～11：30  
**所**本町プラザ3階 調理室  
**定**14人（先着順） **料**600円  
**持**エプロン、パンダナ、ふきん2枚、筆記用具  
**申**10月12日までに、電話で、井戸（☎059-358-3565）または中村（☎352-5207）へ

## ◆ハローワーク四日市 障害者就職面接会

**時**10月16日(水) 13：00～15：00（12：15～14：30受け付け） **所**文化会館展示棟 **申**事前に、ハローワーク四日市（☎353-5568）へ

## ◆西日野まつり（入場無料）

**時**10月19日(土) 10：00～13：35  
**所**特別支援学校西日野にじ学園 **他**駐車場はありません **問**同学園（☎322-2558）

## ◆新米の食べ比べ 四日市産の新米3種を萬古土鍋で味わう（ハロウィンイベント同時開催）

**時**10月19日(土) 11：00～13：00  
**所**ばんこの里会館2階 ポッターズキッチン  
**定**20人（先着順） **料**2,000円（ランチ付き）  
**申**10月12日までに、ばんこの里会館（☎330-2020 FAX330-2021）へ

## ◆スポーツテーピング講習会

**時**10月19日(土) 14：00～16：00  
**所**あさけ通り整骨院（下之宮町）  
**料**1,000円 **定**5組（先着順）  
**申**事前に、同院（☎363-1320）へ

## ◆福祉の職場見学バスツアー in みえ

**対**障害者分野の職場に就職希望する、または関心のある人（学生も可）  
**時**10月19日(土) 9：00～17：00  
**所**南勢地区の福祉施設 **定**20人 **料**無料（集合場所までの交通費、昼食代自己負担）  
**申**10月9日までに、ホームページ（HP）<http://www.miewel-1.com/jinzai/> から  
**問**三重県福祉人材センター（☎059-227-5160）

## ◆子育て広場：ドロップin

**問**同所（☎/FAX363-3728）  
**(1)**セントレア滑走路見学&みかん狩り・アスレチックツアー  
**時**10月22日(祝) 7：30JR富田駅集合  
**料**高校生以上8,000円、中学生以下7,000円（南知多グリーンパレイ入園料含む）  
**申**10月15日までに、同所へ

**他**未就学児は保護者同伴  
**(2)**親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた！」（4回連続講座）  
**対**生後2～5カ月の子（第1子）とお母さん  
**時**10月18日・25日、11月1日・8日（いずれも金曜日） 13：00～15：00  
**所**保健福祉センターさわか村（三重郡朝日町）  
**定**10組 **料**1,580円（テキスト代含む）

**(3)**ベビーカフェ  
**対**0歳児とお母さん **時**10月2日(水) 10：30～11：45 **所**同所 **料**300円

## 四日市ドーム教室

四日市ドーム (☎330-3131 FAX330-3133)

**所** 四日市ドーム **申** 10月1日(必着)までに、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、教室(コース)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** 応募多数の場合は抽選。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、電話でご確認ください。

スポーツ教室・テニス教室は保険に加入しています

※教室日程は、運営上の都合によりやむなく変更となる場合があります

### ■スポーツ教室

教室名	対	内	時	定	料
フィットフラ教室 師 館みゆきさん	一般	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、シェイプアップにも効果があります。	火 10/22・29、11/12・19・26、12/3・10・17 全8回 13:00~14:00	35人	4,000円
ザ・スロー® リンパドレナージュ 教室 師 東由紀江さん	一般	ゆっくりな動作でリンパ節を刺激して、身体を整えていきます。 ※妊娠中の人はご遠慮ください。膝や腰に関節炎があり動きに制限がある人、腰痛をお持ちの人は、必ず医師の診断を受けてからご参加ください	火 10/22・29、11/26、12/3・10 全5回 14:15~15:15	30人	4,500円
フィットネスタイチ (太極拳) 教室 師 早見智佳子さん	一般	太極拳にフィットネス要素を取り入れた運動です。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。	火 10/22・29、11/12・19・26、12/3・10・17 全8回 15:30~16:30	30人	4,000円
ZUMBA教室 師 辻友寛さん	一般	ラテンの曲に合わせて踊ることで、脂肪燃焼と心肺機能の向上が期待できます。初心者でも安心して参加できます。(火曜日コース・金曜日コースあり)	火 10/22・29、11/12・19・26、12/3・10・17 全8回 19:00~20:00 金 10/18、11/1・15・22・29、12/6・13・20 全8回 18:30~19:30	各 35人	4,000円 4,000円
辻友寛のENJOY ランニング教室 師 辻友寛さん	一般	霞ヶ浦の景色を眺めながらランニングの楽しさ、喜びを感じ、走る技術や知識を身に付けます。運動習慣のない人も安心してご参加いただけます。四日市ドーム周辺を走ります。 ※雨天時は一部内容に変更あり	水 10/16・23・30、11/20・27、12/18 全6回 9:30~10:45	20人	6,000円
親子で遊び フィット☆教室 師 小林百恵さん	1歳半~3歳の子どもと親	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。パパとママのケアもします。親子のスキンシップの機会になり、ストレス解消にも効果があります。(水曜日コース・土曜日コースあり)	水 10/16・23・30、11/6・13・27、12/4・11・18 全9回 10:00~11:00 土 10/19、11/2・16・23、12/7・21 全6回 10:45~11:45	各 15組 30人	6,300円 (2人目以降、200円/回) 4,200円 (2人目以降、200円/回)
脂肪燃焼エアロ教室 師 辻友寛さん	一般	軽快なリズムに合わせて体を動かします。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。	水 10/16・23・30、11/6・13・20・27、12/4・11・18 全10回 11:15~12:15	30人	5,000円
ミラクル体操教室 師 福島富美江さん	一般	誰でも安全で簡単、即効果が出る、体がどんどん変わる「ミラクル体操」をお伝えします。	水 ●ミラクル体操① 10/16・23・30、11/6・13・20・27、12/4・11・18 全10回 13:00~14:00 水 ●ミラクル体操② 10/16・23・30、11/6・13・20・27、12/4・11・18 全10回 14:15~15:15 水 ●ミラクル体操(ステップ) 10/16・23・30、11/6・13・20・27、12/4・11・18 全10回 15:30~16:30	各 40人	5,000円 5,000円 5,000円
肩こり・腰痛・猫背改善 ストレッチ教室 師 水谷綾さん	一般	初心者でも気軽にできる効果的なストレッチで、体のケアやゆがみの改善を図ります。	木 10/17・31、11/7・14・21・28、12/5・12・19 全9回 10:00~11:00	35人	4,500円
筋力UPトレーニング 教室 師 水谷綾さん	一般	運動不足による筋力低下や姿勢の崩れからくる不調を、運動で改善します。	木 10/17・31、11/7・14・21・28、12/5・12・19 全9回 11:15~12:15	35人	4,500円
ストレッチ&エアロ 教室 師 水谷綾さん	一般	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、心肺機能を高めます。心身ともにリフレッシュでき、エクササイズ効果も高い運動です。	木 10/17・31、11/7・14・21・28、12/5・12・19 全9回 13:00~14:00	30人	4,500円
やさしいピラティス 教室 師 館みゆきさん	一般	正しい呼吸を行い、身体の内側から鍛えることで基礎体力をアップさせ疲れにくい体を目指します。体幹を整えて骨盤矯正、O脚・猫背などの姿勢改善、肩こり解消などが期待できます。	木 10/17・31、11/7・21・28、12/5・12・19 全8回 15:00~15:50	35人	4,000円

イベント・講座

募集

その他

保健だより



教室名	対	内	時	定	料
イキイキ体操&ストレッチ教室 師 館みゆきさん	一般	歩くような速さの音楽に合わせて行う、スローエアロビクスです。ストレッチや、やさしい筋力トレーニングはタオルやボールを使います。下半身のシェイプアップに効果的でインナーマッスを自然に鍛えることができます。今まであまり運動をしたことがない、体力がない、身体を柔軟にしたい、ストレス解消したい人にお薦めです。	木 10/17・31、11/7・21・28、12/5・12・19 全8回 16:00~16:50	35人	4,000円
<b>NEW</b> バレトン①教室 師 小安早帆子さん	一般	フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせた有酸素運動です。誰でもできる簡単な内容で、シェイプアップ効果も抜群です。	金 10/18、11/1・15・22・29、12/6・13・20 全8回 13:00~13:50	30人	4,000円
ボディメイクヨガ教室 師 西久保由美子さん	一般	呼吸を大事にしなが、心を満たし、身体をリセットしましょう。自分の身体の癖を見つけ出し、理想の姿勢、身体を目指します。	金 10/18、11/1・15・22・29、12/6・13・20 全8回 14:15~15:15	35人	4,000円
ワクワクキッズ広場教室 師 水谷綾さん	4歳~小学生3年生	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あいさつをはじめとした社会性を身に付けます。	金 10/18、11/1・15・22・29、12/6・13・20 全8回 16:00~17:00	15人	4,000円
バレトン②教室 師 小林百恵さん	一般	フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせた有酸素運動です。誰でもできる簡単な内容で、シェイプアップ効果も抜群です。	土 10/19、11/2・16・23、12/7・21 全6回 9:40~10:30	30人	3,000円
キッズダンス教室(※1) 師 立松佑樹さん	小学生	ダンスの楽しさを感じて技術を向上させるだけでなく、礼儀を学び、自立性やコミュニケーション力を高めることを目的とします。	土 10/19、11/2・16・23、12/7・21 全6回 14:00~15:00	30人	3,000円
YUUKIはじめてDANCE教室(※1) 師 立松佑樹さん	小学生以上	初心者向けのダンスレッスンで、幅広いダンスを基礎からしっかり学べます。ストレスや運動不足の解消に最適です。	土 10/19、11/2・16・23、12/7・21 全6回 15:30~16:30	30人	3,000円

(※1) 教室開催日と土曜登校日が重なる場合は、申し込み時に学校名・登校日をご記入ください

### ■テニス教室

教室名	対	内	時	定	料
エンジョイテニス教室(小学生) 師 四日市テニス協会派遣講師	小学生	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。	水 10/16・23、11/13・27、12/4・11・18 全7回 18:20~19:20	17人	9,800円
エンジョイテニス教室(初心者コース)(※2) 師 四日市テニス協会派遣講師	一般	テニスを初めて習う人や基礎からテニスを学びたい人にお薦めです。	水 10/16・23、11/13・27、12/4・11・18 全7回 19:00~20:15	24人	10,500円
エンジョイテニス教室(中級コース)(※2) 師 四日市テニス協会派遣講師	一般	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打てるようになりたい人にお薦めです。	水 10/16・23、11/13・27、12/4・11・18 全7回 19:30~20:45	24人	10,500円

(※2) 初心者コース・中級コースはレッスン終了後、ボール、ネットの撤去作業があります

### ■文化教室

教室名	対	内	時	定	料
<b>NEW</b> 人生を楽しむ生き生きコーディネート講座 師 小柴晃さん	一般	年を重ねるにつれ、服装が地味になっていく人は多いのではないのでしょうか。服装を変える・気にすることで、毎日楽しく過ごせること、おしゃれすることで多くの喜びを得られることを体感していただくコーディネート講座です。	火 10/8、12/3、1/21・28、3/3・10 全6回 10:00~11:00	10人	6,000円
書道にチャレンジ!教室 師 花井高峰さん	一般	生涯学習に最適な書道にチャレンジしてみませんか。書道で人生が変わるかもしれません。	火 10/8・22、11/12・19、12/3・10、1/21・28、2/4・18、3/3・10 全12回 13:00~14:30	15人	12,000円
人生を豊かにするかな文字教室(ペン習字) 師 上田虹月さん	一般	筆を使用して練習します。美しい字は一生の宝です。あなたもすてきな字を手に入れませんか。	水 10/9・23、11/13・27、12/11・25、1/8・22、2/12・26、3/11・25 全12回 10:00~11:00	10人	12,000円
季節を感じながら俳句教室 師 伊藤暢子さん	一般	季節を感じられるモチーフ(花、動物など)を描きます。絵に合う先人たちの俳句を添えて、はがきや色紙サイズの作品に仕上げます。	水 10/9・23 11/13・27、12/11・25、1/8・22、2/12・26、3/11・25 全12回 13:00~14:30	10人	12,000円
触れてみよう!「津軽三味線」(※3) 師 松永兼治さん	小学生~一般	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もとに、「津軽じょんがら節」の合奏を目標にします。	金 10/18、11/1・15・29、12/13・20 全6回 19:30~20:45	10人	6,000円(別途、三味線レンタル料500円/回)
はじめての中国語 師 じゃあじゃあさん	一般	初めて学ぶ中国語だからこそ、基礎をしっかり学びます。読み書きから言葉の力を身に付け、ステップアップして眠っている語学力を目覚めさせましょう。	土 10/19、11/2・16・30、12/7・21、1/11・18、2/1・15、3/7・14 全12回 10:00~11:00	10人	12,000円

(※3) 三味線のレンタルを希望する人は、申し込み時に「レンタル希望」とご記入下さい

広報ページID検索 🔍

本文中に記載された **HPID**(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

## 茶室「泗翠庵」立礼席<sup>りゅうらい せき</sup>についてのお知らせ

泗翠庵 [☎/FAX352-4960]  
月曜日休館(祝日の場合は、その翌平日)



### ◆価格改定について

10月1日から、立礼席の呈茶料が一服税込み500円(和菓子付き)、呈茶回数券(11枚綴り)が税込み5,000円になります。なお、従来の呈茶回数券は差額払いなしで利用できます。

### ◆臨時休業について

11月3日(祝)は、開館25周年記念茶会に使用するため、通常の立礼席業務は休業します。

## シルバー人材センター 地域入会説明会

健康福祉課  
☎シルバー人材センター  
(☎354-3670 FAX351-4830)

**対** 市内に在住する原則60歳以上の人で、健康で働く意欲のある人

### ■地域入会説明会

時	所
10月4日(金) 13:30から	羽津地区市民センター2階 ホール
10月11日(金) 13:30から	神前地区市民センター2階 会議室
10月25日(金) 13:30から	常磐地区市民センター2階 大会議室

**持** 筆記用具。当日入会する場合は、  
①印鑑 ②年会費3,600円 ③銀行か郵便局の通帳(本人名義のもの) ④運転免許証・保険証・マイナンバーカードなど本人確認ができるもの

## 声優朗読劇フォアレーゼン スピンオフ 声優トーク ショー&ワークショップ

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) **HPID**https://yonbun.com

有名作品に出演している人気声優の仕事の話などが聞けるトークショー。出演声優からコメントをもらえる朗読体験コーナーもあります。

### ■出演

井上和彦、井上喜久子、平田広明<sup>ひろあき</sup>  
時12月14日(土) 15:00開演

**所**文化会館第2ホール

**料**全席指定 一般4,500円、高校生以下2,500円(当日料金あり)

### ■チケット販売

文化会館(窓口・インターネット)、  
チケットぴあほかで販売中

**他**未就学児の入場はご遠慮ください。  
託児あり(有料。要事前申し込み)

## パブリックコメント

### 「四日市市立地適正化計画」 (素案)についての意見募集

都市計画課 [☎354-8272 FAX354-8404]  
✉toshikeikaku@city.yokkaichi.mie.jp  
**HPID**1566826461856)

人口減少・高齢社会の到来に向けて、公共交通と連携しながら、居住や医療・福祉・商業などの都市機能の誘導により持続可能な都市の形成を目指す、「四日市市立地適正化計画」(素案)を作成しましたので、皆さんの意見を募集します。

### ■素案の入手場所

市ホームページ、都市計画課(市役所4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

10月4日(金)~11月1日(金)

**■意見の提出方法** 住所、名前を記入の上、郵送(消印有効)かファクス、Eメールで、〒510-8601

都市計画課へ。または直接、同課か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

## 募集

### 人権啓発活動のための 人権学習を支援します

人権センター [☎354-8609 FAX354-8611]  
**HPID**1001000000331 日曜・祝日休館)

#### ●部落解放第53回全国研究集会

時10月15日(火)~17日(木)

所名古屋市 申10月1日まで

#### ●全日本同和会女性部研修会

時10月23日(水)

所京都市 申10月9日まで

#### ●日本女性会議2019さの

時10月25日(金)・26日(土)

所栃木県佐野市 申10月11日まで

#### ●第42回全国人権保育研究集会

時11月9日(土)・10日(日)

所広島県福山市 申10月25日まで

**他**申請条件があります。必ず事前に人権センターにご相談ください

## 市立保育園・こども園 看護師(嘱託職員)募集

保育幼稚園課 [☎354-8173 FAX354-6013]  
**HPID**1561510981297)

**■主な業務** 園児などの健康管理、保健指導

**■受験資格** 昭和35年1月2日以降生まれで、看護師または准看護師の免許を有する人(見込み可)

**■募集人数** 1人程度

**■採用予定日** 令和2年1月1日

**■試験日・会場** 11月17日(日)

総合会館4階 栄養指導室

**申**10月25日(必着)までに、郵送で、または直接、〒510-0085 諏訪町2-2 保育幼稚園課(総合会館3階)へ

**他**詳しくは、同課で配布する試験要項をご覧ください。市ホームページからも入手できます

# 市営住宅入居者定期募集

市営住宅課 (☎354-8218 FAX354-8404)

対①～⑤の条件と各住宅の応募要件をすべて満たす人

- ①市内に在住、または通勤し、住宅に困っている
- ②市営住宅条例に定める収入基準に合う
- ③市区町村税を完納している
- ④申込者および入居しようとする親族が暴力団員でない
- ⑤次の(ア)、(イ)のいずれにも該当しない

(ア)過去に市営住宅に入居していた人で、現に未納の家賃、損害賠償金などの費用負担の義務がある

(イ)過去に市営住宅に入居していた人で、当該住宅の使用に係る債務を免れたことがある

申10月7日～11日に、申込書類一式と申込者全員の個人番号確認書類および本人確認書類を、直接、市営住宅課（市役所4階）へ。公募要領、申込用紙は同課で配布します。また、当選後は連帯保証人2人と、決定家賃の3カ月分の敷金が必要となります

## 募集戸数と対象など

対	団地名	構造・戸数(間取り)	応募要件	
一般世帯向け	三重	中耐 3戸(3K、3DK)	同居または同居予定の親族(申込書の提出期間の最終日から6カ月以内に婚姻予定の婚約者を含む)がいる人 ただし、大瀬古新町については、以下の規定があります 2LDK:本人を含め3人以上の世帯 ※大瀬古新町(1DK)については、単身者向けの条件を満たす人も申し込みます。ただし、単身者向けと同時に申し込むことはできません	
	三重(1F)	中耐 2戸(3K)		
	前田町	中耐 1戸(2DK)		
	西伊倉町	中耐 1戸(3DK)		
	大瀬古新町	中耐 1戸(1DK)		
		中耐 1戸(2LDK)		
	内部泉町	中耐 1戸(3DK)		
	東新町	中耐 1戸(3DK)		
	楠旭町	耐二 1戸(2LDK)		
	末永・本郷	中耐 1戸(2LDK)		
曙町	中耐 1戸(2DK)			
多人数世帯向け(子育て)	坂部が丘	簡二 1戸(5DK)	同居または同居予定の親族(申込書の提出期間の最終日から6カ月以内に婚姻予定の婚約者を含む)がいる人で、中学生以下の子どもを1人以上含む5人以上の世帯(ただし、高齢者世帯向け住宅または障害者世帯向け住宅の申込要件を満たす人は、中学生以下の子どもを1人以上含む4人以上の世帯)	
高齢者世帯向け	三重	中耐 1戸(3K)	60歳以上で、同居者が次のいずれかの人 (ア)配偶者 (イ)1～4級の身体障害者手帳を持っている (ウ)療育手帳を持っている (エ)1～3級の精神障害者保健福祉手帳を持っている (オ)18歳未満の児童 (カ)60歳以上	
	東新町	中耐 1戸(2DK)		
障害者世帯向け(車いす対応)	高花平	簡平 1戸(2DK)	同居または同居予定の親族(申込書の提出期間の最終日から6カ月以内に婚姻予定の婚約者を含む)がいる人で、本人または同居者が1～3級の身体障害者手帳を持っている人であり、かつ常時車いすが必要な人	
	あさけが丘	簡平 1戸(1LDK)		
単身者向け	三重	簡二 2戸(2DK)	次のいずれかに該当する人 (ア)申し込みの時点で60歳以上である (イ)1～4級の身体障害者手帳を持っている (ウ)療育手帳を持っている (エ)1～3級の精神障害者保健福祉手帳を持っている (オ)DV被害者で、条例に定める要件を満たす (カ)本市の条例に定める資格がある	
	高花平	簡平 1戸(2K)		
	あさけが丘	簡平 1戸(2K)		
若年単身者向け	高花平	中耐 1戸(2DK)	申し込み時点で20歳以上60歳未満であること	
	あさけが丘	中耐 1戸(2K)		
	坂部が丘	中耐 1戸(2K)		
中耐…中層耐火構造		簡二…簡易耐火構造二階建	簡平…簡易耐火構造平屋建	耐二…耐火構造二階建

※募集戸数については、状況により変動する場合があります

## 「男女がいきいきと働き続けられる企業」を募集

商工課(☎354-8417 FAX354-8307  
 ①syoukou@city.yokkaichi.mie.jp  
 ②HPID1500621464867)

市では、「安心して子どもを産み、育てられるまち」の実現に向けて、男性も女性も、いきいきと働き続けることができる環境づくりを推進する企業を表彰しています。表彰後は「広報よっかいち」に掲載し、被表彰企業の取り組みを紹介するなど、広く周知します。

**対**市内に本店または主たる事務所があり、市内において事業活動を行う企業（国および地方公共団体を除く）

### ◆主な評価基準（抜粋）

- ・従業員への支援（子育てと仕事の両立）
- ・次世代育成支援
- ・男女共同参画の視点

### ◆表彰の流れ

書類を市に提出→選考委員会で審査→表彰企業を決定→表彰式 [令和2年3月（予定）]

※必要に応じてヒアリングなどを実施（11月～12月ごろを予定）

### ◆応募方法

10月31日までに、自己推薦または産業団体などから推薦。

## その他

### 働き方改革を支援します（中小企業・小規模事業者向け）

商工課

①三重働き方改革推進支援センター  
 (☎0120-111-417 FAX059-993-0801  
 ②https://task-work.com/mie/)

働き方改革関連法が、平成31年4月から順次施行されています。労働基準法も改正され、36協定や有給休暇取得などさまざまな改正があります。

三重働き方改革推進支援センターでは、中小企業・小規模事業者を対

象として、働き方に関する相談窓口や、セミナー講師や専門家の無料派遣を行っています。「何から始めていいかわからない」「就業規則を見直したい」「人材確保のために助成金を活用したい」など、お困り事があれば、ぜひご活用ください。

## 9月24日～30日は結核予防週間です

保健予防課(☎352-0594 FAX351-3304)

結核は、過去の病気と思われがちですが、日本では今でも年間約1万7千人が新たに結核と診断され、約2千人が命を落としている、現代の病気です。近年では患者の多くを高齢者が占めており、本市でも患者の7割は高齢者です。

結核とは、結核菌により主に肺に炎症を起こす病気です。くしゃみや咳をしたときに菌が飛び散り、それを周りの人が吸い込むと感染します。結核と診断されても、6～9カ月間薬を飲めば治ります。

### ●こんなときはすぐ病院へ

2週間以上の長引く咳・たんがでる、たんに血が混じる、微熱が続く、全身のだるさが続く、胸痛など。



### ●年に1回は胸部エックス線検査を

早期発見のためには、胸部エックス線検査を受けることが大切です。感染症法により、65歳以上の人は年に1回胸部エックス線検査を受けることが定められています。市の肺がん検診を受けると、結核健診を同時に受診できます。詳しくは、健康づくり課(☎354-8282)へ。

### ●BCGでこどもを結核から守る

こどもの結核予防にはBCGワクチンの接種が効果的です。必ず予防接種を受けましょう。定期予防接種の対象は1歳未満の乳児です。詳しくは、こども保健福祉課(☎354-8187)へ。

## 10月1日から「Net119緊急通報システム」を運用開始

消防本部情報指令課

(☎325-3119 FAX325-3118)

①jyouhoushirei@city.yokkaichi.mie.jp

②https://www.city.yokkaichi.mie.jp/syoubou/



「Net119緊急通報システム」は、聴覚・言語機能などに障害があり音声による119番通報が困難な人が、スマートフォンなどを利用して三重北消防指令センターへ通報できるサービスです。通報用ウェブサイトから「火事」「救急」の区別や、位置情報を確認でき、いつでも全国各地からでも119番通報ができます。

現在、音声によらない119番通報のシステムとして「Eメール119」がありますが、位置情報（GPS）の通報はできません。「Net119」は、GPSで位置情報が自動的に通報されるほか、チャット形式による通報のため、タイムリーに指令センターとやり取りできるのが特徴です。

※「Eメール119」は、令和2年1月14日に運用を終了します

### ◆登録について

**対**四日市市消防本部管内に在住、または通勤・通学する人のうち、聴覚・言語機能に障害があり、音声電話による通話が困難な人（身体障害者手帳が交付されている人のほか、音声電話による緊急通報が困難であると認められる人）

**時**9月25日以降（土・日・祝日を除く）8:30～17:15

**所**各消防署・分署、障害福祉課

**持**各要件 [Android (5.0以降)・iOS (9.0以降) など。詳しくはホームページ参照] を満たすスマートフォン、タブレット、フィーチャーフォン

**他**フィーチャーフォンの場合、一部機能が制限されることがあります

## はかりの検査

市民・消費生活相談室  
(☎354-8147 FAX354-8452)



計量法により、商取引・証明用に使用する「はかり」は2年に1度の検査が義務付けられています。

### ■「所在場所検査」の日時と市場名

時	所
10月9日(水) 9:00から	阿倉川四・九の市
10月9日(水) 10:00から	富洲原四・九の市

## 令和2年1月1日採用 市の正職員の募集

人事課 (☎354-8120 FAX354-8330)

職 種	採用予定人数	主な受験資格
労務職 (給食調理員)	3人程度	(1)年齢要件 平成2年4月2日以降に生まれた人 (2)資格要件 調理師または栄養士免許を有する人(見込みを含む)

- 募集要項 人事課、各地区市民センターほかで配布するほか、市ホームページ「職員募集」からも入手できます。郵送希望の場合は、返信用角2封筒に120円切手を貼って、人事課へ請求してください
- 採用予定日 令和2年1月1日
- その他の受験資格 地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない人
- 一次試験日時と場所(予定)  
11月2日(土) 9:00~14:00ごろ 総合会館
- 応募方法および提出先  
9月18日~10月16日(必着)に、受験申込書に必要書類を添えて、〒510-8601 人事課(市役所8階)へ  
(直接お持ちいただく場合は、平日の8:30~17:15)
- 業務内容、試験内容、提出書類など詳しくは、募集要項をご覧ください

## 令和2年4月1日採用 市の任期付職員の募集 (国体等関連業務担当)

人事課 (☎354-8120 FAX354-8330)

- 募集職種 国体等関連業務担当
- 募集人数 15人程度
- 応募期間 9月18日~11月7日(必着)
- 採用日 令和2年4月1日(予定)
- 任 期 原則として、採用日から令和3年12月31日まで
- 一次試験日時と場所(予定)  
11月23日(祝) 9:00~12:00ごろ 総合会館
- 業務内容、試験内容、提出書類など詳しくは、人事課および各地区市民センターにある採用試験要項をご覧ください
- 試験要項および受験申込書は、市ホームページ「職員募集」からも入手できます
- 受験申込書の提出先  
郵送で、または直接、〒510-8601 人事課(市役所8階)へ

## 三 二 情 報

- ◆南部アルプス縦走路をみんなで歩こう!  
時10月20日(日) 9:00泊駅集合、12:30神楽酒蔵(室山町)解散(約5km)  
料200円(会員)、300円(非会員)  
他雨天決行 問四日市案内協会 光用(☎090-2134-4028)
- ◆第20回ふるさとウォーク(無料)  
時10月20日(日) 8:30三重小学校グラウンド集合、14:00三重地区市民センター解散  
■行き先 江田神社、浄蓮寺、足洗池、三重城山など(約6.5km)  
定100人(先着順) 他小雨決行。昼食あり(無料)。獅子舞鑑賞あり 申10月1日~15日に、三重地区団体事務局(☎/FAX331-8282)へ
- ◆第2回花林糖ハンドメイドマルシェ  
時10月20日(日) 10:00~15:00  
所café花林糖(西町) 問同マルシェ代表 加藤(☎080-8250-4180)
- ◆ユマニテク短期大学公開講座  
「絵本との新しいふれあい体験」(無料)  
対子育て・保育に興味がある人  
時10月26日(土) 10:00~11:30(9:30受け付け) 所同大学(南浜田町) 定30人程度(先着順) 申10月1日~18日に、名前、電話番号を、電話かEメールで、同大学(☎356-8170 ①info@jc-humanitek.ac.jp)へ
- ◆自然農法セミナー「土づくりと診断について」  
時10月27日(日) 9:30~11:30  
所なやプラザ第2会議室  
料500円 問自然農法ネットワーク 加藤(☎090-4236-5184)
- ◆四日市友の会創立80周年記念 家事家計講習会 家計の「見える化」で人生設計  
時10月27日(日) 10:00~15:00  
所四日市友の会(智積町) 料大人400円(資料代)、子ども100円(保険代含む)  
申同会 伊藤(☎090-7675-5922)へ  
他10月のすくすくの会は上記講習会に変更
- ◆スクラッチプログラミング体験  
対小学3年生以上 時随時(1時間程度。15:00~18:00で要予約)  
所ロボデミープログラミング教室(川島町)  
料500円(テキスト代など) 申同教室 瀧本、斉藤(☎090-9173-2743)へ
- ◆未来へつなぐ活動~多様な分野で語る三重から地域から~(シンポジウム)  
時10月27日(日) 13:00~16:00(12:30開場) 所四日市大学8号棟  
申10月17日までに、名前、電話番号、所属を、四日市大学エネルギー環境教育研究会(FAX363-1414 ①info@yokkaichi-ene.com)へ
- ◆四日市交響楽団特別演奏会「四響 秋の名曲コンサート」  
時10月27日(日) 13:30開演(12:45開場)  
所文化会館第1ホール  
料一般1,000円(当日1,200円)、小学生無料(チケットは文化会館などで販売)  
他未就学児の入場はご遠慮ください  
問同団体事務局 前嶋(☎351-0065)
- ◆県営住宅10月定期募集  
■県営住宅の所在地 四日市市を含む北勢地区  
■北勢ブロック指定管理者 鈴鹿亀山不動産産業協同組合  
申10月1日~31日(消印有効)に、四日市建設事務所または同協同組合にある申込用紙を、郵送で、〒510-0253 鈴鹿市寺家町1085-1 同協同組合へ  
問三重県住宅政策課(☎059-224-2703)

暮らしの情報

イベント講座

募集

その他

保健だより

## 第2子以降の子が生まれたら 「保育無料券」の申請を

こども未来課 ☎354-8069 FAX354-8061  
HPID1001000001275

第2子以降の子の出産後における保護者の心身の負担軽減を図るため、市内の認可保育園・こども園での一時保育に、上の子(生まれた子の兄・姉。義兄・義姉も含む)を2回まで無料で預けられるサービスを実施しています。

**対** 市内に在住する産婦で、第2子以降の子を出産し、生まれた子の兄・姉(未就学児)を養育している人

**■申請回数** 生まれた子1人につき1回まで(保育無料券2枚)

**■利用期間** 保育無料券を受け取った日から出産月の12カ月後の月末まで

**申** 所定の申請書を専用封筒(切手不要)に入れて、郵送で、または直接、〒510-0085 諏訪町2-2 こども未来課(総合会館3階)へ。申請書は、同課、各地区市民センター、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)で配布

**他** 保育無料券は、申請した人に順次郵送します。発行には1カ月程度かかります。一時保育の予約・利用方法は園により異なるため、事前に園にお問い合わせください

## 後期高齢者健康診査を受診しましょう

保険年金課 ☎354-8158 FAX359-0288

後期高齢者健康診査は、自覚できない隠れた病気を早期に発見し、治療につなげるために有効です。まだ受診していない人は、自身の健康管理のためにぜひ受診してください。

**対** 後期高齢者医療制度に加入している人(8月31日までに資格を取得した人)

**時** 11月30日(土)まで

**所** 県内受託医療機関

**内** 問診、身体測定、血液・尿検査、心電

図検査など

**料** 500円または200円(受診券に記載されています)

**申** 受診券に同封の医療機関一覧表を参照の上、直接、医療機関へお申し込みください

**他** 受診券は、三重県後期高齢者医療広域連合から6月下旬より順次発送されています(ただし、5月～8月末に後期高齢者医療制度に加入した場合は、8月下旬～9月下旬ごろに発送される予定です)。紛失した場合は、保険年金課、または同連合(☎059-221-6884)へご連絡ください

## 市国民健康保険特定健康診査はお済みですか

保険年金課 ☎354-8158 FAX359-0288  
HPID1498541692060

生活習慣病を引き起こす要因の一つである「メタボリックシンドローム」の予防・早期発見を目的に、特定健康診査を実施しています。受診期限が迫っているため、まだお済みでない人はぜひ受診してください。

**対** 昭和19年9月1日～昭和55年3月31日生まれで、市国民健康保険に加入している人(昭和19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(土)まで(ただし、昭和19年9月1日～11月30日生まれの人は、誕生日の前日まで)

**所** 県内受託医療機関

**内** 問診、身体測定、血液・尿検査、心電図検査など

**料** 500円(昭和19年9月1日～昭和24年3月31日生まれの人)、または1,000円(前記誕生日以外の人)

**申** 受診券に同封の医療機関一覧表を参照の上、直接、医療機関へお申し込みください

**他** 受診券は、6月下旬より順次発送しています(ただし、5月～9月末に市国民健康保険に加入した場合は、8月下旬～11月上旬ごろのメ

発送予定です)。紛失した場合は、保険年金課までご連絡ください。市国民健康保険を脱退した場合、新しい健康保険の加入日から市国民健康保険特定健康診査の受診券は使用できません。社会保険などの資格は日付をさかのぼって認定されることもあるため、市国民健康保険特定健康診査を受診する前に、必ず職場などに加入日を確認してください

### ■お願い

今年度、職場の健康診断など、市国民健康保険特定健康診査と同様の健康診断を受診し、市国民健康保険特定健康診査受診券を使用する予定がない場合は、①健診結果の写し(コピー) ②市国民健康保険特定健康診査受診券 ③市国民健康保険特定健康診査質問票(表面の質問項目を記入済のもの)の3点を、同課(市役所3階)へ。郵送での提出を希望する場合は、返信用封筒を送付します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。電話で、または直接、同課へ

## インフルエンザ予防接種の接種料を一部公費負担(高齢者向け)

健康づくり課 ☎354-8282 FAX353-6385

**■期間** 10月15日(火)～令和2年1月31日(金)

**対** 接種当日に市内に在住し、次のいずれかの条件を満たす人

①65歳以上

②60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活に極度の支障があると医師から判断された

**料** 1回限り1,200円で接種できます(生活保護世帯の人は無料)

**申** 直接、医療機関へ

**他** ②に該当する障害者手帳1級の人と生活保護世帯の人には、健康づくり課から予診票を送ります

## 年金生活者支援 給付金制度が始まります

保険年金課  
問四日市年金事務所  
(☎353-5515 FAX354-5011)

10月1日からの消費税率の引き上げに伴い、年金生活者支援給付金制度が始まります。この制度は、公的年金などの収入や所得が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。

年金生活者支援給付金を受け取るためには、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受給している人で、支給要件を満たしている必要があります。対象者には、9月に日本年金機構から年金生活者支援給付金請求書(はがき)が送付されます。

給付金の受け取りには、この年金生活者支援給付金請求書の提出が必要となります。なお、令和2年1月以降に請求された場合は、請求した月の翌月分からの支給となるため、早めに投函してください。

## 通知カード、マイナンバーカード(個人番号カード)について

市民課 (☎354-8152 FAX359-0282)

マイナンバーカードは、通知カードと一緒に送付された「個人番号カード交付申請書」で申請できます。また、パソコンやスマートフォンからでも申請できます。なお、申請書を紛失した場合は、市民課(市役所1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)で申請書を取得できます。

### ◆外国人住民のマイナンバーカードの有効期間の更新

外国人住民で、マイナンバーカードの有効期間内に在留期間などの変更手続きを行った場合、マイナンバーカードの有効期間も更新する必要

があります。現在お持ちのマイナンバーカードの有効期間内に、市民課か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(平日10:00~17:15のみ)へ、本人がお申し出ください。

持在留カード、マイナンバーカード

### ◆コンビニ交付サービス

コンビニエンスストアなどにあるマルチコピー機(キオスク端末)で、住民票の写しや印鑑登録証明書などの証明書を取得できます。(マイナンバーカードが必要。住基カード・通知カードでは利用できません。)



## 毒のあるキノコや山菜に 注意しましょう

衛生指導課(☎352-0592 FAX351-3304)

毎年、有毒キノコを原因とする食中毒が発生しています。キノコ・山菜狩りなどをする人は、食べられる種類と毒のある種類を知っておくとともに、次のことに注意しましょう。

### ◆食用と判断できないものは、絶対に「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」

安全かどうか不確かなものは食べないようにしましょう。また、人からもらったものも不安なときは食べない判断も大事です。保健所では、食用かどうかの判断はできません。

### ◆体調が悪くなったら医療機関へ

口に入れて強い苦味や舌のしびれなどを感じたら、すぐに吐き出してください。気付かずに食べて、後で体調が悪くなったときは、食べたキノコなどを持ってすぐに近くの医療機関で診察を受けてください。

### ◆園芸用の観賞植物の誤食にも注意

観賞植物の中には食べると有毒なものがあります。家庭菜園や庭などでは、食用と園芸の種類が混じらないようにし、何を植えたのか分かるようにしておきましょう。

## 三二情報

### ◆庖丁の供養祈禱

時11月8日(金) 10:00から  
所鵜の森神社庖丁塚 料500円/本  
申10月15日~31日(9:00~17:00。土日を除く)に、供養したい包丁を、直接、四日市地区調理師協会事務局(三重県四日市庁舎1階)へ持ち込み 問同協会(☎352-0597)

### ◆潜在看護師等復職研修

対看護師資格を有し、再就業を希望する人  
時11月11日(月)~15日(金)の5日間  
所市立四日市病院 定10人(先着順)  
料無料(賠償責任保険などの自己負担あり)  
申9月23日~10月7日に、三重県ナースセンター四日市サテライト(☎325-7170 FAX340-6680)へ

### ◆国際青少年研修会「サイパン交流40周年記念事業 無料招待」

対小学3年~高校3年生 時12月27日(金)~令和2年1月2日(木) 6泊7日  
研修国 サイパン  
定無料招待1人、プログラム参加費無料5人(要旅行費用) 申10月18日(消印有効)までに、国際青少年研修協会(☎03-6417-9721 info@skkk.or.jp)へ

### ◆知っていますか? 建退共制度

中小企業退職金共済法に基づき、建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。  
加入できる事業主 建設業を営む人  
対象となる労働者 建設業の現場で働く人  
掛け金 日額310円  
問建設業退職金共済事業 三重県支部(☎059-224-4116 FAX059-228-6143)

### ◆自衛官募集

対18~32歳の人 受付期間 随時  
問自衛隊四日市地域事務所(☎351-1723)か自衛官募集コールセンター(☎0120-063-792)

### ◆10月1日~7日は「公正週間」です

お金の貸し借りや不動産売買時に作る契約書、遺言書などの大切な書類は「公正証書」にしておきましょう。法律によっていろいろな力が認められており、紛失や勝手に書き換えられる心配もありません。相談は無料、また相談内容を他人に知られることはありません。  
問四日市公正人合同役場(☎353-3394)

### ◆10月は臓器移植普及推進月間です

臓器移植は、広く社会に理解と支援があって成り立つ医療です。私たち一人ひとりが、臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示をしておくことが大切です。運転免許証や健康保険証の裏面の意思表示欄に、自分の意思を記入しておきましょう。  
問三重県角膜・腎臓バンク協会(☎059-224-2333 平日8:30~17:15)

### ◆2019年10月1日、消費税・地方消費税の税率は10%へ

税率引き上げは、社会保障制度を次世代に引き継ぎ、みんなが安心できる社会にするために必要です。引き上げ分は、すべての世代を対象とする社会保障のために使われます。家計と景気への影響を緩和する対策も実施します。詳しくは、「政府広報 消費税」で検索してください。

暮らしの情報

イベント講座

募集

その他

保健だより

## 平成31年度市民税・県民税(第3期)の納期のお知らせ

収納推進課(☎354-8141 FAX354-8309)

10月31日は市民税・県民税(第3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などでも納付できます。

口座振替を利用している人は、前日までに振替口座の残高を確認してください。

## 四日市都市計画(区域区分・用途地域)の変更案を縦覧します

都市計画課(☎354-8272 FAX354-8404)

縦覧期間中は、どなたでも意見書を提出できます。

### 縦覧する四日市都市計画変更案

- ①四日市都市計画区域区分の変更 西坂部地区
- ②四日市都市計画用途地域の変更 西坂部地区

### 縦覧・意見書提出期間

10月15日(火)~29日(火)

### 縦覧場所

- ①都市計画課(市役所4階)、三

重県県土整備部都市政策課(県庁4階)

### ②都市計画課

### 意見書の提出先

郵送で、または直接、①〒514-8570 三重県県土整備部都市政策課へ、②〒510-8601 都市計画課へ

## 橋北交流会館 運動施設の利用案内

スポーツ課(☎354-8429 FAX354-8432 HPID1001000003688)

### ◆利用区分

平日9:00~12:00、13:00~16:00(水曜日は午前のみ)

※上記以外および春・夏・冬休み中は、地域の団体が利用するため、一般の団体は利用不可

### ◆利用できる人

・市長の利用許可を受けた団体(10人以上)

受け付け時に利用許可申請書、団体登録用紙を提出してください。審査後、利用許可証が発行されます。その後、予約可能になります。

### ◆利用者負担金

- ・体育館…500円[学校体育施設利用券(屋内運動場用。500円)を各地区市民センターで購入し、利用申請時に提出]
- ・グラウンド…無料

### ◆受付窓口

スポーツ課(市役所9階)

### ◆受付期間

- ・3カ月前…使用予定日の3カ月前の月の最初の平日から予約受け付け(ただし、各週1コマのみ)
  - ・1カ月前…空きがあれば、同じ週に複数コマの予約可
- ※予約制のため、当日の利用は不可

### ◆キャンセルについて

5日前までに要連絡

### ◆利用できない種目

- ・体育館…フットサルなど
- ・グラウンド…硬式野球など(防球ネットを越え、近隣に迷惑がかかる種目は不可)

### ◆施設で利用できるもの

卓球(卓球台・支柱・ネット)4セット、バレーボール(支柱・ネット)1セット、バドミントン(支柱・ネット)2セット

## こにゅうどうくんの 主なおさんぽスケジュール

観光交流課

(☎354-8286 FAX354-8315)

- 9月28日(土)  
第3回ベトナムフェアin四日市(諏訪公園通り)
- 10月12日(土)・13日(日)  
鈴鹿F1日本グランプリ(鈴鹿市)
- 10月19日(土)・20日(日)  
ご当地キャラ博in彦根(滋賀県)
- 10月20日(日)  
全国ファミリー音楽コンクールinよっかいち(文化会館)
- 10月26日(土)  
四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル前夜祭(水沢・桜地区)



## ◆市民窓口サービスセンター

(近鉄四日市駅高架下・☎359-6521)

土・日曜日、祝・休日も利用できます

(10:00~19:00)

取り扱い業務 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、祝休日には一部取り扱いできない業務があります

### 点検作業による臨時休業

11月9日(土)・10日(日)

※ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします



四日市 けいりん

本場開催

10月19・20・21・29・30・31日

場外発売 10月①・②・③・④・⑤・⑥・

⑦・⑧・⑨・⑩・⑪・⑫・⑬・⑭・⑮・

⑯・⑰・⑱・⑲・⑳・㉑・㉒・㉓・㉔・㉕・

㉖・㉗・㉘・㉙・㉚・㉛・㉜・㉝・

(○数字は昼間場外・ナイター場外併売)

## 体育館などの一般公開

下記の運動施設では、行事のない時間帯に、種目を限定して一般に開放しています。

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

中央第2体育館(☎345-4111)

バドミントン 10/12 A  
10/9・18・30 B  
10/13・19・20・27 C  
10/4 E

卓球 10/1・2・3・8・15・29 B  
10/6・21・28 C

バスケットボール 10/14 C

バレーソフトバレーボール 10/7 C

※9月30日に中央体育館が廃止されるため、一般公開種目や時間などが減少しています。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします

あさけプラザ体育館(☎363-0123)

バドミントン・卓球 10/5・19  
(9:30~16:30)  
10/12・26  
(9:30~12:00)

あさけプラザは月曜日休み





★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・産婦・乳幼児健診 **問**こども保健福祉課 **☎**354-8187 **FAX**354-8061

名称	対象	場所
幼児(1歳6カ月・3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・産婦・乳児一般健康診査	妊婦・産婦・乳児(4カ月・10カ月)	各医療機関

○妊婦・産婦健康診査を、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 **FAX**354-8061 **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
ヒブ 小児用肺炎球菌	○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) ○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1期・2期の接種が済んでいない場合、20歳未満までであれば接種できます。 「平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれ」の人は、日本脳炎1期3回が済んでいない場合、2期の接種時期(9歳以上13歳未満)に1期の不足分を接種できます。 ○ヒトパピローマウイルスワクチン(子宮頸がん等予防ワクチン)について 接種対象:小学6年～高校1年生に相当する年齢の女子 平成25年6月14日、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。そのため四日市市でも積極的な勧奨は控えておりますが、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、医師とご相談のうえ、接種をお願いいたします。
B型肝炎 四種混合	
BCG 麻しん、風しん混合	
水ぼうそう 日本脳炎	
二種混合 ヒトパピローマウイルス感染症	

※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  
 ☆予防接種について、詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください

**平成31年4月1日接種分から  
 ロタウイルスワクチン接種費用の  
 一部補助が始まりました。**

対象は、接種日に本市に住民登録がある乳児で、ロタリックス(1価)は生後6週～24週未満、ロタテック(5価)は生後6週～32週未満です。  
 補助は1人2回まで(1回あたり上限5,000円)です。接種前に申請が必要です。県外で接種される場合など、詳しくは、こども保健福祉課へお問い合わせいただくか、市ホームページ(☎1553043776174)をご覧ください。

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 **FAX**354-8061  
**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	申込時必要事項など
パパママ教室 (妊娠中から産後の生活の話、沐浴体験、妊娠模擬体験など)	出産予定日が令和2年2月10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	11月17日(日) 9:30～12:00	11月5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	<b>定</b> 各35人 5～8カ月児 9～12カ月児	11月1日(金) 10:30～11:50 11月8日(金)	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>持</b> 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 <b>定</b> 約10人	11月15日(金) 13:30～16:30	9月20日	受講希望日、住所、名前、電話番号、妊娠週数 <b>持</b> 歯ブラシなど
歯ハハの教室 (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 ※締め切り後に、全員に受講日などの結果を連絡します	11月19日(火)・26日(火) 10:00からのみ 11月22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>持</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	10月28日(月) 9:30～11:00	随時	<b>所</b> 総合会館5階 申し込み不要
パンダひろば (育児について、みんなでわいわいお話しませんか)	6カ月までの乳児と保護者	10月7日(月) 10:00～11:00		
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	随時	家庭訪問:電話でお申し込みください 電話相談:直接電話してください

イベント講座

募集

その他

保健だより

よかパパひろば（父親の子育て相談）

料無料

問こども未来課

☎354-8069

FAX354-8061

日 時	場 所	連絡先	申し込みなど
10月26日(土) 10:00~11:30	塩浜こども園子育て支援センター	345-1629	当日、参加自由

※平成31年4月から、従来の「よかパパ相談」から「よかパパひろば」に名前が変更になりました。父親の子育てを応援するために、月1回土曜日に子育て支援センターを開催しています。お子さんと一緒に気軽に遊びに来てください

地区市民センターなどで行う各種検診

問健康づくり課

☎354-8282

FAX353-6385

(申込方法)

●市窓口（※1）、はがき・ファクス（※2）、市ホームページ（※3）

※1）各地区市民センター（中部を除く）、健康づくり課、三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）、市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）

※2）〒510-8601 健康づくり課宛、FAX353-6385

※3）<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kenshin/index.html>

●必要項目は下表のとおり（※検診ごとに項目が異なります）

●詳しくは、広報よっかいち4月下旬号と同時に配布した「平成31年度検診のお知らせ(保存版)」をご確認ください



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第2希望検診日
個別検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、肺がん・結核検診)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」
集団検診(肺がん・結核検診)	①名前 ②生年月日 ③住所 ④電話番号 ⑤「集団 肺がん・結核検診希望」

※令和元年度末年齢で、20・23・26・29・32・35・38・41・44・47・50歳の女性は、子宮頸がん検診と同時にHPV（ヒトパピローマウイルス）検査が受診できます。ご希望の人は、上記方法でお申し込みください

※65歳以上の人は、市の肺がん検診を受けていただくと、結核検診を同時に受診できます

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)(11月・12月上旬実施分)

検診日		会 場	締め切り
月	日(曜日)		
11	12(火)~14(木)	海蔵地区市民センター	10月17日
	19(火)	楠地区市民センター	
	20(水)~21(木)	四郷地区市民センター	10月23日
	26(火)~29(金)		
12	2(月)~3(火)	河原田地区市民センター	11月7日
	4(水)	あさけプラザ	

子宮頸がん、乳がん(エコー)検診(集団検診)(11月・12月上旬実施分)

検診日		会 場	締め切り
月	日(曜日)		
11	23(土)	ヘルスプラザ	10月23日
	30(土)	あさけプラザ	
12	5(木)	なやプラザ	11月7日
	8(日)	ヘルスプラザ	

※胃がん検診、子宮頸がん検診、乳がん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、申し込みをお断りする場合があります

※乳がん検診は、混雑緩和のため午前・午後はこちらで指定させていただきます場合があります

集団検診(肺がん・結核検診)(11月実施分)

申し込み後、受診券発送まで10日~2週間ほどかかりますので、ご希望の受診日の2週間以上前にお申し込みください。(平成29年度・平成30年度に集団肺がん・結核検診を受診された人には、6月中旬ごろに受診券を発送しました)

お手元に集団肺がん・結核検診の受診券が届いている人は申し込み不要です。

下記以外の検診日については、「平成31年度検診のお知らせ(保存版)」をご覧ください。受診券に同封した案内でご確認ください。

検診日		会 場	受付時間
月	日(曜日)		
11	11(月)	三重地区市民センター	9:00~11:30
			13:00~15:00
	12(火)	三重団地第2集会所	9:00~11:30
		四郷地区市民センター	13:00~15:00
	18(月)	河原田地区市民センター	9:00~11:30
		内部地区市民センター	13:00~15:00
	26(火)	磯津公会所	9:00~ 9:30
		東本郷公民館	10:15~10:45
		常磐地区市民センター	13:00~15:00
	28(木)	県地区市民センター	9:00~11:30
		西老人福祉センター	13:00~13:30
		坂部が丘集会所	14:15~15:30

**急な病気やけがのときに  
受診可能な医療機関を、  
24時間案内**

- ◆医療ネットみえコールセンター ☎059-229-1199 (要市外局番)
- ◆音声・FAX案内 ☎/FAX0800-100-1199
- ◆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/>

◎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	日曜日 10:00~12:00、13:00~16:00 (年末年始を除く)
歯科医療センター(本町9-12) ☎354-5130	耳 鼻 咽 喉 科	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)
	障害者(児)の歯科診療 (予約制)	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/近鉄百貨店8階) ☎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

**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
結核相談・HIV(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)	総合会館4階
HIV(エイズ)・B型肝炎ウイルス ・梅毒検査(匿名) ※予約不要。検査結果を聞くために、再度来所が必要	10月2日・9日・16日・23日・30日(いずれも水曜日) 13:00~15:00 10月23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 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) 10月10日(木) 13:00~16:00 10月25日(金) 10:00~12:00、13:00~16:00	総合会館7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設置しています。健康増進のために、ぜひご利用ください。

健康づくり教室の参加者を募集しています。本号の15ページ、館内のチラシやポスターをご参照の上、ぜひお申し込みください。

※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、事前にご確認の上、ご利用ください

※開館時間: 8:30~21:00(日曜日は8:30~18:00) 休館日: 月曜日(祝・休日の場合はその翌日)  
なお、運動施設は9:30から利用可能です

# 届けたい情報を最適な形で

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＝



## 【カタログポケットをご存じですか】

広報よっかいちを発行する際には、誰が見ても分かりやすい内容を掲載するように努めています。

しかし、広報紙を受け取る皆さんの中には、文字が読みづらい人や日本語を読むことができない人など、さまざまな事情がある人もいます。

そういった人たちにも情報を届ける方法の一つとして、本市では多言語ユニバーサル情報配信ツール「カタログポケット」を導入しています。

「カタログポケット」では、スマートフォンアプリなどで、広報紙の文字の拡大表示や、外国語の表示、音

声読み上げを行うことができます。

今後もこうした機能を取り入れて、より多くの人に読まれる広報をお届けしていきたいと思います。

## 【伝えたいことが相手に届くように】

人に何かを伝えたいときに、自分の都合だけで情報を発信してもすべての人に伝わるわけではありません。

情報を受け取る相手に対して、「日本語が分からないかもしれない」「文字を読むことが苦手かもしれない」などと、いろいろな事情があることを想像しながら伝える方法を考えることが必要ではないでしょうか。

また、情報を受け取る方法を伝え

ることも大切です。

もしも周りに情報を正確に受け取ることが難しい状況の人がいたら、「こんな方法もあるよ」と伝えてあげてみてください。



▲カタログポケット(アプリ)のダウンロードはこちらから

**問い合わせ先**  
**広報マーケティング課**  
(☎354-8244 FAX354-8315)

## 10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	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	毎週木曜日		午後	市民・消費生活相談室 ※1 訪問販売での消費者被害など 市民相談コーナー	
	弁護士相談 ※3		7(月)・21(月)・28(月)	予約制各7人			
	司法書士相談 ※3 ※4		1(火)・15(火)				
	行政書士相談 ※5		16(水)	予約制6人			
	社会保険労務士相談 ※6		8(火)	予約制4人			
	公証相談 ※7		11(金)・25(金)	予約制4人			
	交通事故相談 ※8		9(水)・23(水)	午後			
	民	建築相談(市民向け)	354-8155	月～金曜日		午前と13:00～15:45	
		建築相談(専門家向け)	354-8206	11(金)・25(金)		13:00～15:00	
日曜市税納付相談		354-8140	27(日)		10:00～16:00		
日曜国保納付相談		354-8143	27(日)		10:00～16:00		
福社	行政相談 ※9	354-8153	15(火)		午後		
	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		月～金曜日		8:30～17:15		
	福祉総合相談		月～金曜日		8:30～17:15		
	ボランティア活動相談		月～金曜日		8:30～17:15		
	子育て、ひとり親家庭など		月～金曜日		8:30～17:15		
	児童家庭の相談		月～金曜日		8:30～17:15		
	児童虐待相談		月～金曜日		8:30～17:15		
	児童発達相談		月～金曜日		8:30～17:15		
	幼児のアレルギ健康相談		月～金曜日		8:30～17:15		
発達・不登校等教育相談	月～金曜日		8:30～17:15				
教育	いじめ・体罰等教育相談	354-8169	月～金曜日		8:30～12:00		
	青少年とその家庭の悩み相談	352-4188	月～金曜日		13:00～17:15		
	人権相談	354-8610	月～土曜日		午前と午後		
人権	女性のための電話相談	354-8335	火～土曜日		9:00～16:00		
	男性のための電話相談	354-1070	毎週水曜日		18:30～20:30		
	働く女性、働きたい女性のための就労相談(働くウーマナビ)	359-1888 (予約専用※)	26(土)		13:00～15:00		
	外国人のための生活相談	353-9955	12(土)		9:00～13:00		
	出入国・在留手続き相談	353-9955	23(水)		16:00～20:00		
		353-9955	火～日曜日		9:00～17:00		

広報よっかいち No.1533 令和元(2019)年9月20日発行(毎月5日・20日発行) ◆広報マーケティング課/☎354-8244 FAX354-8315 ◆印刷 水戸印刷株式会社

UD FONT 鳥やまのユニバーサル 広報よっかいちは再生紙と植物油インキを使用しています。不要になったらリサイクルへ