

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載した行事などが中止・延期・内容変更、公共施設が臨時休業、各種募集が取り止めになる場合があります。詳しくは、各問い合わせ先にご確認ください。

### くるべ古代歴史館 ～秋季展示・講演会～

くるべ古代歴史館  
(☎365-2277 FAX365-2288)  
☒https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kyouiku/kurube)

◆秋季企画展(公園開園記念企画展)  
「聖武天皇と久留倍～再現された  
正倉院の品々～」



漆彩絵花形皿 [吉田芳春作。奈良女子大学所蔵(原品:宮内庁正倉院事務所所蔵)]

くるべかんが久留倍官衙遺跡は、奈良時代、聖武天皇が訪れた可能性があります。本展では、くるべ古代歴史公園の開園を記念し、その聖武天皇にゆかりの深い東大寺正倉院宝物の再現品を展示します。

時 10月28日(水)～12月6日(日)  
9:00～17:00[月・火曜日は休館。ただし、11月2日(月)・3日(祝)・23日(祝)は開館、18日(水)は臨時休館]

料 無料

●学芸員による展示解説会

時 11月7日・28日(いずれも土曜日) 10:00から

申 不要

◆くるべ講演会「壬申の乱と郡衙～久留倍官衙遺跡と弥勒寺官衙遺跡群～」

時 11月21日(土) 13:30～15:00

所 あさけプラザ第4・5展示会議室

内 古代史最大の内乱「壬申の乱」と、久留倍官衙遺跡や弥勒寺官衙遺跡群(岐阜県関市)との関わりについての講演

師 元関市協働推進部文化財保護センター所長 田中弘志さん

定 40人(応募多数の場合は抽選)

料 無料

申 11月10日(必着)までに、住所、名前、電話番号を、往復はがきかEメール(1通につき2人まで)で、〒510-8601 社会教育・文化財課(☒syakaibunkazai@city.yokkaichi.mie.jp)へ

### 2021年 四日市市成人式は 開催方法が変わります

青少年育成室  
(☎354-8247 FAX354-8444)  
☒1585299282936)

2021年四日市市成人式は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、2部制で開催し、事前申し込み制とします。また、式典のオンライン配信も併せて行います。

対 平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの人

時 令和3年1月10日(日)

●第1部 11:30～12:10

対象:中部・橋北・港・山手・富洲原・富田・笹川・三滝・常磐・西笹川・三重平・羽津の各中学校を卒業した人、または当該中学校区に住んでいる人

●第2部 15:00～15:40

対象:塩浜・南・西陵・大池・朝明・保々・西朝明・桜・内部・楠の各中学校を卒業した人、または当該中学校区に住んでいる人

※詳しくは市ホームページのQ&Aをご確認ください

所 文化会館

申 成人式ホームページ(11月公開予定)から要申し込み。申し込みには、11月に本市に住民登録のある人に送付する案内はがきに記載された管理番号が必要です。住民登録がない人で参加を希望する場合は、青少年育成室へご連絡ください。申し込み時に、会場での参加かオンライン配信の視聴かを選択できます

他 新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、文化会館での開催を中止し、成人式企画委員のみで成人式を執り行い、その様子をオンライン配信する場合があります。文化会館での開催を中止する場合は、12月中に市ホームページで案内します

### INDEX

- 01 表紙
- 02 イベント・講座カレンダー
- 06 そらんぼ通信
- 09 図書館だより
- 10 イベント・講座
- 14 パブリックコメント
- 14 募集
- 17 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>

- ◆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）
- ◆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 [11月3日(祝)は祝日のため開館、4日(水)休館]
- ◆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 〒510-0886 日永東一丁目2-25 ☎347-3000 FAX345-3286 8:30~20:30  
火曜日休館（祝日の場合は開館）
- ◆泗翠庵 〒510-0074 鶴の森一丁目13-17 ☎/FAX352-4960 ✉contact@yonbun.com  
月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）
- ◆こども子育て交流プラザ ☎330-5020 FAX334-0606 [HPhttp://cocoplaza-yokkaichi.jp/](http://cocoplaza-yokkaichi.jp/)
- ◆あさけプラザ 〒510-8028 下之宮町296-1 ☎363-0123 FAX363-0129 月曜日休館（祝日の場合はその翌日）  
✉asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp
- ◆少年自然の家 〒512-1105 水沢町1423-2 ☎329-3210 FAX329-2095 [HPhttps://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi](https://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi)

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
10月28日(水) 13:00 } 16:00	民事介入暴力巡回 無料法律相談	総合会館7階 第2研修室	内暴力団からの不当な要求や嫌がらせなどにお困りの人に対し、暴力追放三重県民センター、警察官、弁護士が直接、相談をお受けします(秘密厳守) 料無料 申不要	市民協働安全課 問暴力追放三重県民センター (☎0120-31-8930)
11月1日(日) 8:00 } 10:00	吉崎海岸 早朝清掃・環境学習	吉崎海岸	内市内唯一の砂浜海岸である吉崎海岸を保全するため、ごみの清掃と外来生物の駆除をします。その後、海に関する楽しい勉強会を開催します(毎月第1日曜日) 料無料 持運動靴、帽子、飲み物 申不要 他雨天決行。中止の場合はホームページ( <a href="https://www.facebook.com/umigame2009/">HPhttps://www.facebook.com/umigame2009/</a> )でお知らせします	環境保全課 問楠地区まちづくり検討委員会 (☎398-3121)、 四日市ウミガメ保存会 山田 (☎090-3951-5881)
11月1日(日) 11:00~ 11:30 (10:30 受け付け)	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	対乳幼児(保護者同伴) 内絵本の読み聞かせ、手遊びなど 定15組(当日、先着順) 料無料 申不要 他保護者はマスク着用必須	三浜文化会館
13:00 } 14:30	こども四日市 ワークショップ 「コロコロペット をつくらう」	すわ公園交流 館	対小学生 内ビー玉と紙コップを使って、コロコロ動かのかわいいペットを作ります 定10人(申し込み先着順) 料300円または300円 持筆記用具、はさみ、のり 申事前に、同館へ 他マスク着用必須	すわ公園交流館
11月1日(日) ~15日(日) 9:00~ 17:00 (初日は 13:00から、 最終日は 12:00まで)	楠歴史民俗資料館 「写真展~世界遺 産、世界の絶景を 訪ねて~」	楠歴史民俗資 料館展示棟	内バーチャルトラベルで世界の雄大さ、神秘、 絶景などを堪能できる作品を展示します 料無料 申不要	楠歴史民俗資料 館
11月5日(木) 10:00 } 16:00	泗翠庵 サービスデー (毎月第1木曜日)	茶室「泗翠庵」 <small>リョウケイ</small> 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
11月6日(金) 18:30 } 20:30 (18:00 受け付け)	四日市志創業応援 隊創業カフェ 「飲食店開業セミ ナー」	四日市商工会 議所	対これから創業を考えている人、創業後問もない人 内飲食店の開業に向け、創業に関する基礎知識(コンセプトの設定、物件の選び方、集客に関わるポイントなど)をお伝えします。2回シリーズで、第2回は12月4日(金)18:30から開催します 師UNICOコンサルティング代表・フードビジネスコンサルタント小峯孝実さん 料無料 持筆記用具 申事前に、四日市志創業応援隊ホームページ( <a href="http://www.yokkaichi-sogyo.com/">HPhttp://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)
11月6日(金) から 隔週金曜日 (月2回)	書道・ペン習字 講座入門編	勤労者・市民 交流センター 東館第4会議 室	対書道・ペン習字を始めた人 内最低限の基礎知識と今後の活用 定10人(先着順) 料2,000円/月 持ペン、ノート(書道を希望する人は書道道具一式) 申10月26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

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6日(金) ～令和3年 2月14日(日)	17:00 ～ 24:00	すわ公園から光の 贈りもの2020	すわ公園交流館	内冬の風物詩、諏訪公園&すわ公園交流館での約5万球のイルミネーションです。期間中、さまざまなイベントでイルミネーションを盛り上げます 料無料 申不要	すわ公園交流館
		ヨッカイチ WINTER ILLUMINATION 2020 (近鉄四日市駅前 イルミネーション)	近鉄四日市駅前東口広場、中央通りの一部、近鉄四日市駅前、住友電装(株)前	内近鉄四日市駅前東口広場のイチョウや、中心市街地のシンボルでもある中央通りのクスノキ並木が光をまとい、一帯が華やかな雰囲気になります 主催 諏訪栄町地区街づくり協議会 他詳しくは、市ホームページ (HP)ID1535675571755) をご覧ください	商工課 (☎354-8175 FAX354-8307)
11月8日(日)	10:00 ～ 16:00	全国和菓子めぐり (毎月第2日曜日)	茶室「洒翠庵」 立礼席(いす席)	名門堂千原「里柿」(京都府福知山市) 料1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	洒翠庵
11月9日(月)	13:30 ～ 14:20 (12:30 開場)	令和2年度 四日市市社会福祉 大会	文化会館第1 ホール	内福祉功労者の表彰など 他手話通訳・要約筆記あり。FM補聴システム・ヒアリンググループを設置します。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、今年度は講演会を中止します	四日市市社会福祉協議会 (☎354-8265 FAX354-6486)
11月14日(土)	9:00 ～ 12:00	定期普通救命講習	楠地区市民センター	対市内に在住する中学生以上 内心肺蘇生法(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15人(先着順) 料無料 申11月7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)
11月14日 ・28日 (いずれも土曜日) 全2回	10:00 ～ 12:00	手編みビギナー連続講座「首元暖かくネックウォーマー編みましょう」	勤労者・市民交流センター本館会議室	内ジャンボかぎ針でサクサク編みます 定8人(先着順) 料2,000円(全2回分。材料費込み) 持はさみ 申10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
①11月14日 ②11月28日 (いずれも土曜日)	13:00 ～ 15:00	クラフトバンド講座「クリスマスリース」	勤労者・市民交流センター東館第5会議室	内クラフトバンドでクリスマスリースを制作(両日とも同内容) 師クラフトバンドエコロジー協会認定講師 南中直美さん 料850円(材料費込み) 持はさみ、木工用接着剤、手拭き用タオルまたはウェットティッシュ 申11月3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
11月15日(日)	13:00 ～ 15:30	第70回四日市市民芸術文化祭行事「2020年度四日市市民社交舞踏会」	総合体育館多目的ホール	料500円(当日支払い) 申不要 他マスク着用。女性は革製ヒールカバーを着用	文化振興課 文化協会 (☎/FAX351-3729)、 渡邊 (090-8333-3696)
	14:00～ 15:00 (13:30 受け付け)	三浜文化会館ロビーコンサート	三浜文化会館1階ロビー	内「Flamenco Mi Sombra」によるスペインの踊りとギター演奏 定30人(当日、先着順) 料無料 申不要 他マスク着用必須	三浜文化会館
11月16日(月)	11:00 ～ 12:00	赤ちゃんママのための小さな音楽会～ミニコンサートと大型絵本の読みかせ～	三浜文化会館1階リハーサル室A	対乳幼児と保護者 内「アンサンブルブランシュ」の3人による楽器(ピアノ・サクソ・バイオリン)の生演奏。小さなお子さんや赤ちゃん、保護者が一緒に楽しめます。職員による大型絵本の読み聞かせもあります 定12組(先着順) 料無料 申11月1日以降に、電話で、または直接、同館へ 他保護者はマスク着用必須	三浜文化会館
11月17日(火)	10:30 ～ 11:30	こんにちは、四日市!	こどもの家(諏訪公園内)	対乳幼児と保護者、子育て中の人 内市内の遊び場スポットや子育て施設の紹介。子育てコンシェルジュに相談もできます。気軽におしゃべりしましょう 定16人(先着順) 料無料 申10月27日11:00以降に、電話で、または直接、こどもの家へ	こどもの家 (☎/FAX351-3933) (日・月曜日、 祝日休館)

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

# 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
11月18日(水)	13:30 から	11月高齢者講座 (健康体操)	あさけプラザ 1階 第1集 会室	対市内または三重郡に在住する60歳以上 師 藤井信子さん 定 18人 (先着順。定員を超えた場合は14:15ごろ から第2回を開催予定) 料 無料 申 不要	あさけプラザ
11月19日(木)	①13:00 ~14:00 (12:15~ 12:45 受け付け) ②14:15 ~15:15 (13:30~ 14:00 受け付け)	高年齢 (おおむね 55歳以上) の人の 就職面接会	文化会館展示 棟	対事業所への就職を希望するおおむね55歳以上 の人 内高年齢の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・四日市市・三重県 などが協力して就職面接会を開催します 定 各50人 (申し込み先着順) 料 無料 申 事前に、直接、ハローワーク四日市へ (当日参 加不可) 他 マスク着用必須	商工課 問 ハローワー ク四日市 (☎353-5568)
11月21日(土)	10:00 ~ 12:30 (9:30 受け付け)	Bizcafeよっかい ち「起業の成長 にはファン作り から~0.2から始 めた企業はどのよ うにファンを作っ たか~」	くすの木ビル 4階 ビズ・ スクエアよっ かいち(栄町)	対 起業家と起業を目指す人、起業に興味がある人 内 経営・組織運営サポート、事業継続など多岐に わたってコンサルティングをする会社を起業した 橋本さん。どのようにファンを増やしていったの か、起業の経緯などをコンサルティング事業に携 わる視点からお話いただきます。講演後に交流 会を開催 師 榎ブライツ・ワン代表取締役 橋本 寿士さん 定 20人 (先着順) 料 無料 持 あれば名刺 申 事前に、ホームページ (HP) <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)
	18:00~ 19:30 (17:30 受け付け)	☆星空観察会	三浜文化会館 広場	内 移動天文車きらら号と天体望遠鏡による観察。 秋から冬の星空を学びます 料 無料 他 小学生以下は保護者同伴。雨天中止(不明な場合 は、15:30以降に同会館へお問い合わせください)	三浜文化会館
11月22日(日)	11:00 ~ 15:00	第39回 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歌います 定 10人 (当日、 先着順) 料 無料 他 マスク着用必須	すわ公園交流 館
11月23日(祝)	14:00 ~ 15:00	すわSUNDAY ライブ		内 癒しの音色をお楽しみください ■出演 響 (二胡・ピアノ) 定 10人 (申し込み先着順) 料 無料 申 事前に、同館へ 他 マスク着用必須	
	15:30~ 16:30 (15:00 受け付け)	子ども運営委員会 企画「ポイントハ ンター」	子ども子育て 交流プラザ	対小学生 内 子ども運営委員会がプラザ中に宝箱 を隠します。たくさん探して高得点を目指しまし ょう 定 25人 (当日、先着順) 料 無料 申 不要 他 詳しくは、ホームページまたは「ここ こ通信」をご覧ください	子ども子育て 交流プラザ
11月25日(水)	15:30 ~ 16:30	ポートボールを やってみよう		対小学生 内 バスケットに似ているけれどバスケット ではない、ゴールの代わりに人がボールをキャッチす る日本発祥のスポーツ、ポートボールを体験しま す 定 16人 (当日、先着順) 料 無料 持 止ぐつ、飲み物 申 不要 他 詳しくは、ホーム ページまたは「こここ通信」をご覧ください	
11月27日(金) ・28日(土)	①10:00 上映 (9:30開場) ②13:00 上映 (12:30開場)	映画上映会 Mihama de Cinema ①「 <small>あ</small> る夜の出来事」 ②「 <small>あ</small> 汚名」	三浜文化会館 2階 視聴覚 室	内 ①米国映画 (105分) ②米国映画 (102分) 27日は日本語音声、28日は英語音声・日本語字 幕 定 各45人 (当日、先着順) 料 無料 申 不要 他 マスク着用必須	三浜文化会館
11月28日(土)	10:00 ~ 11:30	茶道体験教室 「小間で濃茶を楽 しまおう」 	茶室「 <small>あ</small> 泗翠庵」 小間	内 四畳半台目、突上窓を備えた本格的なつくりの 小間で、濃茶のいただき方を学びます (回し飲み でなく一人一碗) 師 四日市茶道教授連盟 表千 家 定 8人 (応募多数の場合は抽選) 料 2,000円 申 11月14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	泗翠庵

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28日(土)	①10:00から ②11:00から ③13:00から	組子作り 	すわ公園交流館1階 ホール	対市内に在住、または通学する小学生～高校生(小学1・2年生は保護者同伴) 内細かく引き割った木片を、パズルのように組み付けて麻の葉模様のコースターを作ります。職人による建具作りの話もあります。中学・高校生は職業体験として参加しませんか 師(一社)三重県技能士会三重県建具工業協同組合 定各12人(保護者含む) 料無料 申11月4日16:00以降に、電話で、こどもの家へ 他きょうだいで参加する場合、作る個数は一家族につき一つです	こどもの家(☎/FAX351-3933 日・月曜日、祝日休館)
11月28日(土)、12月6日(日)・26日(土)、令和3年1月10日(日)全4回	13:30 } 15:30 (13:00受け付け)	伝統文化を学ぶ「俳句講座」(連続講座)	三浜文化会館2階 会議室C	対中学生以上 内日本の伝統文化、17文字で心を伝える「俳句の作り方」を学びます。初心者向け 定18人(先着順) 料無料 持筆記用具 申11月1日以降に、電話で、または直接、同会館へ 他マスク着用必須	三浜文化会館
12月1日(火)～4日(金)の4日間	9:30から	シルバー人材センターによる育児おしごと講習	シルバー人材センター(十七軒町)、旧港保育園(浜町)	対市内に在住する60歳以上で、育児の仕事をしたい人 内地域の人の豊富な経験を生かして、子育て支援の役割りや子どもに関する知識を学べます 定10人(応募多数の場合は調整) 料無料 申11月17日までに、同センターへ	健康福祉課 問シルバー人材センター(☎354-3670 FAX351-4830)
12月2日(水)	9:30 } 11:30	樹脂粘土で作る! お正月飾り! ミニ獅子舞	勤労者・市民交流センター本館会議室	師藤田ひとみさん 定10人(先着順) 料1,000円 持持ち帰り用袋か空き箱、クリアファイル1枚、ピンセット、ラップ、木工用接着剤、はさみ 申11月2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
	9:30 } 12:00	デザイン書道(年賀状に挑戦!)	あさけプラザ3階 美術室	対市内か三重郡に在住、または通勤・通学する人 内動き出しそうな書体の文字で、年賀状を書いてみませんか 師榮田清峰さん 定20人(応募多数の場合は抽選) 料500円(はがき代込み) 持書道用太筆、細筆、下敷き(フェルト地)、文鎮、墨、すずり 申11月18日(必着)までに、講座名、住所、名前、年齢、電話番号を、往復はがきで、またはEメールで、同プラザへ	あさけプラザ
12月5日(土)	10:00 } 13:00	地産地消料理教室「今年こそおせち作るぞ!」	あさけプラザ2階 料理室	対市内か三重郡に在住、または通勤・通学する人 師柵山咲子さん、松山千奈美さん 定12人(応募多数の場合は抽選) 料2,000円 持エプロン、布巾 申11月21日(必着)までに、講座名、住所、名前、年齢、電話番号、講座で知りたいこと、託児を希望する場合は子どもの名前(ふりがな)・月齢を、往復はがきかEメールで、同プラザへ 他託児あり(無料。要予約)	あさけプラザ
	13:00 } 15:30	伝統文化講座「泗翠庵落語」 	茶室「泗翠庵」広間	内本市出身の噺家 桂二乗さんらによる落語 出演 桂二乗さんほか 定15人(応募多数の場合は抽選) 料2,000円 申11月21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	泗翠庵
12月6日(日)	13:30 } 15:30	楠歴史民俗資料館「手作りしめ縄で新年を迎えませんか?」	楠歴史民俗資料館	対小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 定10人(応募多数の場合は抽選。当選者は12月2日に電話で連絡) 料500円(当日支払い) 持剪定ばさみ、ペンチ 申11月23日～12月1日(9:00～17:00)に、電話で、または直接、同館へ	楠歴史民俗資料館

# 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
12月6日(日) 10:00 ～ 12:00	ひとり親家庭のための「親子飾り巻き寿司教室」 	総合会館 4階 調理室	<p><b>対</b>市内に在住、または通勤する母子・父子家庭の親子 <b>内</b>親子で一緒にサンタの飾り巻き寿司を作ります (1人1本)</p> <p><b>師</b>花村明日香さん <b>定</b>6組 (応募多数の場合は抽選) <b>料</b>300円/人</p> <p><b>持</b>エプロン、三角巾、持ち帰り用容器</p> <p><b>申</b>11月20日(必着)までに、住所、親子の名前(ふりがな)・性別・年齢(学年)、日中連絡の取れる電話番号、あればメールアドレス、託児の有無を、はがきか電話、ファクス、Eメールで、母子・父子福祉センターへ</p> <p><b>他</b>託児あり(無料)。マスク着用必須</p>	母子・父子福祉センター (〒510-0085 諏訪町2-2) ☎/FAX354-8277 ✉o.f.center@yokkaichi-shakyo.or.jp
12月13日(日) ①10:00 ～11:30 ②13:30 ～15:00	伝統文化講座「大王松のしめ縄づくり体験」 	茶室「泗翠庵」 広間	<p><b>内</b>自分で花材を選んでオリジナルのしめ縄を作ります</p> <p><b>師</b>花舎エンジェルブーケ 伊藤恭子さん</p> <p><b>定</b>各8人 (応募多数の場合は抽選)</p> <p><b>料</b>3,000円</p> <p><b>持</b>はさみ、持ち帰り用の袋、エプロン(または汚れてもいい服装)</p> <p><b>申</b>11月29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</p>	泗翠庵

## そらんぼ通信



そらんぼ四日市 〒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)

[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します。お帰りの際には、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)
- ◆手話通訳・要約筆記が必要な場合は、申し込み時にその旨をご記入ください
- ◆締め切り日が過ぎていても、定員に余裕がある場合は受講できます。お問い合わせください

■四日市公害と環境未来館 (A ☎354-8065 FAX329-5792 ✉kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp)  
(B ☎354-8430 FAX354-8431 ✉info@eco-yokkaichi.com)

※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

※当日は、マスク着用など感染症拡大防止対策をしてお越しください

時	内	申し込みなど	問
11月7日(土) 9:30～12:00	四日市市エコパートナー事業 SDGsにふれてみよう 自身の活動がSDGsにどう関係しているかを体験的にワークショップで実践します。	<p><b>対</b>高校生以上で、SDGs活動をしている人</p> <p><b>所</b>1階 講座室</p> <p><b>定</b>27人 (応募多数の場合は抽選)</p> <p><b>料</b>無料 <b>申</b>11月1日までに、同館「SDGs」係へ</p> <p><b>企画</b>(一社)四日市大学エネルギー環境教育研究会</p>	A



時	内	申し込みなど	問
11月8日(日) 13:30~15:30	<b>四日市市エコパートナー事業</b> <b>地域循環共生圏って?を知り「いつまでも輝くまちづくり」を考えませんか</b> SDGs や地域循環共生圏に関する講座を通して環境に配慮した社会の大切さを知り、グループで発展的な話し合いをします。	<b>対</b> 高校生以上 <b>所</b> 1階 講座室 <b>師</b> 環境省中部環境事務所 曾山信雄さん <b>定</b> 20人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月2日までに、同館「まちづくり」係へ <b>■企画</b> (一社)四日市大学エネルギー環境教育研究会	A
11月14日(土) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	<b>こども環境教室</b> <b>ゆかいなおばけライトを作ろう</b> ペットボトルに飾り付けをして、楽しいライトを作ります。	<b>対</b> 小学生(保護者同伴) <b>所</b> 1階 研修・実習室 <b>定</b> 各16人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月1日(必着)までに、同館「おばけライト」係へ	B
11月15日(日) ①10:00~10:40 ②11:00~11:40	<b>マンスリーキッズ工作</b> <b>秋のおちばでしおりづくり</b> 季節の自然の材料で、きれいな落ち葉のしおりを作ります。	<b>対</b> 4歳~小学生(保護者同伴) <b>所</b> 1階 研修・実習室 <b>定</b> 各16人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月1日(必着)までに、同館「おちば」係へ	B
11月15日(日) 10:00~12:00	<b>自然観察会 植物や昆虫の冬支度</b> <b>~冬芽・葉痕 越冬する昆虫~</b> 冬になると姿が見えなくなる昆虫たち。そんな昆虫たちが冬の寒さを乗り越えるための冬支度の様子を観察します。	<b>所</b> 四郷小学校駐車場 <b>師</b> 四日市自然保護推進委員会 <b>料</b> 無料 <b>持</b> 飲み物、帽子、長袖長ズボン、運動靴、筆記用具など <b>申</b> 不要 <b>他</b> 小雨決行(9:00に荒天の場合は中止)。開催の有無は同館ホームページに掲載	A
11月21日(土) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ③13:30~14:30	<b>親子で作ろう クリスマスリース</b> 自然の材料で飾る、優しい雰囲気オリジナルリースを親子で協力して作ります。	<b>対</b> 小学3~6年生(保護者同伴) <b>所</b> じばさん三重4階 研修室1 <b>定</b> 各16人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月7日(必着)までに、同館「親子リース」係へ	B
11月21日(土) 10:00~12:00	<b>四日市市エコパートナー事業</b> <b>外国人との多文化共生のためのよろず相談会と美化模範リーダーの育成</b> ごみの専門家による勉強会。終了後、個別相談会(希望者のみ)も開催します。	<b>対</b> 多文化共生推進に関わる人および市内に在住、または通勤・通学する外国人(日本語が分かる人) <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> 無料 <b>申</b> 11月7日(必着)までに、同館「よろず」係へ <b>■企画</b> SKYGローバルリンク	A
11月22日(日) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ③13:30~14:30	<b>大人のエコクラフト クリスマスリース作り</b> 自然の素材を使ったナチュラルなリースを手作りして、すてきな冬を過ごしましょう。	<b>対</b> 16歳以上 <b>所</b> じばさん三重2階 活動室 <b>師</b> 三重県環境学習情報センター 坂崎由佳さん <b>定</b> 各8人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月8日(必着)までに、同館「大人リース」係へ	B
11月29日(日) 10:00~11:30	<b>オンラインで学ぶ四日市・伊勢湾の海ごみ</b> <b>~マイクロプラスチックの現状~</b> 四日市の海岸にも毎年たくさん集まる海ごみ。伊勢湾や四日市の海ごみ・マイクロプラスチックの現状についてYouTubeライブで配信します。	<b>対</b> 16歳以上で、インターネット環境がある人 <b>師</b> 四日市大学環境情報学部教授 千葉賢さん <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月25日(必着)までに、Eメールで、同館「海ごみ」係へ。後日EメールでURLをお知らせするため、パソコンからの返信を受信できるアドレスで申し込んでください	B
12月6日(日) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ③13:30~14:30	<b>マンスリーキッズ工作</b> <b>マツボックリでX'masツリー</b> 大きな松ぼっくりを飾りつけて小さなクリスマスツリーを作ります。	<b>対</b> 4歳~小学2年生(保護者同伴) <b>所</b> じばさん三重2階 活動室 <b>定</b> 各12人(応募多数の場合は抽選) <b>料</b> 無料 <b>申</b> 11月22日(必着)までに、同館「キッズ工作12月」係へ	B

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

【イベント延期のお知らせ】

11月10日(火)~12月13日(日)に予定していた「市制施行123周年記念 四日市公害と環境未来館企画展『わたしたちのくらしとごみ』」は、新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ、来年度に延期します。

そらんぼ通信

■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
11月3日(祝) 13:30~15:00	<b>大人の学びなお史② 「江戸時代のウソ? ホント?」</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解説します。	所 1階 講座室 師 同館職員 定 30人 (当日、先着順) 料 200円 申 不要
11月14日(土) 10:00~12:00	<b>丹羽文雄記念室行事③ 原作映画上映会「薔薇合戦」</b> 丹羽文雄の作品世界を知るため、1950年制作の映画「薔薇合戦」(監督:成瀬巳喜男、主演:三宅邦子)を上映します。	所 1階 講座室 定 40人 (当日、先着順) 料 無料 申 不要
11月28日(土) 17:00~18:30	<b>きらら号スターウォッチング 「月と3惑星を見よう」</b> 月と見ごろの3惑星(木星・土星・火星)を観察します。	所 市民公園(博物館前) 申 不要 他 天候不良時は中止。マスクの着用をお願いします
12月12日(土) 18:20~20:00	<b>プラネタリウムコンサート「松井祐貴アコースティックギター・ライブ」</b> 松井祐貴が奏でるアコースティックギターの厚みのある弦の響きがプラネタリウムいっぱいに広がります。	所 5階 プラネタリウム 定 40人 料 一席1,200円(11月12日から1階 総合受付で販売)

プラネタリウムからのお知らせ

■プラネタリウム秋番組

時 11月3日(祝)~12月13日(日) 所 5階 プラネタリウム

内 ①市制施行123周年記念ファミリー番組

「ムーミン谷のオーロラ」 ※11月3日(祝)~11月15日(日)

「かいけつゾロリ~ZZ(ダブルゼット)のひみつ~」 ※11月17日(火)~11月29日(日)

「クレヨンしんちゃん 星空と学校の七不思議だゾ!」 ※12月1日(火)~12月13日(日)

②一般番組「サイエンスZERO 奇跡の地球」

③夜間特別番組「時を刻むこの星空 with DREAMS COME TRUE」

④特別番組「HAYABUSA 2 -REBORN-」

料 一般550円、高校・大学生390円、小・中学生210円、幼児無料

■タイムテーブル(放映時間は入場を含めて約55分)

	10:05	11:20	13:05	14:20	15:35	18:20
土・日曜日、祝日	①	①	④	②	①	③ ※
平日				②	①	

※③は土曜日のみ放映します

(12月12日の③はコンサート開催のため放映中止)

そらんぼ四日市(博物館・プラネタリウム、四日市公舎と環境未来館)の無料開放

11月1日(日)は、博物館開館記念日を記念して、博物館および四日市公舎と環境未来館常設展に加え、特別展「2020イタリア・ボローニャ国際絵本原画展」とプラネタリウムが無料になります。当日は下記の時間に整理券を配布します。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、整理券の配布時間などを変更する場合があります。

【特別展】

■観覧時間(時間・人数制限ありの入れ替え制)

第1回 9:30~11:00 第2回 11:00~12:00 第3回 12:00~13:00 第4回 13:00~14:00

第5回 14:00~15:00 第6回 15:00~16:00 第7回 16:00~17:00

■整理券配布時間

9:30から16:30まで、各回60人(1人につき5人分まで)の整理券を1階 館内東出入口付近で配布します。配布は各回の観覧終了時間の30分前までですが、配布枚数に達した時点で終了します。

【プラネタリウム】

■タイムテーブル(放映時間は入場を含めて約55分)

(A)「ごん/ゴン, THE LITTLE FOX」

(B)「サイエンスZERO 奇跡の地球」

①10:05	②11:20	③13:05	④14:20	⑤15:35
A	A	B	B	A

■整理券配布時間

①②は9:30から、③④⑤は11:20から、各回70席分(1人につき5席分まで)の整理券を1階 総合受付で配布します。配布は各回の放映開始時間までですが、配布枚数に達した時点で終了します。

【イベント中止のお知らせ】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、以下のイベントを中止します。

・11月8日(日) いちへの散策よっかいち ・11月14日(土) ミュージアムセミナー ・11月15日(日) ベビーカーDAY  
[15日のプラネタリウム(10:05~11:00)の「なないろどうわプラネタリウム」は「ムーミン谷のオーロラ」に変更し放映します]



# 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  
✉tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp

### 11月のおはなし会 (料無料 申不要)

混雑状況により、ご参加いただけない場合があります。  
..... 所 1階 児童室 .....

#### ●おはなしぎんのかい

時 11月8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

#### ●赤ちゃん絵本のおよみきかせ

対 0歳から  
時 11月12日・19日・26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

#### ●おはなしびっくりBOX

時 11月25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 11月28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

### おはなし会拡大版 (料無料 申不要)

#### ●絵本の読みきかせ

時 11月21日(土) 14:00から  
所 1階 児童室  
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

### 読みきかせ入門「よみきかせ はじめのいっぽ！」

対 市内に在住する中学生以上  
時 11月29日(日) 10:00～11:30  
所 3階 会議室  
内 「家庭で赤ちゃんへの読み聞かせをする時の、ちょっとしたコツを知りたい」「読む絵本に迷っている」という人にお薦めの講座です 師 同館職員  
定 10人(応募多数の場合は抽選) 料無料  
申 11月11日(必着)までに、住所、名前、電話番号を、はがきか電話、ファクス、Eメールで、または直接、市立図書館へ  
他 託児なし。子ども同伴での参加はご遠慮ください

## 図書展示「読書で旅を楽しもう」

時 11月5日(木)～12月27日(日) 9:30～17:00  
所 2階 展示コーナー  
内 古今東西の旅行記や旅をテーマにした小説、エッセーを集めました  
料 無料

## 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

### 11月のおはなし会 (料無料 申不要)

..... 所 1階 図書館 .....

#### ●よちよちさん(0歳から)の読み聞かせ

対 乳幼児と保護者  
時 11月4日・18日(いずれも水曜日) 11:00から  
●紙しばい

#### ●ぐんぐんさん(3歳から)の読み聞かせ

時 11月7日(土) 14:00～14:30  
対 幼児と保護者  
時 11月21日(土) 14:00から

#### ●絵本の読み聞かせ

時 11月28日(土) 14:00～14:30  
内 「中部読み聞かせサークル」による絵本の読み聞かせ

## 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

### 11月のおはなし会 (料無料 申不要)

#### ●おはなし会

時 11月14日(土) 15:00～15:30  
所 2階 大集会室  
内 「ももたろうの会」または職員による読み聞かせ

#### ●よみきかせ ひよこ

対 乳児と保護者  
時 11月26日(木) 10:30から  
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

## 四日市市子ども地域づくり マイスター養成講座 ～「近所の困った場所」 大調査！～

市民協働安全課

問(一社)子育て支援ネットワーク・トゥモローズ  
(☎355-1320 📧info@tmrs4.com)

身近な地域課題を見つけ、その解決方法を考えてみませんか。

**対**市内に在住する小学生～高校生  
**内**家や通学路の近くでごみがポイ捨てされている場所など、困った場所を見つけて投稿してみましょう(記念品あり)。希望者には後日、現地で事務局が解決方法を考えるお手伝いをします。解決方法までしっかり考えてくれた参加者には「子ども地域づくりマイスター」認定証を贈呈します

**料**無料

**申**12月31日までに、ホームページ([HP](http://tmrs4.com/progress/meister-chousa/)<http://tmrs4.com/progress/meister-chousa/>)または公式LINE(@605mnman)で投稿

## じんけんフェスタ2020 映画「あの日のオルガン」

人権センター(☎354-8609 FAX354-8611  
📧jinkencenter@city.yokkaichi.mie.jp  
HPID1001000000330)



©2018「あの日のオルガン」製作委員会

**時**12月6日(日)

午前の部 10:00から(9:30開場)  
午後の部 13:30から(13:00開場)

**所**文化会館第1ホール

**内**太平洋戦争末期、日本で初めて未就学児を集団疎開させ、大切な命を守り抜こうとした保育士たちの実話に基づく映画を上映します。

併せて、東京福祉大学講師の西脇二葉さんのメッセージも上映

**定**各500人

**料**無料(要参加券)

**申**11月27日(必着)までに、住所、名前、電話番号、参加希望回(午前または午後の部)、参加券の必要枚数(申し込み1回につき5枚まで)、受け取り方法(窓口または郵送)を、ファクスか電話、Eメールで、または直接、人権センター(総合会館7階)へ

**他**手話通訳、要約筆記あり(映画は字幕付き)

## 四日市ウォーキング大会

スポーツ課(☎/FAX354-8429)

市内の総合型地域スポーツクラブが開催するウォーキング大会です。

### ◆ミステリーウォーキング (楠地区コース)

時は大正時代。妹を助けるために鬼退治の旅に出発する兄。どんなミステリーが待ち受けているのか。物語の主人公はあなたです。(4.5km)

**対**市内に在住、または通勤する人

**時**11月29日(日)

9:30から受け付け

**所**J Aみえきた北楠店集合

**定**300人

**料**500円(当日支払い)

**持**飲み物、タオル、雨具

**申**11月5日9:30～13日16:00に、楠スポーツクラブへ

**問**楠スポーツクラブ(☎/FAX397-7770 [HP](http://kusupo.web.fc2.com/)<http://kusupo.web.fc2.com/>)

**他**雨天中止などの詳細は、同クラブホームページでご確認ください

### ◆ミニロゲイング大会 (橋北地区コース)

橋北地区と近隣地域にチェックポイントを設けます。防災意識を高めるため、防災拠点もチェックポイントにするほか、おもてなしポイントも設置します。ファミリーの部(小

学生以下を含む)・一般の部(中学生以上)の2クラスに分類し、上位3位までを表彰します。

**対**市内に在住、または通勤する人で、成人を含む2人以上のグループ

**時**12月6日(日) 8:30受け付け、9:00開会式、9:30～11:30競技

**所**橋北交流会館体育館

**定**80人(先着順)

**料**中学生以上500円(当日支払い)、小学生以下無料

**持**飲み物、タオル、雨具

**申**11月9日～24日に、チーム名、住所、参加者名、電話番号を、ファクスかEメールで、ビバ・橋北へ。同クラブホームページからも申し込みます

**問**ビバ・橋北(☎080-4840-9775 FAX344-3505 📧vivakyohoku@yahoo.co.jp [HP](http://www.vivakyohoku.jp/)<http://www.vivakyohoku.jp/>)

**他**小雨決行

## じどうかんまつり2020 「自然でつくろう！ 木であそぼう！ 冬を楽しもう！」

塩浜児童館(☎/FAX346-7332)  
こどもの家(☎/FAX351-3933)  
北部児童館(☎/FAX364-5444)

**対**幼児～小学生(幼児は保護者同伴)

**時**12月13日(日) ①10:00～12:00 ②13:00～15:00

**所**三浜文化会館1階・2階・多目的ホール

**内**工作や遊び、木のスプーン作り、ミツロウクリーム作り、リース作り、ストーンペイント、カプラ遊びなど

**定**各150人(先着順) **料**無料

**申**11月25日10:00以降に、電話で、移動児童館(☎346-7333)へ

**他**今年度は来場に事前申し込みが必要です





## 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**11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・コース名（いきいきライフ教室は教室名・コース名・希望日時）、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）、体の関節の痛みの有無（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）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、下記のことについてご理解とご協力をお願いします

- ①感染拡大防止対策の徹底および安全確保のため、少人数で実施します
- ②発熱や咳などの風邪症状のある人、感染が拡大している地域への訪問歴が14日以内にある人などは当日の参加を見合わせてください
- ③高齢の人や基礎疾患をお持ちの人で感染リスクが心配な人は参加を見合わせてください
- ④運動時以外は、マスクを着用してください

足腰パワーアップ教室			
<b>内</b>	関節への負担が少ない水中運動を中心にを行います		
<b>対</b>	18歳以上で、肩・膝・腰の痛み、骨粗しょう症などでお悩みの人		
<b>時</b>	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"><b>&lt;筋力トレーニングコース&gt;</b> 12月3日～24日の木曜日 全4回 13:45～14:45</td> <td style="width: 50%;"><b>&lt;有酸素運動コース&gt;</b> 12月4日～25日の金曜日 全4回 13:45～14:45</td> </tr> </table>	<b>&lt;筋力トレーニングコース&gt;</b> 12月3日～24日の木曜日 全4回 13:45～14:45	<b>&lt;有酸素運動コース&gt;</b> 12月4日～25日の金曜日 全4回 13:45～14:45
<b>&lt;筋力トレーニングコース&gt;</b> 12月3日～24日の木曜日 全4回 13:45～14:45	<b>&lt;有酸素運動コース&gt;</b> 12月4日～25日の金曜日 全4回 13:45～14:45		
<b>定</b>	10人		
<b>持</b>	運動できる服装、運動靴（上履き）、水着、水泳帽		

	転ばぬ先の健康教室	シニア・ここカラ教室
<b>内</b>	介護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）	おおむね65歳以上で、肩・腰・膝などの痛みがある人
<b>時</b>	<b>&lt;陸上運動コース&gt;</b> 12月1日～22日の火曜日 全4回 9:45～10:45	<b>&lt;陸上運動コース&gt;</b> 12月5日～26日の土曜日 全4回 9:45～10:45
<b>定</b>	10人	
<b>持</b>	運動できる服装、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 <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"><b>&lt;水中運動コース&gt;</b> 12月4日（金） 10:00～11:00 12月10日・24日（いずれも木曜日） 10:00～11:00 12月12日・26日（いずれも土曜日） 13:30～14:30 12月15日（火） 13:30～14:30</td> <td style="width: 50%;"><b>&lt;トレーニングジムコース&gt;</b> 12月2日・16日・23日（いずれも水曜日） 10:00～11:00 12月18日（金） 10:00～11:00 12月8日（火） 13:30～14:30</td> </tr> </table>	<b>&lt;水中運動コース&gt;</b> 12月4日（金） 10:00～11:00 12月10日・24日（いずれも木曜日） 10:00～11:00 12月12日・26日（いずれも土曜日） 13:30～14:30 12月15日（火） 13:30～14:30	<b>&lt;トレーニングジムコース&gt;</b> 12月2日・16日・23日（いずれも水曜日） 10:00～11:00 12月18日（金） 10:00～11:00 12月8日（火） 13:30～14:30
<b>&lt;水中運動コース&gt;</b> 12月4日（金） 10:00～11:00 12月10日・24日（いずれも木曜日） 10:00～11:00 12月12日・26日（いずれも土曜日） 13:30～14:30 12月15日（火） 13:30～14:30	<b>&lt;トレーニングジムコース&gt;</b> 12月2日・16日・23日（いずれも水曜日） 10:00～11:00 12月18日（金） 10:00～11:00 12月8日（火） 13:30～14:30		
<b>定</b>	各日2組		
<b>持</b>	水着、水泳帽		
	運動できる服装、靴（上履き）		

## 2020サッカー ウィンターフェスタ

スポーツ課

問 スポーツ協会(中央緑地施設管理事務所内)  
☎345-4111 FAX346-7767  
🌐<http://www.y-sports.jp>

令和3年に、三重とこわか国体・三重とこわか大会が開催されます。本市で開催されるサッカー競技の普及と、国体に向けた機運醸成のため、サッカーウィンターフェスタを開催します。

対 市内に在住、または通学する小学5・6年生

時 12月13日(日) 9:10開校式～14:30終了

所 中央陸上競技場

内 サッカースクールほか

師 名古屋グランパスの選手・コーチ

定 20人(応募多数の場合は抽選。当選者は同協会ホームページで発表)

料 無料

持 サッカーのできる服装、サッカーシューズ、サッカーボール、飲料水(コート内は水のみ可)

申 10月19日～11月16日(9:00～20:30)に、所定の申込書を、ファクスで、または直接、中央緑地管理事務所へ。申込書は同所のほか、同協会ホームページから入手できます

他 小雨決行(雨天中止。中止の場合は、当日8:00までに同協会ホームページでお知らせします)

## 三重とこわか国体 テニス競技 リハーサル大会

国体推進課、国体競技課

問 三重とこわか国体・三重とこわか大会  
四日市市実行委員会  
☎340-0234 FAX354-8338

🌐<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kokutai2021/kokutai/index.php>

三重とこわか国体のリハーサル大会として、「第44回全日本都市対抗テニス大会」を開催します。全国ト

ップレベルの選手のプレーをご覧ください。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、観戦は事前に申し込みした人に限ります。

対 市内に在住、または通勤・通学する人

時 12月11日(金)～13日(日)

所 四日市テニスセンター

定 各日150人程度(応募多数の場合は抽選)

料 無料 持 マスク着用

申 11月13日(必着)までに、募集要項に添付された所定の申込書を、郵送かファクスで、または直接、三重とこわか国体・三重とこわか大会四日市市実行委員会(市役所9階)へ。募集要項は同実行委員会で配布。また、同実行委員会ホームページからも申し込みます

## ウーマン起業塾 よっかいち2020 (女性起業家育成支援事業)

商工課(HPID1489476309048)

問 ㈱Eプレゼンス ウーマン起業塾係  
☎336-4002

🌐<https://yokkaichi-woman.net>

料 無料

他 申し込み方法など詳しくは、「ウーマン起業塾よっかいち2020」ホームページまたは市ホームページをご確認ください

### ◆事前説明会

対 参加を検討している女性、歴代受講生、起業支援者、女性起業家を応援する企業など

時 10月31日(土) 13:30～16:30(13:00受け付け)

所 じばさん三重研修室5(またはオンライン参加も可能)

内 同事業の説明のほか、本市の先輩起業家の講演もあります

●講演①「ポストコロナ社会に向けて～今後の地域経済に女性が必要な理由」

師 ㈱デルタスタジオ代表取締役 若林辰也さん

●講演②「ポストコロナ社会に向けて～起業して見えてきた女性の力の可能性～」

師 ㈱PlanB代表取締役

浜中俊哉さん

定 30人(先着順)

申 原則、要事前申し込み

### ◆起業支援講座

対 市内に在住、または市内での起業を考えている女性

時 11月27日(金)、12月11日(金)・22日(火)(予定)

内 起業についての基礎・応用講座

定 10人程度

申 11月7日まで

### ◆ジャンプアップ講座

対 市内で起業を考えている女性、すでに起業している女性

時 令和3年1月13日(水)・29日(金)、2月12日(金)(予定)

内 今までの挑戦を無駄にしないチャンスを見つける講座

定 10人程度

申 11月末から受け付け開始予定

## 四日市公害と環境未来館 解説員養成講座

四日市公害と環境未来館

☎354-8065 FAX329-5792

✉[kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:kougai-kankyomiraikan@city.yokkaichi.mie.jp)

🌐<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/yokkaichikougai-kankyomiraikan/>

対 18歳以上

時 11月14日(土)・28日(土)、12月13日(日)、令和3年1月16日(土)・30日(土)、2月13日(土)

所 四日市公害と環境未来館など

内 来館者に展示などを分かりやすく解説する解説員の養成講座です

定 10人(応募多数の場合は抽選)

料 無料

申 11月5日までに、住所、名前、年齢、電話番号を、はがきかファクス、Eメールで、〒510-0075 安島一丁目3-16 四日市公害と環境未来館へ





## はもりあカレッジ2020 (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)

申10月20日9:00以降に、講座名、住所、名前、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

①人生100年時代は、男女共同参画社会です-男女共同参画を1からおさらいします-

■企画・運営 NPO法人四日市男女共同参画研究所

対市内に在住、または通勤・通学し、全5回参加できる人

時いずれも13:30~15:30

時	内
第1回 11月7日 (土)	ドキュメンタリー映画 「この星は、私の星じゃない・田中美津」
第2回 11月14日 (土)	「・男女共同参画は国連から始まった」「・いっせいにヨーイドン 日本はただいま121位です」 師NPO法人参画プラネット代表理事 渋谷典子さん 「・スタートは早かった四日市市の男女共同参画行政」 師同研究所代表理事 坂倉加代子さん
第3回 12月5日 (土)	グループ会議 (出し合う会議) 男女共同参画が進んだこと 進んでないこと
第4回 令和3年 1月23日 (土)	男は仕事 女は家庭という役割分担意識の弊害 師三重短期大学生活科学科准教授 北村香織さん
第5回 2月20日 (土)	オンライン公開講座 「女性が政治の世界にいない」(仮) 師上智大学法学部地球環境法学科教授 三浦まりさん

所本町プラザ2階 第1会議室 (第1)

5回のみ本町プラザホール)  
定25人(先着順。第5回のみ50人程度) 料無料

他託児あり(無料。6カ月~小学3年生程度。10月29日までに要申し込み)

②ゆとりライフを楽しもう!

■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2回参加できる人

時いずれも10:00~11:30

時	内
第1回 11月14日 (土)	カラダとココロのリフレッシュヨガ講座
第2回 12月12日 (土)	子どもに伝えたい「お金のハナシ」講座

師ヨガインストラクター・ファイナンシャルプランナー(2級FP技能士) 中村美帆さん

所第1回:本町プラザ2階 和室  
第2回:本町プラザ5階 第3会議室

定15人(先着順)

料無料

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

他託児あり(無料。6カ月~小学3年生程度。11月6日までに要申し込み)

③夫婦で家計管理

■企画・運営 四日市友の会

対市内に在住、または通勤・通学し、全2回参加できる夫婦

時いずれも10:00~12:00

時	内
第1回 11月15日 (日)	今こそ見つめよう我が家の家計
第2回 令和3年 1月17日 (日)	子どもの教育費、どう準備する?備えよう「生活準備金」

師四日市友の会会員

所本町プラザ2階 第1会議室

定10組(先着順)

料1,000円/組(全2回分。1組2人まで。1人で参加の場合500円)  
他託児あり(無料。6カ月~小学3年生程度。11月6日までに要申し込み)

## 第70回四日市 市民芸術文化祭行事

文化振興課

問文化協会(☎/FAX351-3729)

◆生活文化・趣味の作品展

時11月7日(土) 10:00~17:00・  
8日(日) 10:00~15:30

所文化会館1・3・4展示室

内生け花華道6流派、三重四日市盆栽会の伝統的な作品と近代アート盆栽、写真、アートフラワー、簾作品、押し絵などのほか、市民参加の趣味の作品(キルト、トールペイント)など幅広く展示します。球根のプレゼントもあります



料無料

問杉本(☎090-8861-7589)、  
辻(☎090-2347-8337)

◆総合美術展

時11月20日(金) 12:30~16:30・  
21日(土) 9:30~16:30・  
22日(日) 9:30~16:00

所文化会館1・3・4展示室

内絵画、書、写真、尾張絵、手描き染、銅板工芸、俳画、工芸のほか、市民公募作品も展示



料無料

問伊藤(☎080-3065-2828)

◆“Autumn Collaboration”

時11月15日(日) 18:00~19:30  
(予定)(17:00開場)

所文化会館第2ホール

内年少から大人まで、幅広い年齢層のたくさんのチームでたくさんの作品を精一杯楽しんで披露します

定200人

料無料(要入場整理券)

問鈴木(☎090-2347-1884)

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。

## 女性のためのカウンセリング講座 (オンライン)

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

**対**市内に在住、または通勤・通学し、全4回参加できる女性で、インターネット接続環境でタブレット端末またはWebカメラ付きのパソコンを用意できる人 (事前にスカイプのアカウント取得が必要)

**内**自分の傾向を知り、よりよく人とつながるために、カウンセリング技法を学ぶ講座です

**■**テーマ 「自分を大切に、人とつながるために～カウンセリング技法を学び、生活の中に生かす～」

時	内
オリエンテーション 11月11日(水) 10:00～11:00	オンラインテスト、自己紹介、説明
第1回 11月20日(金) 10:00～11:30	カウンセリングの基礎「聴く 見る」 テーマから学ぶ「家族との関係」
第2回 11月27日(金) 10:00～11:30	カウンセリングの基礎「わかる 共感」 テーマから学ぶ「友人との関係」
第3回 12月4日(金) 10:00～11:30	カウンセリングの基礎「尊重 受容」 テーマから学ぶ「生き方」

**師**フェミニストカウンセラー・公認心理師・臨床心理士 石田ユミさん

**定**10人 (先着順) **料**無料

**申**住所、名前、電話番号、メールアドレスを、電話かファクス、Eメールで、はもりあ四日市へ (受講は申込者本人に限ります)

**他**録音・録画は控え、イヤホンを使用してください

## 少年自然の家 秋・冬のイベント

少年自然の家 ☎329-3210 FAX329-2095  
 https://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi/

**所**少年自然の家

**申**各締め切り日(①11月4日 ②11月18日) (必着) までに、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・性別・連絡事項、チラシなどへの活動写真の使用可否、②は希望日と希望リース数を、郵送(切手を貼って宛名を書いた返信用封筒を同封)で、〒512-1105 水沢町1423-2 少年自然の家 各係(①「ちびっこキャンプ～秋編～」係 ②「クリスマスリース」係)へ。ホームページからも申し込めます

### ①ちびっこキャンプ～秋編～

森の中で遊んだり、キャンプファイヤーをしたり、マッチの練習や物作りをしたり、楽しい体験が待っています。

**対**小学1～3年生

**時**11月28日(土) 13:00～29日(日) 14:00

**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**3,800円

### ②クリスマスリースづくり

つるからリースを手作りします。飾り付けも自然素材がたっぷり。木の実で作るオーナメントと合わせてすてきなクリスマスの準備を始めましょう。

**時**12月5日(土)・6日(日) 10:00～14:00 (両日とも同内容)

**定**各20組 (応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

**料**800円/本

## パブリックコメント

### 男女共同参画プランよっかいち 2021～2025(素案)の意見募集

男女共同参画課 ☎354-8331 FAX354-8339  
 ✉kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp 日・月曜日、祝日休館  
 HPID1531527147786)

男女共同参画社会の実現に向けて

の目標、指標や施策の方向をまとめた計画素案について、皆さんの意見を募集します。

### 資料の入手先

市ホームページ、男女共同参画課(本町プラザ3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28日(水)～11月27日(金) 17:15

### 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お持ちいただくか、郵送(必着)かファクス、Eメールで、〒510-0093 本町9-8 男女共同参画課へ

## 募集

### 南部丘陵公園バラ園 バラ育成ボランティア募集

市街地整備・公園課  
 ☎354-8197 FAX354-8404)

南部丘陵公園バラ園で、バラを育ててみませんか。「四郷栗の木林をつくる会」のメンバーが講習会を開くなど、丁寧に指導してくれるので、初心者でも安心して参加できます。

**対**毎週金曜日の午前中、月3回以上作業に参加できる人

**所**同公園北ゾーンバラ園

**内**各自で一区画のバラ(8～10株程度)を育成・管理していただきます(バラ園全体の維持清掃含む)

**定**10人程度(先着順)

**申**電話で、市街地整備・公園課へ

**他**活動の様子は毎週金曜日午前中に同園でご覧いただけます





## くるべかんが 久留倍官衙遺跡公園の ボランティア募集

くるべ古代歴史館

(☎365-2277 FAX365-2288)

✉kurube@city.yokkaichi.mie.jp

〒510-8034 大矢知町2323-1

HP<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kyouiku/kurube>



久留倍官衙遺跡公園は、11月1日にグランドオープンを迎えます。令和3年4月から来園者に遺跡の魅力を伝えたり、公園の日常管理のサポートをしたりするボランティアの仲間を募集します。歴史に興味・関心があり、人と接することが好きな人を歓迎します。

**対** 次の(1)~(4)の全てに該当する人

(1)遺跡の保護・活用に関心と意欲があり、人と接することが好き

(2)18歳以上(令和2年4月2日現在)で、月3回以上活動可能

(3)同公園への来園に交通手段などの不都合がない

※交通費の支給はありません

(4)ボランティア登録のための研修(全6回)に参加できる

### ■研修予定日

12月19日(土)、令和3年1月18日(月)・31日(日)、2月13日(土)・27日(土)、3月13日(土)

**所** くるべ古代歴史館ほか

**内** 展示や施設の案内、学校見学や各種イベントの支援、公園の日常管理のサポートなど

**申** 11月29日(必着)までに、所定の応募用紙を、郵送かファクス、Eメールで、くるべ古代歴史館「久留倍ボランティア募集」係へ

### ■募集要項設置場所

同館、社会教育・文化財課(市役所9階)、各地区市民センター、市立博物館、市立図書館、あさけプラザなど。同公園ホームページからも入手できます

## 令和3年度 納税通知書送付用 封筒裏面有料広告の募集

市民税課

(☎354-8131 FAX354-8309)

納税通知書送付用封筒の裏面に掲載する広告(有料)を募集します。

**申** 11月20日までに、市民税課(市役所2階)へ

## 令和3年度 市立保育園・こども園 給食用共同購入物資の 納入業者の募集

保育幼稚園課

(☎354-8172 FAX354-6013)

**申** 11月16日~30日に、保育幼稚園課(総合会館3階)にある所定の登録申請書を、同課へ

## 四日市都市計画 高度利用地区の変更案を 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  
高度利用地区(浜田町地区)

■縦覧・意見書提出期間

10月21日(水)~11月4日(水)

8:30~17:15(土・日曜日、祝日を除く)

■縦覧場所

都市計画課(市役所4階)

■意見書の提出先

郵送で、または直接、〒510-8601 都市計画課へ

## 三二情報

### ◆体験ひろば☆こどもスペース四日市

**申** 同所 (☎/FAX321-0883)

(1)初めての育児に奮闘中のお父さんとお母さんのための「プチコパン」

**対** 第一子が0~2歳の親 **時** 10月30日(金)、11月13日(金)・21日(土)、12月11日(金)

**所** 同所 **定** 8組 **料** 3,500円(鑑賞代込み)

(2)ダンスパフォーマンスPUZZLE 新規メンバー募集

**対** 小学1年生以上 **時** 毎週火曜日 18:30~21:00 **所** 四郷地区市民センター、ヘルスプラザなど **料** 8,500円/月

(3)ダンスパフォーマンスPUZZLE Jr.新規メンバー募集

**対** おおむね5歳~小学2年生 **時** 月2回(火曜日) 18:00~19:00 **所** 四郷地区市民センター、ヘルスプラザなど **料** 2,000円/月

◆陶芸会 第16回趣味の陶芸作品展(無料)

**時** 10月31日(土) 10:30~17:00、11月1日(日) 9:00~15:30

**所** 文化会館展示棟第3展示室

**問** 同会 浅野 (☎345-4983)

◆新婦人まつり(無料)

**時** 11月1日(日) 13:30~15:30

**所** 中部地区市民センター

**問** 中山 (☎356-1255、090-1238-8599)

◆マット運動が上手になるレスリング教室

**対** 年少~小学2年生 **時** 11月1日~12月13日の毎週日曜日(全7回) 9:30~10:30

**所** 中央緑地レスリング練習場

**定** 6人程度(応募多数の場合は先着順)

**料** 4,000円(全7回分。保険料含む)

**持** 体育ができる服装、体育館シューズ

**申** 10月28日までに、参加者の名前・性別・年齢・電話番号、保護者の名前を、四日市レスリング協会事務局 宇野 (☎322-8142 ✉unokatsu@m3.cty-net.ne.jp)へ

◆チャイルドラインMIEチャリティー映画会  
「ママをやめてもいいですか?」

**問** 四日市まんなかこどもステーション (☎351-6670 FAX351-6679)

**料** 前売り 大人1,000円、子ども800円(当日500円増し。未就学児は無料)

**他** 託児あり [500円/人(2人目以降250円/人)。10月27日までに要申し込み]

① **時** 11月3日(祝) 10:00~11:32、12:30~14:02、15:00~16:32

**所** 勤労者・市民交流センター東館

② **対** 乳幼児の親子

**時** 11月4日(水) 10:00~11:32

**所** 四日市まんなかこどもステーション

◆子育て広場・ドロップin

**申** 事前に、同所 (☎/FAX363-3728 ✉smile\_dropin@yahoo.co.jp)へ

(1)ベビーカフェ

**対** 0歳児と保護者

**時** 11月4日(水) 10:30~11:45

**所** 同所(富田一丁目) **定** 4組 **料** 300円

(2)1dayレッスン「エコバッグ作り」

**時** 11月26日(木) ①9:30から ②11:00から **所** 同所 **定** 各5人 **料** 800円 **持** 生地

(3)えほんであそぼ~秋の山であそぼ~

**対** 親子 **時** 11月28日(土) 10:00~13:00

**所** 朝明茶屋 **定** 10組 **料** 2,500円/組

◆田中徹二(日本点字図書館理事長)講演会

**時** 11月5日(木) 13:00~14:45

**所** じばさん三重6階 ホール **料** 無料

**申** 10月30日までに、三重県視覚障害者協会 (☎059-213-7301 FAX059-228-8425 ✉mieten@zc.ztv.ne.jp)へ

暮らしの情報

イベント講座

募集

その他

保健だより

### 北大谷・富洲原霊園 空き区画墓地使用者を募集

生活環境課(☎354-8186 FAX354-4412)  
北大谷霊園(大字松本。32区画程度)および富洲原霊園(平町。22区画程度)の墓地使用者を11月下旬に募集予定です。詳しくは、広報よっかいち11月下旬号に掲載します。

### 医療的ケアサポーター [会計年度任用職員(パートタイム)]登録者の募集

教育支援課(☎354-8285 FAX359-0280)  
市内の小・中学校の児童・生徒に、学校生活のなかで医療的ケアを行える医療的ケアサポーターの登録を随時受け付けています。

**対**看護師(准看護師)免許を持ち、市内の小・中学校に勤務可能な人  
**申**事前に電話連絡の上、履歴書を、直接、教育支援課(総合会館6階)へ

### 小・中学校介助員[会計年度任用職員(パートタイム)]登録者の募集

教育支援課(☎354-8285 FAX359-0280)  
市内の小・中学校で勤務する介助員の登録を随時受け付けています。

**対**市内小・中学校に勤務可能な人(教員免許をお持ちでない人でも勤務できます)

**申**事前に電話連絡の上、履歴書を、直接、教育支援課(総合会館6階)へ

### 四日市港管理組合職員 採用試験(土木・電気)

政策推進課

☎四日市港管理組合総務課

(☎366-7007 FAX366-7048)

🌐<http://www.yokkaichi-port.or.jp>

#### ■募集職種および採用予定数

- 技術職(土木) 1人程度
- 技術職(電気) 1人程度

#### ■受験資格

高等学校などで土木科(土木技師)、機械科または電気科(電気技師)を修めて卒業した など

#### ■採用予定日 令和3年4月1日

#### ■試験日・会場

11月22日(日)  
四日市港ポートビル2階

**申**11月4日(必着)までに、受験申込書に必要書類を添えて、郵送で、または直接、四日市港管理組合総務課(四日市港ポートビル9階)へ

**他**受験資格、試験内容など詳しくは、同管理組合ホームページへ

### 市立保育園・こども園 保育士・看護師(会計年度任用職員フルタイム)の募集

保育幼稚園課

(☎354-8173 FAX354-6013)

HPID1490661318856)

#### ■募集職種と職務

- ①保育士…保育業務(主に特別支援保育)
- ②看護師…園児などの健康管理・保健指導

#### ■受験資格

- 昭和36年1月2日以降生まれなど
- ①保育士資格・幼稚園教諭免許を有する(見込み可)
  - ②看護師または准看護師の免許を有する(見込み可)

#### ■募集人数

- ①1人程度 ②2人程度

#### ■採用予定日 令和3年1月1日

#### ■試験日・会場 11月21日(土)

総合会館7階 第3研修室

#### ■応募期限

11月11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**試験要項は、同課で配布するほか、市ホームページからも入手できます

## 令和3年4月1日採用 市職員の随時募集中(獣医師)

人事課(☎354-8120 FAX354-8330 📧[jniji@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:jniji@city.yokkaichi.mie.jp) HPID1597137879343)

- 試験日と場所 応募があり次第、指定した日時に実施します
- 応募期間 随時募集
- 採用予定日 令和3年4月1日
- 共通する受験資格 (1)地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない人  
(2)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人  
※これ以外の資格については、下表をご覧ください
- 業務内容、試験内容、提出書類などは、人事課にある採用試験要項をご覧ください
- 採用試験要項および受験申込書は、市ホームページ「職員募集」から入手できます

職種	採用予定人数	共通以外の受験資格
獣医師	若干名	(1)年齢要件 昭和51年4月2日以降に生まれた人 (2)資格要件 獣医師免許を取得した人(見込みを含む)



## その他

### 総合会館外壁 改修工事のお知らせ

管財課(☎354-8288 FAX359-0275  
☎1600931920131)

工事期間中は、外部に足場を設置するため、総合会館の東側歩道および出入口は使用することができません。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。詳しい日程などが決まり次第、市ホームページでお知らせします。

時10月～令和3年5月

### 「国民健康保険医療費の お知らせ」の送付時期

保険年金課(☎354-8158 FAX359-0288)

ご自身の医療費についての理解を深めていただくために、令和3年1月下旬に「国民健康保険医療費のお知らせ」をお送りします。このお知らせには令和元年11月～令和2年10月の診療分が記載されています(令和2年11月以降の診療分は今年度の「医療費のお知らせ」には記載されていません)。なお、医療費控除の申告にも使えますが、医療機関などで発行された領収書が必要となる場合があるため、引き続き領収書の保管をお願いします。

### 国民健康保険特定健康診査 および後期高齢者健康診査の 再開と実施期間延長

保険年金課(☎354-8158 FAX359-0288)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、四日市市・菟野町・朝日町・川越町の健診受託医療機関では、健診の実施を見合わせていましたが、9月23日から再開しています。また、実施期間を延長します。必ず事前に医療機関へお問い合わせの上、受診してください。

時令和3年1月31日(日)まで

持受診券(対象者へすでに郵送してある受診券をそのまま使用できます)、質問票、健康保険証

■注意事項 12月1日以降は四日市市・菟野町・朝日町・川越町の健診受託医療機関のみ(11月30日までは県内受託医療機関)で受診可能

他後期高齢者健康診査は三重県後期高齢者医療広域連合(☎059-221-6884)へ

#### ◆実施一時見合わせによる特例措置

今年度健診実施を一時見合わせたことから、以下の人は特例的に特定健康診査の受診券を使用できます。

- ①昭和20年9月1日～昭和21年1月31日生まれで、誕生日の前日まで特定健診を受診できなかった人
- ②令和2年7月27日～11月30日に国保から他の健康保険へ異動した人で、現在加入している健康保険では特定健康診査を受診する機会がない人(※異動日は、現在加入している健康保険証の資格取得日をご確認ください)

### 納めた国民年金保険料は社会 保険料控除の対象になります

保険年金課

問四日市年金事務所

(☎353-5515 FAX354-5011)、  
ねんきん加入者ダイヤル(☎0570-003-004)

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

また、自身の保険料だけでなく、配偶者や家族の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。そのため、令和2年1月～9月に国民年金保険料を納付した人は11月上旬に、10～12月に初めて納付した人は令和3年2月上旬に、日本年金機構から「社会保険料控除証明書」(はがき)が送付されます。年末調整

または確定申告の手続きの際には、必ずこの証明書(または領収証書)の添付が必要です。紛失などで再交付を希望する場合は、四日市年金事務所またはねんきん加入者ダイヤルへお問い合わせください。

### 国民健康保険 新型コロナウイルス 傷病手当金

保険年金課(☎354-8161 FAX359-0288)

国民健康保険の加入者で、新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱などの症状があり感染が疑われることにより、働けなくなった被用者を支援するため、傷病手当金を給付します。

対次の条件をすべて満たす人

- (1)四日市市国民健康保険に加入している
- (2)勤務先から給与の支払いを受けている
- (3)新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱などの症状があり感染が疑われ、療養のために就労できなかった日から起算して連続した3日間のあと、4日目以降も就労できなかった日がある
- (4)就労できなかった期間は令和2年1月1日～12月31日の勤務予定日であり、給与の全額または一部が支給されていない  
※当初の期間は9月30日まででしたが、延長されました

■支給対象日 就労できなかった日のうち最初の3日間を除いた日(ただし、勤務予定ではなかった日を除く)

■支給額 (直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額÷就労日数)×3分の2×支給対象日数  
※上限あり

申事前に電話などで保険年金課へお問い合わせください

他申請には、医療機関や事業主の証明が必要になります

## 納付済額のお知らせを 発送します

保険年金課(☎354-8160 FAX359-0288)  
介護保険課(☎354-8190 FAX354-8280)

毎年11月下旬に、国民健康保険加入世帯の世帯主、後期高齢者医療制度被保険者、65歳以上の介護保険被保険者の人を対象に、納付済額のお知らせを発送します。保険料の納付済額は、社会保険料控除として年末調整や確定申告などで申告することができますのでご活用ください。

また、記載されている納付済額は1月～11月上旬までに確認できた金額です。申告には、それ以降12月31日までの納付済額を合算して申告することができます。

早めに納付済額のお知らせが必要な人は、各担当課へご連絡ください。

## 骨髄などの提供を 支援します

保健予防課(☎352-0590 FAX351-3304)  
**HPID**1001000001153)

日本で非血縁者間の骨髄移植や末梢血幹細胞移植を必要としている患者は、毎年2,000人以上になります。あなたの登録が命をつなぐチャンスになるかもしれません。ドナー登録は、約2mlの採血で済みます。

市では、非血縁者間で骨髄や末梢血幹細胞移植を行った市民に奨励金を支給しています。

**対**①骨髄などを提供した市民

10万円

②雇用事業者(市内に限る)

5万円

※申請者は市税に滞納がないこと

**申**申請書は市ホームページから入手できます(日本骨髄バンクの証明書の添付が必要)。申請期限は骨髄などの提供日から6カ月以内です

**問**奨励金の申請に関しては保健予防課へ。骨髄提供に関しては日本骨髄バンク(☎03-5280-1789

**HP**<http://www.jmdp.or.jp/>)へ。

骨髄バンク登録は、四日市献血ルーム「サンセリテ」(☎0120-39-5863)で行っています

## 四日市ドーム改修に伴う 休館のお知らせ

スポーツ課(☎354-8428 FAX354-8432)

アリーナ内の大型映像装置などの改修に伴い、施設を休館します。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。なお、休館中も予約受け付け(9:00~17:00)などは可能です。

**時**11月1日(日)～令和3年2月28日(日)

## 第52回全日本大学駅伝対校選手権大会開催に伴う交通規制、沿道での観戦自粛のお願い

スポーツ課

**問**全日本大学駅伝大会事務局  
(☎052-222-5926

**HP**<https://daigaku-ekiden.com/>)

熱田神宮(名古屋市)から伊勢神宮までの106.8kmで「第52回全日本大学駅伝対校選手権大会」が開催されます。当日は国道23号などで交通規制が実施されます。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、沿道での観戦はお控えください。

**時**11月1日(日)

## 一般競争入札で 市有財産を売り払います

政策推進課(☎354-8112 FAX354-3974)  
**HPID**1599568021564)

**■**物件

土地：市場町字北裏3117番1外(宅地、5,218.36㎡)

建物：集会所(1階1,317.01㎡  
2階53.76㎡)

自動車車庫(34.02㎡)

**■**入札参加申込期間

10月26日(月)～11月6日(金)  
(開庁日の8:30~17:15)

**■**受付場所

政策推進課(市役所8階)

**■**入札・開札の日時と場所

11月11日(水) 10:00から  
閲覧室(市役所5階)

**他**予定価格など詳しくは、市ホームページでご確認ください

## 11月は「労働保険適用 促進強化期間」です

商工課

**問**三重労働局総務部労働保険徴収室  
(☎059-226-2100)

●労働保険とは

「労災保険(労働者災害補償保険)」と「雇用保険」の総称であり、政府が管理・運営している強制加入保険です。農林水産業の一部を除き、労働者(パートやアルバイトなども含みます)を1人でも雇用している場合、事業主または労働者の意思の有無にかかわらず必ず加入することが法律で定められています。

●労災保険とは

業務上の事由または通勤による労働者の負傷、疾病、障害または死亡などに対して、迅速かつ公正な保護をするため、必要な給付を行うことなどを目的とした制度です。

●雇用保険とは

労働者の生活および雇用の安定を図るとともに、失業した際、再就職を促進するための能力の開発・向上等の各種の援助を行うことなどを目的とした制度です。

●労働保険の加入手続きをしないまま

と  
事業主が「故意」または「重大な過失」により労災保険の加入手続きを行わない、いわゆる未手続の期間中に生じた事故について労災給付を行った場合は、遡って保険料などを徴収するほかに、保険給付額の40%または100%を事業主から徴収します(費用徴収制度)。



# 三二情報

## 令和2年度 四日市市スポーツ功労賞・有功賞・地域有功賞が決定

スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)

本市のスポーツ振興に貢献いただいた次の皆さんが表彰されました。

### スポーツ功労賞

(本市のスポーツ振興に関し、特に功績顕著と認められる市民・本市出身者を表彰)



松永 勝さん

45年間にわたって小中学生や家庭婦人などの多世代に対してバレーボールの指導、普及を行うとともに、本市バレーボール協会の役員として後進の指導に尽力し、バレーボールの普及・発展に寄与されています。



故 水谷敏男さん

四日市市スポーツ協会の理事長・副会長・会長を歴任し、本市のスポーツ振興に貢献されました。また、市・県のスキーの競技団体の役員としてスキー競技の発展にも寄与されました。

### スポーツ有功賞

(永年にわたりスポーツ・レクリエーション団体において、普及、発展に貢献された市民を表彰)

- 伊藤 正さん (四日市市スポーツ推進委員協議会)
- 長崎知之さん (NPO法人四日市サッカー協会)
- 山本容三さん (四日市卓球協会)
- 米川泰之さん (四日市市レクリエーション協会)

### スポーツ地域有功賞

(永年にわたり地域におけるボランティアとしてスポーツ・レクリエーションの普及、発展に貢献された市民を表彰)

- 井内富生さん (内部地区連合自治会)
- 伊藤志名さん (海蔵地区連合自治会)
- 稲垣友通さん (三重地区連合自治会)
- 大原勝之さん (桜地区連合自治会)
- 金森光彦さん (八郷地区連合自治会)
- 神谷任男さん (楠地区連合自治会)
- 小林隆則さん (日永地区連合自治会)
- 島津典夫さん (富洲原地区連合自治会)
- 須藤成則さん (小山田地区連合自治会)

◆青空レスリング～四日市市出身の東京オリンピックの代表選手に逢える！～女子レスリング53kg級日本代表向田真優さんを迎えて (無料)

対 年長～小学生 時 11月7日(土) 13:00から  
所 市民公園 (アピタ前) 定 10人 (先着順)  
持 動きやすい服装 申 事前に、四日市市レスリング協会 宇野 (☎322-8142) へ

◆秋の花と緑の総合展 (無料)

時 11月7日(土) 10:00～17:00・8日(日) 10:00～16:00 所 文化会館2階 展示棟  
他 両日とも先着150人に、チューリップの球根(5球入り)1袋、草花野菜の種などを進呈  
問 四日市市花の会連盟 辰谷 (☎090-7307-8686) または田中 (☎090-6078-2521)

◆中国気功教室 (無料)

対 気功で健康になりたい人 時 11月7日・14日・21日、12月5日・12日・19日 (いずれも土曜日) 13:00～16:00 所 新正公会所2階 ホール 問 劉 (☎090-1864-0576)

◆男の囲炉裏端の会

所 本町プラザ3階 はもりあ四日市会議室  
申 ①11月7日 ②11月13日までに、同会 志田 (☎/FAX346-2903) へ  
①50歳からのセカンドライフ 市民公開講座 (無料)

時 11月14日(土) 10:00～12:00

定 8人 (先着順) 持 洗い済みのアルミ缶1本以上 他 要マスク着用  
②新聞紙で風作り講座 冬休み企画「親子で風を作ろう」(無料)

時 11月21日(土) 10:00～12:00

定 10人 (先着順) 他 要マスク着用

◆四日市歩こう会 (小雨実施)

料 200円 (交通費自己負担) 持 弁当、飲み物、雨具 問 同会 米川 (☎/FAX365-9684)  
①時 所 11月8日(日) 9:30三岐丹生川駅集合、14:10ごろ大泉駅解散

■主な行き先 いなべ公園と濃州街道を巡る(12km)、ショートは楚原駅解散(8km)

②時 所 11月22日(日) 9:00 松阪駅西口集合、14:00ごろ同駅解散

■主な行き先 歴史ふれあい街道、宝塚古墳公園と松阪城址(12km)、ショートは宝塚古墳公園解散(7km)

◆第3回庖丁供養祭

時 11月8日(日) 9:00から 所 鶏森神社庖丁塚  
料 500円/本 申 供養したい包丁を当日(8:30～8:50)、直接持ち込み  
問 四日市地区調理師協会 (☎352-0597)

◆Web版みえ介護フェア2020 (無料)

時 11月9日(月)～15日(日)  
申 特別講演会とオンライン上映会の視聴は、11月1日までに、三重県社会福祉協議会 (☎059-227-5160 FAX059-222-0170) へ

他 通信料は自己負担

◆スマホでZoom体験講座 (オンライン受講)

対 女性 時 11月11日(水) 13:30～15:30  
定 8人 (先着順) 料 1,300円  
他 Zoomでの受講 申 事前に、愛ママズIT倶楽部 中森 (☎090-5601-7155) へ

◆全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

時 11月12日(木)～18日(日) 8:30～19:00 (土・日曜日は10:00～17:00)

■相談専用電話 0570-070-810(全国共通)  
問 津地方方法務局人権擁護課 (☎059-228-4193)

◆ひまわりあんしん事業・電話相談 (弁護士による電話相談) (無料)

対 65歳以上の人と親族 時 11月13日・27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)

高い情報

イベント講座

募集

その他

保健だより

## 子育てに体罰は禁止！

親によるしつけと称する体罰は法律で禁じられています。

こども家庭課 (☎354-8276 FAX354-8061)



### なぜ、体罰などはいけないの？

体罰などが繰り返されると、子どもの心身の成長・発達にさまざまな悪影響が生じます。これは科学的にも明らかになっています。

### しつけと体罰は、どう違うの？

しつけとは、子どもの人格や才能を伸ばし、自律した社会生活を送れるようにサポートしていくことです。

そのためには、体罰ではなく、どうすればよいのかを言葉や見本を示すなど、本人が理解できる方法で伝える必要があります。



### こんなことをしていませんか？

#### ○これらはすべて「体罰」です

- 言葉で3回注意したけれど言うことを聞かないので頬を叩いた
- 他人の物を取ったので、お尻を叩いた
- 宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった
- 友達を殴ってけがをさせたので、同じように子どもを殴った

#### ○子どもの心を傷つける行為です

- 冗談のつもりで、「お前なんか生まれてこなければよかった」など、子どもの存在を否定するようなことを言った
- やる気を出させるという口実で、兄弟を引き合いにしてけなした

### 保護者自身の工夫のポイント

こんなときどうする？ ～具体的な工夫の例～

#### ◎出掛ける時間になっても準備をしない

⇒「準備をしなさい」と声掛けをしてしまうと、何からやってよいか分からないことがあります。やることを区切ってやりやすいことから具体的に伝えましょう。できたことに注目して褒めることも大切です。

#### ◎よく忘れ物をしてしまう

⇒忘れ物を減らす方法を一緒に考えましょう。持ち物リストを作って“見える化”するなどの工夫も効果的です。

#### ◎座ってほしいときに座ってくれない

⇒「床か、この椅子か、どちらかに座ってね」と声を掛けるなど子どもが選べるように複数の選択肢を提示して、子どもの意思を尊重するののも一つの方法です。

#### ポイント（自分なりの工夫を見つけましょう）

⇒体罰をしそうなときは、それは子どものどのような言動が原因なのか、自身の体調の悪さや忙しさ、孤独感など、自身のことに関係しているのかを振り返ってみましょう。深呼吸して気持ちを落ち着けたり、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風に当たったりするなど、少しでもストレスの解消につながりそうな自分なりの工夫を見つけましょう。

## 「これ、虐待かも？」

あなたの通告が子どもの  
笑顔を守ります。



こども家庭課  
354-8276

または

児童相談所全国共通ダイヤル

いち はや く  
1 8 9

※ 通告者の秘密は守られます



## 空き家の実態調査のお知らせ

都市計画課(☎354-8272 FAX354-8404)

空き家の実態を把握し、適正な管理や利活用などを進めるため、空き家の実態を調査します。

### ■調査内容

市内全域を対象とした一戸建て空き家を調査します(市から委託を受けた調査員が調査します)

※原則、道路上からの外観目視で調査をします。調査員は調査員証を携帯しています

### ■調査期間

11月上旬～令和3年1月下旬ごろ(9:00～17:00ごろ)

### ■調査業者 ランドブレイン(株)

(☎03-3263-9389)

## 河原田地区都市計画マスタープラン案を縦覧します

都市計画課(☎354-8214 FAX354-8404)

縦覧期間中、住民および利害関係者は、意見書を提出できます。

### ■縦覧する案 河原田地区都市計画マスタープラン

### ■縦覧・意見書提出期間

10月21日(水)～11月4日(水)  
8:30～17:15(土・日曜日、祝日を除く)

### ■縦覧場所 都市計画課(市役所4階)、河原田地区市民センター

### ■意見書の提出先

郵送で、または直接、〒510-8601 都市計画課へ

## マイナンバーカードに関するお知らせ

市民課(☎354-8152 FAX359-0282)

### ◆マイナンバーカードの申請方法

マイナンバーカードは、通知カード(または個人番号通知書)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。申請書に

顔写真を貼付して郵送する方法のほか、パソコンやスマートフォンからでも申請できます。

マイナンバーカードが作成されるまで、おおむね1カ月半程度かかるため、早めにご申請ください。

※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

### ◆コンビニ交付サービス

全国のコンビニなどの店舗内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が取得できます。※サービスの利用にはマイナンバーカードが必要です(住基カード・通知カードでは利用できません)



### ◆コンビニ交付サービスの一時停止

メンテナンス作業のため、コンビニ交付サービス業務を停止します。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。

### ■一時停止日

①11月1日(日) 終日

【一時停止するサービス】

●すべての証明書

②11月13日(金) 19:00～15日(日) 終日

【一時停止するサービス】

●戸籍証明書(戸籍謄本・抄本)

●戸籍の附票の写し

※住民票の写し、印鑑登録証明書、所得課税証明書は交付可能

## 市民窓口サービスセンター臨時休業のお知らせ

市民課(☎354-8152 FAX359-0282)

市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)では、点検作業のため、下記の日程で業務を停止します。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。

時11月1日(日)・14日(土)・15日(日)

## 情報

### ◆子どものプログラミング道場

「コーダー道場 四日市」(無料)

対小・中学生(保護者同伴) 時11月14日(土) 10:00～11:30 所三誠ビル6階 スタディー内(安島一丁目) 持パソコン(貸与可) 申事前に、エドウェル四日市 清水(☎090-5114-0945)へ 他高校生ボランティア募集中

### ◆命の声を聴く自己尊重トレーニング&一生幸せマインドをつくる「ほめ日記」

時11月16日(月) 10:00～12:00 所富田地区市民センター1階 和室 料500円 持筆記用具、ゆったりした服装 問セパ三重(☎090-1831-1714) ②separmie@yahoo.co.jp) 他託児あり(300円/人。一週間前までに要予約)

### ◆四日市まんなかこどもステーション

申同所(☎351-6670 FAX351-6679) 所四日市まんなかこどもステーション(西町) 料800円

(1)みんなの居場所きらり

時11月7日(土)・11日(水)・14日(土)・25日(水) 10:00～11:30

(2)カフェまんなか 時11月18日(水) 10:00～11:30 他託児あり(500円/人。2人目からは250円/人)

(3)子ども文化NET主催人形劇「かくれんぼしているのだあれ」

対0～3歳 時11月21日(土) 11:30～12:00、13:30～14:00(いずれも開場は開演の15分前) 所三浜文化会館視聴覚室

料親子2,000円/組(当日は2,500円)

他託児あり(4歳以上1,000円/人。11月14日までに要申し込み)

### ◆四日市おもちゃ病院

時11月28日(土) 14:00～16:00

所四日市まんなかこどもステーション(西町) 料無料(ただし、部品などに実費がかかることがあります) 持直してほしいおもちゃ

### ◆文化セミナー四日市「本邦に所在する敦煌発見のキリスト教経典」(東野治之)

時11月28日(土) 14:00～16:00 所文化会館第2会議室 料1,000円(学生500円)

問文化セミナー四日市 久安(☎090-1981-8110)

### ◆四日市友の会(智積町)

申同会(☎/FAX326-2081)

(1)すすくの会

時11月13日(金) 10:00～11:30(9:45受け付け) 所同所 料子ども50円/人(保険代)

申同会または野崎(☎080-4228-1483)へ

(2)親子の生活教室

対満3歳以上の未就学児と保護者

時11月28日(土) 9:30～14:00 所同所

料1,000円(親子ペア。保険代込み)

持お茶、ご飯(汁物は同会で用意)

申同会または佐藤(☎080-5132-4332)へ

### ◆救急法基礎講習・救急法救急員養成講習

対15歳以上の健康な人 時11月28日(土)・29日(日)、12月5日(土)の3日間 9:30～17:30

所三浜文化会館 定30人(先着順)

料3,200円 持筆記用具、昼食、実技のできる服装 申事前に、日本赤十字社三重県支部(☎059-227-4145 FAX059-227-6245)へ

### ◆自然農法セミナー

時11月22日(日)9:30～11:30 所文化会館第2会議室 料500円 問自然農法ネットワーク

加藤(☎090-4236-5184) ※発行後に内容が変更になりましたので、詳しくはお問い合わせください

### ◆四日市から発信する、ファイト三重! 県民まつり

時11月29日(日) 13:30開演(12:00開場)

所文化会館第1ホール 定600人 料無料

申事前に、事務局 矢田(☎090-4110-3155) ②fuusenomi0130@qc.commufta.jp)へ 他要マスク着用

高いつの情報

イベント講座

募集

その他

保健だより

## 後付けのペダル踏み間違い急発進抑制装置補助金

道路管理課(☎354-8154 FAX354-8302  
HPID1583376797522)

高齢ドライバーのペダル踏み間違いによる事故の防止対策として、後付けのペダル踏み間違い急発進抑制装置の設置費用に対する補助金を交付しています。

- 対**以下の要件をすべて満たすこと
  - 市内に在住し、65歳以上である
  - 自家用車である(1人1台まで)など
- 助成額** 上限6万円
- 期間** 令和3年3月31日まで
- 事前に**、装置取り付け店(登録事業者)に相談し、申し込み
- 他**条件などの詳細は市ホームページで、または装置取り付け店にご確認ください

## 認知症高齢者等の暮らしの「あんしん」を目指して

高齢福祉課(☎354-8170 FAX354-8280  
koureifukushi@city.yokkaichi.mie.jp)

認知症の人が行方不明になった際の早期発見や、事故に遭った際の補償のための3事業を新設、拡充しました。

- 対**以下の要件をすべて満たす人
  - (1)65歳以上の高齢者または40～64歳の要介護者・要支援者で、認知症が原因で道に迷う恐れがある
  - (2)市内に住所があり、在宅で生活を送っている
  - (3)認知症高齢者等SOSメール配信事業の事前登録をしている

**料**無料

**他**詳しくは、高齢福祉課(市役所3階)へ相談してください

### ◆認知症高齢者等安心おかえりシール交付事業

認知症高齢者などに対して、服や杖などに貼ることができる二次元コードシールを配布します。道に迷った認知症の人を発見した人が、二次元コードを読み取り、インターネット上の掲示板にアクセスすることで、すみやかに安否を家族などに知らせることができます。

### ◆認知症高齢者等あんしんGPS貸与事業

認知症高齢者などに対して、身に付けやすい小型のGPS機器を貸し出します。認知症高齢者などが道に迷った際に、家族などが、パソコンやスマートフォンなどで専用サイトにアクセスして、その位置情報を検索することができます。

### ◆認知症高齢者等あんしん保険事業

認知症高齢者などが、誤って線路に立ち入って電車を止めてしまった、他人のものを壊してしまったなどの賠償責任を負った場合に備え、市が個人賠償責任保険に加入します。1事故最大1億円が保険会社から支払われます。

## 11月10日～16日は「アルコール関連問題啓発週間」 お酒で困っていませんか？

保健予防課(☎352-0596 FAX351-3304)

「もうお酒は飲まない」と家族の前で禁酒を宣言しても、隠れて飲んでしまう。それは意志が弱いからでしょうか。もしかしたらアルコール依存症かもしれません。

### CAGE法でチェックしてみましょう

- 飲酒量を減らさなければいけないと感じたことがある
- 他人に飲酒を非難され、気にさわったことがある
- 自分の飲酒について、悪いとか申し訳ないと感じたことがある
- 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治したりするために「迎え酒」をしたことがある

- ➡ 1項目でもあれば「危険な飲酒」です。
- ➡ 2項目以上なら「アルコール依存症」の可能性がります。

アルコール依存症とは、自分の意志でやめられず、飲酒をコントロールする脳の機能が弱くなる病気です。

不適切な飲酒により、肝機能障害やがん、逆流性食道炎など身体の健康が阻害されていくのは広く周知されていますが、飲酒は判断力や感情をコントロールする力も低下させます。そのため、飲めば飲むほど周囲とのトラブルが増える傾向があります。飲酒を止める家族や同僚に対して暴言、時には暴力をふるってしまい、人間関係の悪化につながることもあります。また、本人はアルコール依存症を否認する特徴があります。

しかし、決して「意志が弱い」「根性がない」からではなく、お酒を飲む人であれば、誰もが陥る可能性のある病気です。また、アルコール依存症は向き合うことで回復可能な病気です。そのため、少しでも早く専門的な治療を受けることが大切です。

まずは保健所や専門医療機関に相談しましょう。家族からの相談もお待ちしております。

### ●精神科医師によるアルコール関連問題の個別相談(予約制)

- 時**11月19日(木) ①13:30から ②14:30から ③15:30から
- 所**総合会館7階 第3研修室
- 定**3組(先着順)
- 申**事前に、電話で、保健予防課へ

# 三二情報

## 令和2年度 四日市市文化功労者が決定

文化振興課 (☎354-8239 FAX354-4873)

次の皆さんが表彰されます。

●表彰式 時11月3日(祝) 13:00から 所文化会館第3ホール

### 四日市市文化功労者

長年、本市の文化振興・後進育成に貢献された次の3人と1団体が選ばれました。

#### 本市の天然記念物保護、自然保護意識の向上に貢献



楠町南五味塚  
かた 加田勝敏さん

本市をはじめ北勢地域を中心に三重県内の植生調査と研究に携わり、多数の論文・著作を執筆され、植物研究に大きな功績を残しておられます。その知見により本市文化財パトロール調査員及び文化財保護審議会委員として、国指定天然記念物御池沼沢植物群落をはじめとする数々の貴重な植物の保護・保全において、30年以上の長きにわたり貢献してこられました。また、ボランティアによる保護活動の指導にあたり、市民との協働による天然記念物の保存活用推進にも大きな役割を果たされるなど、文化財保護による本市の文化振興に大きく貢献しておられます。

#### 長年の郷土史研究により、地域の歴史文化継承、魅力再発見などに貢献



川島町  
桂山孝夫さん

川島地区の姿を後世に残すため、記録写真の撮影や歴史に関する聞き取り調査を行い、その成果を書籍などにまとめるとともに、小学校教員や児童を対象に歴史講義を行うなど地域への啓発と継承に積極的に取り組んでこられました。また、広く本市の歴史を伝える書籍にも氏の郷土史研究の成果が掲載されるなど、50年以上に及ぶひたむきな活動は、歴史や文化の継承だけでなく、地域の魅力の再発見を通じた郷土愛への醸成にもつながり、地域文化の振興に大きく貢献しておられます。

#### 華道指導を通じて、本市の文化振興と後進育成に貢献



三ツ谷東町  
りり 熊本梨里さん

いけばな草月流の指導者として、長年にわたり地域での指導を行われるとともに、子どもたちを対象に体験教室を開催し、後進育成にも取り組んでおられます。また、本市の華道教授者連盟代表、(一社)四日市市文化協会理事として広く市民にいけばなを鑑賞する機会を提供し、伝統文化を次世代に継承することに尽力されるなど、本市における華道の振興と後進育成に大きく貢献しておられます。

#### 長きにわたるビッグバンドの活躍を通じ、本市の音楽文化振興に貢献

#### サンセットポップスオーケストラ



昭和48年の設立以来、本市を代表するジャズビッグバンドとして積極的な演奏活動を行っておられます。中でも、本市出身で日本を代表するジャズサクソ奏者である田辺信夫さんとは、共演によって互いに切磋琢磨しあい、本市の音楽文化を牽引してこられました。また、本市事業では、各所で継続的に演奏を披露されることで市民にジャズ音楽の鑑賞機会を提供されたり、姉妹都市での演奏による文化交流の一翼を担われたりするなど、本市の文化振興に大きく貢献しておられます。

#### ◆12月開講職業訓練生(6~7カ月訓練)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  
募集科 ■募集科 溶接技術科、住宅リフォーム技術科、電気施工技術科(企業実習付きコース)  
申11月6日までに、ポリテクセンター三重  
(HP<https://www.3.jeed.or.jp/mie/poly> ☎320-2645)へ  
他託児あり(無料。要事前相談)。受講希望者は施設見学会(毎週木曜日)に参加必須

#### ◆介護職員初任者研修(通信講座)受講生

対三重県に住居登録しているおおむね70歳未満の現在無職の人で、研修修了後に福祉・介護職場で働ける人  
時12月10日(木)~令和3年3月9日(火) スクーリングは10日間  
所スクーリング会場は三重県社会福祉会館(津市) 定39人(応募多数の場合は抽選)  
料無料(テキスト代は自己負担)  
申11月18日までに、三重県福祉人材センター(☎059-227-5160)へ

#### ◆三重県最低賃金が改正されました

三重県最低賃金は、令和2年10月1日から1円引き上げられ、時間額874円になりました。最低賃金の引き上げに向けた、中小企業支援のための業務改善助成金制度などの支援策がありますので活用ください。

問三重労働局賃金室 (☎059-226-2108)

#### ◆裁判員制度~まもなく名簿記載通知を発送します

令和3年の裁判員候補者名簿に登録された人には、11月中旬に「名簿記載通知」をお送りします。通知は、来年2月ごろからの約1年間、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えするものです。併せて、裁判員候補者の事情を早期に把握するための「調査票」もお送りします。詳しい情報は、裁判員制度ウェブサイト(HP<https://www.saibanin.courts.go.jp/>)へ。

#### ◆11月は労働保険適用促進強化期間です

労働保険(労災保険と雇用保険)は、政府が管理・運営している強制加入保険です。農林水産業の一部を除き、労働者(パートやアルバイトなども含む)を一人でも雇用している場合、事業主または労働者の意思の有無にかかわらず必ず加入することが法律で定められています。  
問三重労働局総務部労働保険徴収室 (☎059-226-2100)

#### ◆相続登記はお済みですか

不動産を相続した後、長期間相続登記をせず放置しておく、「相続人の特定が難しくなる」「相続登記の手続き費用が高額になる」「不動産の売却やローンの手続きがすぐにできない」などの問題が発生します。法務局では、相続手続きを簡素化するための「法定相続情報証明制度」を開始しました。詳しくは法務局ホームページ(HP[http://houmukyoku.moj.go.jp/homu/page7\\_000013.html](http://houmukyoku.moj.go.jp/homu/page7_000013.html))をご覧ください。

問津地方法務局四日市支局 (☎353-2237)

#### ◆大学生等奨学金返還支援事業助成金の募集

三重県では、若者の県内定着を促進するため、「過疎地域など指定地域への居住」や「県内での居住および県内産業への就業」などの条件を満たした場合、大学生などの奨学金返還額の一部を助成します。

■締め切り 令和3年1月29日(当日消印有効)

■募集人数 40人

■助成金額 学生：在学中に借り受け予定の奨学金総額の1/4(上限100万円)、既卒者：認定時点の奨学金借り入れ残額の1/4(上限100万円)

問三重県戦略企画総務課(☎059-224-2009)

高い情報

イベント講座

募集

その他

保健たより

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。

## 四日市が舞台の小説「犬がいた季節」ガイドマップ配布

観光交流課 (☎354-8286 FAX354-8315  
✉kankou@city.yokkaichi.mie.jp)



本市観光大使の小説家、伊吹有喜さんが故郷の四日市を舞台に描いた小説「犬がいた季節」が出版されます。架空の「八稜高校」を中心に、市内のさまざまな風景が登場する青春小説です。本市で育った伊吹さんならではの「四日市ネタ」がたくさん登場します。出版を記念して同書のガイドマップを配布します。

時発刊日 [10月16日(金)] から

所観光交流課(市役所7階)、四日市観光協会(近鉄四日市駅高架下)などで配布。よっかいちフィルムコミッションホームページ(<https://yokkaichi-fc.jp/>)からも入手できます

## 秋の火災予防運動11月9日~15日 「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」

消防本部予防保安課  
(☎356-2010 FAX356-2041)

火災が発生しやすい時季を迎えます。火災から尊い命と貴重な財産を守りましょう。

### ●住宅防火

#### いのちを守る 七つのポイント

##### ≪三つの習慣≫

- ①寝たばこは、絶対やめる
- ②ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ③ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

##### ≪四つの対策≫

- ①逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
- ②寝具や衣類、カーテンからの火災

- を防ぐために、防災品を使用する
- ③火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する
- ④高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

### ●もしものときに備えて

住宅用火災警報器が適切に作動するか点検ボタンを押すなどして確認し、定期的にはほこりなどをふき取りましょう。住宅用火災警報器本体の交換目安は10年です。

## 中小企業・小規模事業者向け 相談窓口(三重県よろず支援拠点)

商工課 (☎354-8175 FAX354-8307)

新型コロナウイルス感染症の影響を受ける中小企業・小規模事業者を支援するため、経営相談窓口が設置されました。

対県内の中小企業・小規模事業者  
時9月~令和3年3月の毎月第2・4水曜日 10:00~16:00  
(12:00~13:00を除く)

所(公財)三重県産業支援センター  
高度部材イノベーションセンター  
会議室(ユマニテックプラザ1階)

師第2水曜日:行政書士 鷲村麻美子さん

第4水曜日:おおしま社会保険労務士事務所代表 大島綾美さん

料無料

申事前に、電話で、(公財)三重県産業支援センター三重県よろず支援拠点 (☎059-228-3326)へ(原則、要予約)

## ◆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1日(日)・14日(土)・15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

11月5・6・7・8日

場外発売 11月①・②・3・5・6・7・8・9・18・19・20・21・22・23・24・25・26・27・28・29・30日

(○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 E=13:00~21:00  
B=13:00~16:30 F= 9:00~21:00  
C=17:00~21:00 G=16:30~21:00  
D= 9:00~16:30

四日市市総合体育館(☎348-4100)

●アリーナ  
バドミントン 11/2・5 B  
11/30 C 11/26 D  
11/10・17・24 F  
卓球 11/12・19 B  
11/4・6・13・20・27 F  
バスケットボール 11/11・18・25 F  
バレーソフトバレーボール 11/9・16 E 11/23 F  
●弓道場(弓道で使用する場合)  
近的射場(全面) 11/7・14・21・24・28 A  
11/29 D  
11/5・8・12・19・26 E  
11/2・3・6・9~11・13・15~18・20・22・23・25・27・30 F  
11/4 G

近的射場(半面) 11/5・8・12・19・26 A  
遠的射場(全面) 11/7・21・24・28 A  
11/29 D  
11/3・5・8・10・12・15・17・19・22・26 F

●弓道場(アーチェリーで使用する場合)  
遠的射場(全面) 11/14 A  
11/2・6・9・11・13・16・18・20・23・25・27・30 F  
11/4 G

●トレーニングルーム  
11/2 G  
11/3~13・16~28・30 F

中央第2体育館(☎345-4111)

バドミントン 11/12・19 B  
11/4・6・13・20・23 E  
11/9・27 F  
卓球 11/5 B  
11/10・24・26 D  
11/11・16・18・25・30 E  
11/3 F  
バレーソフトバレーボール 11/2 E

四日市ドーム(☎330-3131)  
改修に伴い休館

あさけプラザ体育館(☎363-0123)  
バドミントン・卓球 11/7・14・21・28  
(9:30~16:30)

四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み

イベント・講座

募集

その他

保健だより

問こども保健福祉課 ☎354-8187 FAX354-8061



## ◆妊婦・産婦・乳幼児健診

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

- 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、同課まで連絡してください
- 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。該当する人は同課まで連絡してください



## ◆予防接種

名称(個別接種)	対象
ロタウイルス ヒブ B型肝炎 BCG 水ぼうそう 二種混合	小児用肺炎球菌 四種混合 麻しん、風しん混合 日本脳炎 ヒトパピローマウイルス 感染症

○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。そのため本市でも積極的な勧奨は控えていますが、定期接種を中止するものではないため、接種を希望する場合は、医師と相談のうえ、接種をお願いします。

- 接種時は母子健康手帳と予診票をお持ちください
- おたふくかぜの予防接種費用の一部を補助します。1～4歳の方が対象で、補助額は最大3,000円です。なお、必ず接種前に申請が必要です
- ロタウイルスワクチン接種費用の一部を補助します。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、同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
- 10月1日からロタウイルスワクチンの定期接種が始まりました。対象は、令和2年8月1日以降に生まれた人です



## ◆育児学級など

所総合会館3階・4階・5階

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

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3年3月13日以降(教室参加時、妊娠28週未満)の妊婦・その家族 定15組	12月18日(金) 9:30～12:00	12月4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
デンタルマタニティスクール (講話と歯科健診・歯磨き指導など)	妊娠16～32週の妊婦 定約10人	12月18日(金) 13:30～16:30	11月27日	受講希望日、住所、名前、電話番号、妊娠週数 持歯ブラシなど
歯ハハの教室 (歯科健診・歯磨き指導など) ※希望者にフッ素塗布	2～3歳の幼児	11月17日(火)・24日(火) 10:00～11:00 11月27日(金) 10:00～11:00 または13:30～14:30		持歯ブラシ(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ない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 申不要
乳幼児食教室 (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	定各35人 5～8カ月児 9～12カ月児	12月1日(火) 12月22日(火) 12月8日(火)	10:30～11:50 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 持だっこひもなど
育児相談	乳幼児	11月30日(月) 9:30～11:00		
パンダひろば (育児について、みんなであいあいお話しませんか)	6カ月未満の乳児と保護者	11月9日(月) 10:00～11:00		所総合会館5階 申不要
さくらんぼひろば (みんなであそんだり、お話ししたりしませんか)	未就学の多胎児(ふたご、みつごなど)と保護者	11月6日(金) 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

※教室など利用時は、母子健康手帳をお持ちください ※応募多数の場合は抽選。託児はありません

問こども未来課 ☎354-8069 FAX354-8061



## ◆よかパパひろば(父親の子育て相談)

料無料 申不要

時	所	連絡先
①11月3日(祝) 10:00～11:15	こども子育て交流プラザ	同プラザ ☎330-5020
②11月15日(日) 10:00～11:15		

※令和元年度まで各公立子育て支援センターで実施していましたが、令和2年度から開催場所がこども子育て交流プラザになりました。父親の子育てを応援するために、月1回程度土曜日または日曜日に開催しています。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

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、個別がん検診、集団がん検診ともに実施を見合わせていました「大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がん検診」を再開しています。

●個別がん検診（医療機関での検診）

実施期間を令和3年2月28日(日)まで延長します。申し込み締め切りは令和3年2月1日まで延長します。お手持ちの令和2年度がん検診受診券はそのままご利用いただけます。もし、お手元がない場合は、健康づくり課までお問い合わせください。  
※検診を受ける前に必ず医療機関へお問い合わせの上、受診してください。

●集団がん検診（バスによる地区巡回検診）

再開に当たり、集団がん検診の日程を一部変更しています。申し込み窓口、ホームページなど（※1）でご確認の上、お申し込みください。

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

新型コロナウイルス感染症の今後の感染拡大状況などによって、再度見合わせとなる場合があります。

（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（中部地区除く）、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）



ウェブ申し込み

対象	必要項目
集団検診(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・会場
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」 ⑥希望検診日・会場 ⑦第2希望検診日・会場
個別検診(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」

※令和2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。希望する人は、上記方法でお申し込みください

※65歳以上の方は、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

※集団検診は、新型コロナウイルス感染症への対応として、三つの密(密閉・密集・密接)を避けるために、定員に達した場合、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。申し込み時にできるだけ第2希望をお知らせください

12月実施分案内

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）

月	検診日		会場	締め切り
	日(曜日)			
12	2(水)		桜地区市民センター	11月4日
	11(金)		なやプラザ	11月12日
	13(日)		ヘルスプラザ	
	16(水)			
	18(金)		あさけプラザ	11月19日

子宮頸がん、乳がん(エコー)検診（集団検診）

月	検診日		会場	締め切り
	日(曜日)			
12	3(木)		なやプラザ	11月4日
	17(木)		あさけプラザ	11月19日
	20(日)		ヘルスプラザ	

集団検診（肺がん・結核検診）

月	検診日		会場	締め切り
	日(曜日)			
12	13(日)		ヘルスプラザ	11月12日
	16(水)			あさけプラザ
	18(金)			



◆高齢者インフルエンザ予防接種が、令和2年度は無料となります

9月下旬号で接種料金1,200円と案内しましたが、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行に備え、令和2年度は、無料で接種できるようになりました。

■期間 10月1日(木)～令和3年1月31日(日)

■対象 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

■他必ず事前に医療機関へお問い合わせください。

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



**◆休日救急医療など** ※病気かな?と思ったら、まずはかかりつけ医に相談を

名称	診療科・診療時間など	
応急診療所(西新地14-20) ☎353-1759 ※急な病気の応急処置を行う診療所です。年齢や症状によって他の医療機関を紹介することがあります ※駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください	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	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 ☎350-3925 ※当面、電話相談のみ	薬 剤 師 に よ る 薬 の 相 談	毎月第3土曜日 14:00~16:00 ■担当 (一社) 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 ☎352-0595 FAX351-3304

相談・検査項目	日程・時間	場所
難病の相談	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
結核相談・HIV(エイズ)などの相談	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・C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	11月4日・11日・18日・25日(いずれも水曜日) 13:00~15:00	総合会館5階
	11月25日(第4水曜日) 17:30~19:00	



**◆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) 11月12日(木) 13:30~16:30 11月27日(金) 10:00~12:00、13:00~16:00	総合会館4階
	保健師・精神保健福祉士による相談 ・・・電話相談(随時)・来所相談(要予約)	
こころの傾聴電話	☎354-8092 月・火・金曜日(祝日を除く) 13:00~17:00	

**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、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人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。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各施設の利用人数を制限しています。特に、プールは土・日曜日、祝日は混み合いますのでお待ちいただく場合もあります。ご理解をお願いします。

健康づくり教室の参加者を募集しています。本号の11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

※プール使用休止のご案内 11月25日(水)は、機械設備の点検のため使用できません。ご了承ください

