

- [よっかいち推し!] 四日市の地酒
- [四日市PLUS] するみる ささえる  
スポーツ都市・四日市
- [四日市PLUS] 郷土が誇る芸能大会
- [四日市PLUS] 野菜、足りていますか？
- [きらり四日市人] 市立博物館 天文ボランティア  
伊藤秀一さん



令和三年が始まりました。本年も新型コロナウイルス感染症対策に全力で取り組みながら、四日市市を東海エリアを牽引する元気都市へと導くため、多様な施策を着実に実行してまいります。皆様方には、格別のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

四日市市長 森 智広

四日市市総合体育館にて（三重とこわか国体・三重とこわか大会会場）

江戸時代から盛んに行われてきた、四日市の酒造り。  
四日市は、清らかで水量豊富な鈴鹿山脈からの伏流水に恵まれ、冬には「鈴鹿おろし」と呼ばれる寒風が山から吹きおろします。  
また、かつては「伊勢米」と呼ばれる良質な米の産地でもありました。  
良い酒造りの条件である「水」「気候」「米」が揃い、おいしい地酒が造られてきたのです。  
その伝統は現代に受け継がれ、今も六つの酒蔵がそれぞれ個性ある地酒を醸造しています。

特集

# 四日市の地酒

ちゃんねる  
連動



今回の特集の内容は、市政情報等提供番組「ちゃんねるよっかイチ」[地デジ12ch(CTY)]でも紹介します。  
●1月11日(祝)～20日(水)に放送 月・水・金・日曜日/9:30、20:30 火・木・土曜日/12:30、20:30

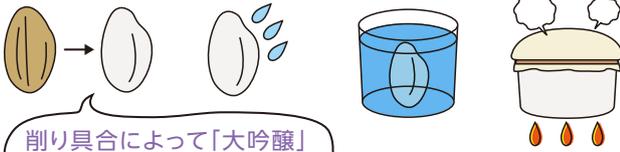
\*お酒は適量を守って楽しみましょう \*飲酒運転、未成年の飲酒は法律で禁止されています

# 日本酒の 造り方

日本酒は、米・<sup>こうじ</sup>米麴・水を原料として、発酵させてこしたものです。米そのままでは発酵できないため、麴の働きによりデンプンを糖に分解(糖化)させ、その糖を酵母によって発酵させます。一つのタンクの中で糖化と発酵を同時に進行させる「並行複発酵」という独特の醸造法は、日本酒の奥深い味わいを生み出す一つの要因となります。

## ①米を加工する

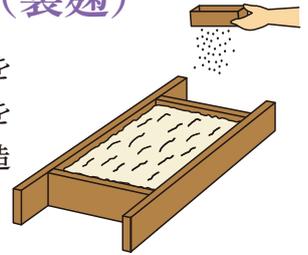
精米 ▶ 洗米 ▶ 浸漬 ▶ 蒸米



削り具合によって「大吟醸」など酒の種類が変わります

## ②麴を造る(製麴)

蒸した米に麴菌を振り掛け、麴菌を繁殖させて麴を造ります。



## ④もろみを造る(仕込み)

酒母に蒸し米、麴、水を加えて発酵させ、もろみを造ります。ゆっくり発酵させるため、3回に分けて仕込みます。



## ③酒母(酏)を造る

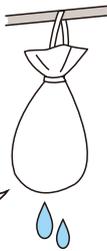
蒸し米、麴、水に酵母を加え、発酵を促す酵母を大量培養します。



酒の土台になります

## ⑤上槽

熟成したもろみを搾ります。



残った固体が「酒粕」です

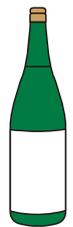
## ⑥滓引き

固形物を沈殿させ、澄んだ部分を取ります。



## ⑦ろ過・火入れなど

ろ過や火入れ(加熱)、貯蔵・調合・割り水などの工程を経て、瓶詰めされます。



※酒の種類によって工程は異なります

## もっと気軽に★ちよい足し酒粕生活 — 栄養とうまみが凝縮!

- ★板状の酒粕をそのままトースターで焼き、しょうゆを付けたらおつまみに
- ★みその半量程度の酒粕をプラスすれば、いつものみそ汁が粕汁風に
- ★シフォンケーキの生地に少量のお湯で溶いた酒粕をプラス⇒しっとりさup

- ①酒粕を鍋に入れ、浸るぐらいの熱湯を入れて、しばらく置いてふやけさせる
  - ②かき混ぜて溶かす(沸騰しない程度の加減で火入れすると柔らかくなる)
- ★甘酒: ②をお湯でのばし、砂糖・少量の塩で好みの味に調整  
(ゆずの皮やしょうが、卵などを加えても◎)
- ★酒粕ラテ: 市販のスティック(粉末)のラテに大さじ1の②をプラス

※アルコールに弱い人や運転前などはご注意ください

酒粕も酒の種類や搾り具合によって味わいや質感が変わるので、いろいろ試してみてください



伊藤酒造株式会社 フードアナリスト 伊藤里華さん

■楠町で唯一、170年以上続く酒蔵

宮崎本店の創業は弘化3(1846)年。楠町は元々酒造りが盛んな地域で、かつては町内に30以上の酒蔵がありました。この地域は水や気候が酒造りに合っているのだと思います。現在では1社を残すのみとなりましたが、廃業されていった隣近所の酒蔵の一部も引き継いで酒造りを続けています。

■品質本位で日々探求

現状に満足せず、品質にこだわって酒造りをしています。毎年米の出来が違い、なかなか思いどおりにいきませんが、温度管理などをしっかりして平準化しています。より高品質な製品づくりのため、3年前に新しい蔵を建て、小さなタンクで細かく管理できるようになりました。その新しい蔵で造った大吟醸や純米酒が、ロンドンで行われる「IWC(インターナショナル・ワイン)

※酒にその産地ならではの特性が確立されており、産地からの申し立てに基づいて国税庁長官の指定を受けることで、産地名を独占的に名乗ることができる制度

・チャレンジ)」という品評会で1位を取ったときはうれしかったですね。

■広まりつつある三重の酒

三重県が酒どころだという認知度はまだまだ低いと思いますが、伊勢志摩サミット以降、三重の酒が注目されるようになり、県全体として品質も上がってきていると思います。また、三重県酒造組合では、地域ブランドとしての価値向上や輸出拡大のため、「地理的表示(GI)※」の指定に向けて取り組み、令和2年6月に「三重」の名称で指定を受けました。

■「おいしい」の一言のために

地元の人をはじめ、世界を含めていろいろな人に飲んでほしいですね。また、酒は贈答品でもあるので、人に自慢できるような商品を作りたいと思います。今後も「おいしい」の一言のために、一生懸命酒造りをしていきます。

地酒なので、  
地域の人に愛される  
ことが大事



株式会社宮崎本店  
代表取締役社長 宮崎由太さん



蒸米の工程。米のほのかに甘い香りが漂う

# 地酒×思い

酒屋は  
酒蔵とお客さんを  
つなぐ架け橋



有限会社小林商店  
代表取締役 小林正幸さん

■興味を持ってもらう工夫

平成4年に酒屋を始めましたが、当時日本酒は「古くさい」「ださい」と言われ、なかなか見向きもされない時代。そこで、まずは自分が飲むシーンを見せたり、時には生産者も呼んで日本酒イベントを開催したりと、興味を持ってもらえるよう工夫してきました。

顔が見える商売をしたいと思っています。お客さんに「薦められたお酒のおかげで楽しい時間を過ごせた」と言ってもらえるのが一番うれしいですね。

■「MARU YON」プロジェクト

5年前、市内の酒屋5軒が集まり、米農家や醸造元、飲食店などの協力を得ながら、生産から消費まですべて市内で完結する“究極の地産地消”の

酒「MARU YON」プロジェクトを始めました。自分で飲むためだけでなく「飲めないけれど贈りたい」というお客さんもいて、郷土愛だなと感じます。毎年12月初めの発売直後に完売するほどの人気で、コロナ禍で先は分かりませんが、また来季以降も続けたいと思っています。

■世界に誇る食文化

酒はただ酔うための飲料ではなく、食文化の一つだと考えています。日本酒は世界に誇れる文化であり、技術であり、伝統です。そして、飲み手がないことにはその伝統をつなぐことができません。なので、皆さんにも地元の酒蔵を好きになって、盛り上げ続けてほしいですね。

# 四日市の地酒 飲み比べ



## 石川酒造株式会社

**場所** 桜町129  
**電話** 326-2105  
**直売** 9:00~16:00  
 (土・日曜日、祝日休業)  
**見学** 10人以上の団体に限る。  
 要予約。無料  
**HP** <http://e-sakagura.co.jp>

代表銘柄  
ふきい  
噴井

× お薦め料理・おつまみ  
白身魚、刺身、豆腐



## 伊藤酒造株式会社

**場所** 桜町110  
**電話** 326-2020  
**直売** 10:00~17:00  
 (火・水曜日休業。臨時休業日あり)  
**見学** 要予約。  
 有料(コースにより異なる)  
**HP** <https://www.suzuka-sanroku.com>

代表銘柄  
うづめ  
鋤女

× お薦め料理・おつまみ  
すき焼き



## 神楽酒造株式会社

**場所** 室山町326  
**電話** 321-2205  
**直売** 9:00~18:00(不定休)  
**見学** 10人以上の場合は要予約。  
 無料  
**HP** <http://kagura1858.com>

代表銘柄  
神楽

× お薦め料理・おつまみ  
魚料理、かに鍋



## 株式会社タカハシ酒造

**場所** 松寺二丁目15-7  
**電話** 365-0205  
**直売** 10:00~12:00・  
 13:00~16:00  
 (日曜日、祝日休業)  
**見学** なし  
**HP** なし

代表銘柄  
てんゆうりん  
天遊琳

× お薦め料理・おつまみ  
和食(おでん、鍋料理など)



## 丸彦酒造株式会社

**場所** 川島町1863-2  
**電話** 321-3111  
**直売** 8:15~17:00  
 (土・日曜日、祝日休業)  
**見学** 要予約。無料  
**HP** <https://mienokanbai.jp>

代表銘柄  
三重の寒梅

× お薦め料理・おつまみ  
和食、肉料理



## 株式会社宮崎本店

**場所** 楠町南五味塚972  
**電話** 397-3111  
**直売** 現在休止中  
**見学** 現在休止中  
**HP** <https://www.miyano-yuki.co.jp>

代表銘柄  
宮の雪

× お薦め料理・おつまみ  
まぐろの赤身の刺身、煮はまぐり

●この記事についてのお問い合わせ・ご意見は

商工課 ☎354-8178 FAX354-8307  
 広報マーケティング課 ☎354-8244 FAX354-8315

する

みる

ささえる

# スポーツ都市・四日市

スポーツには健康増進、ストレス解消、仲間づくりなどたくさんの力があります。そしてスポーツは「する」だけでなく、さまざまな関わり方があります。

## するスポーツ スポーツタウン四日市

体を動かすと、体力の向上やストレスの発散、生活習慣病の予防など、心身両面の健康に効果が期待できます。

スポーツのイベントや教室などに興味があれば、パソコンやスマートフォンで「スポーツタウン四日市」を検索してみてください。開催されるイベントや教室、団体の活動など市内のスポーツ情報を調べることができ、利用登録をすると、参加申し込みも簡単にできます。また、主催者は、イベントの参加者募集や団体のメンバー募集をすることもできます。



### 「スポーツタウン四日市」ホームページ

スポーツタウン四日市

検索



### アプリもあります!

スマートフォンアプリ「スポーツタウンウォーカー」に登録すれば、四日市のスポーツイベント検索や申し込みが手軽にでき、ウォーキングアプリとして歩数のカウントもできます。



iPhone用



Android用

## みるスポーツ その1

### 地域密着! ホームタウンチーム

本市に活動拠点を置き、全国レベルでの活躍が期待できるスポーツチームがあります。トップレベルの試合を観戦して、感動と興奮を共有しましょう。



PEARLS(女子ラグビーフットボール)



ヴィアティン三重(男子バレーボール)

## 三重とわか国体・三重とわか大会



令和3年9月から、三重とわか国体・三重とわか大会が開催され、市内では中央緑地など5会場で競技が行われます。全国から集まった選手たちの活躍を「みる」チャンスです。

**三重とわか国体** 令和3年9月4日(土)～10月5日(火)

■四日市市開催競技 新体操、トランポリン、体操、ゴルフ(成年男子)、軟式野球(成年男子)、サッカー(少年男子)、自転車(トラック・レース)、テニス、カヌー・スプリント、空手道

**三重とわか大会** 令和3年10月23日(土)～24日(日)

■四日市市開催競技 バレーボール(身体障がいの部・知的障がいの部)



四日市市 国体

検索

三重とわか国体・三重とわか大会の開催に向けて、スポーツ施設を整備しました。それぞれの競技と一緒に、ぜひ新施設も「みて」楽しんでください。



四日市市中央フットボール場



四日市市テニスセンター



四日市市霞ヶ浦第3野球場



四日市市総合体育館

## ささえるスポーツ スポーツボランティア

スポーツは、審判やコーチ、イベントの運営やサポートなどさまざまな役割を持った「ささえる」人がいて成り立ちます。その中の一つに、スポーツボランティアがあります。

三重とわか国体では、競技の運営を支え、スポーツの楽しさや国体の魅力を発信する国体ボランティアを募集しています。国体ボランティアの一員として国体に参加し、全国から訪れる選手たちをおもてなしの心でお迎えしませんか。

### リハーサル大会でも活躍

令和2年10月31日(土)、11月1日(日)に三重とわか国体のトランポリン競技のリハーサル大会が行われ、たくさんのボランティアの皆さんが活躍しました。



伊藤正善さん

若い頃バレーボールをしており、前回(昭和50年開催)の「みえ国体」のときは、出場を目指していました。今回の国体では、ボランティアとして参加することにしました。今は手話を勉強中のため、来年の本番では、手話を生かしたボランティアをしたいと思っています。



石野貴子さん

私の記憶にはないのですが、前回の「みえ国体」で幼い私を撮った写真が家にあり、今回も関わりたいと思い、ボランティアに応募しました。

普段はバレーボールをしているのですが、それを通していろいろな人にお世話になることも多く、スポーツに貢献できる活動をこれからもしていければと思っています。

# 新しきを知る ふるきを温ねて

## 郷土が誇る芸能大会

今回10回目を迎える「郷土が誇る芸能大会」は、各地区の連合自治会から推薦された伝統芸能はもちろん、地域の絆を深めるためにこれから育てていく歌や踊りなどの団体が一堂に会して、披露しあう大会です。四日市の文化の魅力を再発見し、体感できます。今回は、過去9回の大会に出演した団体の中から、指定文化財の保存継承団体を紹介します。今回紹介した以外にもまだまだ多くの郷土の芸能があります。改めて地域を見詰め直し、郷土の絆を確かめるきっかけにしてみませんか。



### 市場町獅子舞保存会(保々地区)

昭和49年に市の指定無形民俗文化財になった市場町の獅子舞の起源は古く、室町時代の康正年間(1455~1457年)に遡ります。その後、明治期になって、舞の作法を現在の山之色町から習ったと伝えられています。



### お諏訪踊り保存会(水沢地区)

お諏訪踊り保存会は、毎年7月31日に足見田神社の「水まつり」で市指定無形民俗文化財の「お諏訪おどり」を奉納しています。このお諏訪おどりは、花かさをかぶり、締め太鼓を担いだ踊り手が勇壮に舞うもので、300年ほど前から水沢の地で今に受け継ぐ伝統芸能です。中でも「お庭おどり」は、三本松町と西條町で、隔年交互で8月14日に開催されているお盆行事で、先祖供養のための弔いおどりとして奉納しています。おどりの形態はお諏訪おどりと同じですが、歌詞の内容は、昔を偲び、古き生活の様子を今に伝える、趣深いものになっています。



### 椿岸神社獅子舞保存会(桜地区)

椿岸神社の獅子舞は、鈴鹿市にある椿大神社の山本流獅子舞と関係が深く、姉妹獅子といわれています。昭和59年に保存会を設立し、平成4年には獅子舞が市指定無形民俗文化財に、また、平成5年には獅子頭が市指定有形民俗文化財になりました。毎年10月の椿岸神社の秋祭りに獅子舞を奉納し、また、昭和63年から大四日市まつりにも出演しています。



### 御館獅子舞保存会(三重地区)

市の指定無形民俗文化財である御館獅子舞は、天武天皇が治世していた7世紀ごろ、江田神社に獅子頭が奉納されたことが始まりと伝えられています。地区の男児・男性が保存会のメンバーとなり、保存継承活動に努め、地区の文化祭行事や「大四日市まつり」への参加、伊勢神宮への奉納舞などの活動をしています。平成2年には、四日市市と中国・天津市との友好都市提携10周年記念事業で、天津市代表団に獅子舞を披露したこともあります。





たつさか  
**立阪神社獅子保存会(大矢知地区)**

立阪神社の獅子舞は、弘化元年(1844年)に垂坂の麴組合こうじが他の麴組合との間に起こった訴訟に勝訴したことを祝って奉納したことが起源とされています。立阪神社の大祭では、神社への奉納に加え、氏子各戸を回ります。また、伊勢神宮への奉納や地域行事への出演など、幅広く活動しています。



**富田石取祭三車連合会(富田地区)**

富田地区では、旧名称の北村、茂福、富田西町の3町で石取祭を行っています。3町の強固な結束により、積極的に行事の保存継承が行われ、平成23年には「富田の石取祭」として市の指定無形民俗文化財になりました。



くじらぶね  
**南納屋町鯨船保存会(港地区)**

県指定有形民俗文化財である鯨船山車みょうじんまろ「明神丸」を保存し、鯨船神事の保存・継承に努めています。年に1回、四日市祭に奉納演技をし、町内・市内で勇壮な練りを披露しています。



**南浜田舞獅子保存会(浜田地区)**

平成20年度に「浜田大山車の舞獅子」として、浜田舞獅子保存会(中浜田町)とともに市指定無形民俗文化財になりました。四日市祭や地域の行事に積極的に参加し、伝統文化の継承と保存に努めています。



**日永つつくおどり保存会(日永地区)**

昭和31年に市の指定無形民俗文化財になった日永つつくおどりは、笛・太鼓のお囃子はやしと歌謡に合わせて「地突き・地固め」の動作を行う、郷土色豊かなゆったりとした踊りです。東海道筋で踊るイベントを行うなど、次代へつなぐ取り組みも行っています。



**第10回郷土が誇る芸能大会**

**時** 1月16日(土)  
13:00~16:00(12:30開場)  
**所** 文化会館第2ホール  
●協力:  
四日市市自治会連合会  
●司会進行: 藤田倫子  
●解説: 前田憲司  
※出演団体およびスケジュールは右のとおり

| 時間    | 地区名                      | 団体名(敬称略)         |
|-------|--------------------------|------------------|
| 13:05 | 川島                       | かわしまさくら太鼓        |
| 13:25 | 桜                        | 琴伝流 琴桜会          |
| 13:45 | 県                        | あがた音頭保存会         |
| 14:05 | 三重                       | fancy&sunny      |
| 14:25 | 日永                       | アロハサークル プアレアア    |
| 14:45 | 河原田                      | 河原田踊り同好会         |
| 15:05 | 水沢                       | お諏訪踊り保存会         |
| 15:25 | 特別演奏(ビデオ出演)<br>友好都市中国天津市 | 天津工業大学<br>芸縁民族楽団 |

●この記事についてのお問い合わせ・ご意見は

文化振興課 ☎354-8239 FAX354-4873

# 野菜、足りていますか？

野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維などを多く含んでおり、生活習慣病の予防や免疫力アップの効果があります。健康な生活を維持するために必要な野菜の量は1日当たり350gといわれています。しかし、日本人の野菜の平均摂取量は280.5gで、目標の350gに対し約70g不足しています(「令和元年国民健康・栄養調査」厚生労働省)。あなたの食生活に野菜は足りていますか？

量のめやすは  
「1食ごとに  
いただきグー」



1日3食の食事で、毎食自分のげんこつ大の量(加熱した状態)の野菜を意識して食べると、必要な野菜の量を食することができます。さまざまな野菜を組み合わせайте取りましよう。

※生の状態で食べる場合は、げんこつ大より一回り大きい量を食べましよう

野菜を食べて健康に

## 高血圧予防

カリウムが、高血圧の一因であるナトリウムの体外への排泄を促します。

## 肥満・高血糖・ 脂質異常・便秘予防

よくかむことで満腹感が得られ、食べ過ぎを防ぎます。また、食物繊維は糖質や脂質の吸収を緩やかにします。食事の際には、野菜から食べることを意識してみましょう。

## 動脈硬化予防、 免疫力アップ

ビタミン類が動脈硬化の予防、皮膚や粘膜の調子を整える、風邪の予防などに役立ちます。

## 骨粗しょう症予防

カルシウムが骨や歯を作るもととなり、体を丈夫にします。

## 旬の野菜は 栄養がいっぱい

旬の野菜にはその時期を元気に過ごすための栄養素が多く含まれます。市内10カ所で開かれている「定期市」では、新鮮な野菜の他にも、魚介類や乾物、惣菜、日用品を売る市もあり、バラエティに富んだ品ぞろえです。ぜひ、お近くの市をのぞいてみてください。

### 三滝川慈善橋市場

八幡町16(三滝川慈善橋付近)  
2・7・5・0の付く日 7:30~11:00ごろ

### 塩浜市場

馳出町一丁目131番地(馳出公園西)  
1・6・3・8の付く日 7:00~11:00ごろ

### 富洲原四・九の市

富洲原町(イオンモール四日市北すぐ)  
4・9の付く日 6:30~11:30ごろ

### 市役所市場

諏訪町(四日市市役所北側)  
1・6・3・8の付く日 8:00~12:00ごろ

### ふれあい四の市

諏訪栄町(諏訪栄町公園通り)  
4の付く日 9:00~13:00ごろ

### 追分ショッピングセンター

前田町19-7(南中学校南)  
5・0の付く日 8:30~11:30ごろ

### 阿倉川四・九の市

阿倉川町(近鉄阿倉川駅北西)  
4・9の付く日 7:30~12:00ごろ

### 坂部三・八中央市場

坂部が丘三丁目3-19(坂部が丘中央公園)  
3・8の付く日 12:00~13:00ごろ



### くす朝市

楠町南五味塚60(楠福社会館駐車場)  
毎月最終土曜日 9:00~11:00ごろ

### 高花市場

小林町3019-263  
2・7の付く日 8:00~11:30ごろ

# たっぷりの野菜を おいしく!



1食に必要な  
野菜(120g)が  
取れます

作ってみてね!



レシピ提供:四日市市食生活改善推進協議会会員の皆さん

## 豚肉のカレーミルク煮(4人分)

|          |        |       |         |       |
|----------|--------|-------|---------|-------|
| ・豚ももスライス | 240g   | ・ニンジン | 120g    |       |
| ・A       | ・ヨーグルト | 80g   | ・ブロッコリー | 60g   |
|          | ・ケチャップ | 大さじ1  | ・油      | 大さじ1  |
|          | ・砂糖    | 小さじ2  | ・水      | 100ml |
|          | ・カレー粉  | 小さじ2  | ・固形ブイヨン | 1個    |
| ・タマネギ    | 120g   | ・牛乳   | 100ml   |       |
| ・ダイコン    | 200g   | ・塩    | 1g      |       |

- ①豚肉は、食べやすい大きさに切り、ポリ袋にAと豚肉を入れ、もみ込む
- ②タマネギは縦に薄切りに、ダイコンとニンジンはいちょう切りにする。ブロッコリーは小房に分けてゆでる
- ③深めのフライパンに油を入れ熱し、タマネギを入れ炒める。しんなりしてきたら、①を漬け汁ごと入れよく炒める
- ④分量の水と固形ブイヨン、ダイコン、ニンジンを加え、ふたをして煮込む
- ⑤野菜が柔らかくなったら、ブロッコリー、牛乳、塩を加え、ひと煮立ちさせる

## 外食でも 野菜摂取

外食時は特に野菜が不足がちです。似たようなメニューなら、より野菜の多いものを選びましょう。単品ではなく定食を選んだり、付け合わせの野菜を残さず食べたりすることもおすすめです。



かつ丼



とんかつ定食

チャーシューメン

五目ラーメン

## 「1食ごとに、いただきグー」ポスターを募集

### 園児の部

#### 最優秀賞

たいすい中央保育園  
(5歳児クラス)  
北村 木音さん →



優秀賞 羽津幼稚園(5歳児クラス) 岩淵 琴さん

### 小学4~6年生の部

#### 最優秀賞

八郷小学校6年  
服部 統也さん →



優秀賞 三重北小学校4年 樋口 紗那さん

### 小学1~3年生の部

#### 最優秀賞

八郷小学校3年  
服部 芙希さん →



優秀賞 桜台小学校3年 藤元 ゆめりさん

### 中学生の部

#### 最優秀賞

橋北中学校3年  
内山 佳奈子さん →



優秀賞 常磐中学校2年 今村 歩花さん

ちゃんねる  
運動



今回の特集の内容は、市政情報等提供番組「ちゃんねるよっかいち」[地デジ12ch(CTY)]でも紹介します。  
●2月1日(月)~10日(水)に放送 月・水・金・日曜日/9:30、20:30 火・木・土曜日/12:30、20:30

●この記事についてのお問い合わせ・ご意見は

健康づくり課 ☎354-8291 FAX353-6385



市立博物館  
天文ボランティア

# 伊藤 秀一さん

天文  
ボランティア  
募集中

詳しくは、広報よっかいち12月下旬号や市立博物館のホームページをご覧ください。



市立博物館が行う星空観望会などで解説する「天文ボランティア」。6期生として就任し、約20年にわたりボランティア活動をされている伊藤さんにお話を伺いました。

有料広告掲載欄

## みなと総合法律事務所

弁護士 杉岡 治 弁護士 森川 仁  
 弁護士 森田明美 弁護士 山本伊仁  
 弁護士 村林敏也 弁護士 村井隆仁

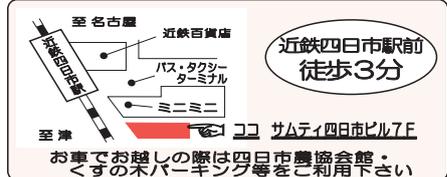
(三重弁護士会所属)

URL <http://minato-law.net>

### 【取扱業務】

商取引・不動産問題  
 交通事故などの損害賠償  
 相続・遺言・遺産  
 離婚 婚  
 破産・民事再生・債務整理  
 労働問題  
 刑事弁護  
 会社顧問・その他全般

相談料 30分 5,000円 60分 10,000円(各税別)



まずはお気軽に、ご相談下さい  
**☎(059)354-3355(代)**  
 受付時間 平日 9時~18時(土・日・祝日除く)

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

## ■天文ボランティアの仕事

移動天文車「きらら号」が出動するスターウォッチングのサポートをしています。

他にも博物館で旬の天文イベントを解説したり、天文工作の指導をしたり、幅広く活動しています。



ボランティア養成講座や勉強会で学び、実践の場で先輩方の解説を聞いて上手にできるように勉強しました。

観望会などに参加してくれる人が楽しんでくれたり、「分かった」と言ってくれたりすると、すごくうれしいですね。

特に子どもたちと話をしていると、素直な反応でキラキラした感想や鋭い視点の答えをくれるので、逆に勉強になります。



## ■子どもの頃から星が好き



小学生の頃に図鑑で見た土星や木星の形、大きさに惹かれました。そして親に買ってもらった天体望遠鏡で、実際に星を観察してすごく楽しかった記憶があります。

大人になってからも、ふと星空を眺めていますね。

## ■天文ボランティアとの出会い

社会人になって仕事が忙しかった20代の頃、日々の生活が職場と家庭の人間関係だけになっていました。そこでもっといろいろな人と関わって、いろいろなものを見たいと考えていたところ、広報紙で「ボランティアスクール」の記事を見掛けました。それに1年ほど参加して、福祉関係のボランティアとして活動をしました。

その後、同じく広報紙で天文ボランティア募集の記事を見つけ、もともと好きだった星空のことを通じて大勢の人と関われるかなと思い、参加することを決めました。

## ■日々勉強

はじめは、ただ星空を見るのが好きな天文ファンとして、人に教えるなんてできるのかと不安でした。 ↗

## ■1月の星のおすすめ

オリオン座と大星雲・すばる・冬の大三角が見頃です。冬は空気が澄んでいて、一等星も多いので明るい星空になりますよ。

そのかわりに冬の星空観察は、とにかく寒いので防寒対策と忍耐が必要です。

## ■参加者と一緒に楽しんで

観望会などで参加してくれた人と一緒に楽しめることが、いつもやりがいに繋がっています。

今よりもっと分かりやすく解説したり、たくさんの喜びや感動を皆さんと共感したりできるように、天文ボランティアを続けていきたいです。



1月放送のCTY「ちゃんねるよっかいち」やCTY-FM「よっかいちわいわい人探訪」でも紹介します。

有料広告掲載欄

入ってよかった  
**建労**  
四日市支部

随時加入者募集中

働きながら学ぶ夜間講習

**2級建築士 受験準備講座**  
受講生募集

随時受付中  
3月末日〆切

2級建築士試験の受験者を対象にした準備講座です。ベテランの講師陣による懇切ていねいな指導で、学科と設計・製図の講習をおこない、建築に関する知識のない方にもわかりやすく解説します。女性の受講生も年々増え、建築分野への進出がめざましいものがあります。

三重県建設労働組合四日市支部  
四日市市ときわ5丁目1-8 ☎(059)354-1531代

**木造建築科 訓練生募集**

随時受付中  
3月末日〆切

訓練校こそ  
技能取得への近道。  
仲間づくりの広場。

- 訓練期間 2年間（4月入校）
- 訓練日 毎週水曜日（昼間）
- 募集人員 20名程度
- 訓練内容 建築大工の養成訓練

三重県認定 四日市建設高等職業訓練校

職業訓練法人 四日市建設職業訓練協会  
四日市市ときわ5丁目1-8 ☎(059)354-1531代

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

## 【四日市市総合体育館開館記念イベント】 (仮称)体操ニッポン四日市エキシビジョン

国体推進課 (☎354-8462 FAX354-8338)

令和2年5月に開館した四日市市総合体育館の開館記念イベントとして、「(仮称)体操ニッポン四日市エキシビジョン」を開催します。

リオデジャネイロオリンピック体操競技男子団体総合金メダルを獲得した白井健三選手や、東海地方出身の寺本明日香選手など有名現役選手の出場が予定されています。普段ではテレビ越しでしか見ることができない

有名スポーツ選手を間近で見られるチャンスです。

2021年は三重とこわか国体・三重とこわか大会の年であるとともに、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の年でもあります。

記念すべき1年の始まりに、四日市市総合体育館で世界トップレベルの選手をぜひご覧ください。



**対**市内に在住、または通勤・通学する人

**時**1月31日(日)

**所**総合体育館

**定**1,000人程度  
(応募多数の場合は抽選)

**料**無料

**申**事前申し込み制。申し込み方法は、市ホームページ (HPID1607494974067) をご確認ください



第53回

## 恒例の昭和展、さて今年の展示は？

博物館・プラネタリウム (☎355-2700 FAX355-2704)



今年も「昭和の暮らし展」の季節がやってきました。この展覧会は、平成12年度にギャラリーやラウンジを使って開催した小学3年生のための学習支援展示「むかしの暮らし」をきっかけに、平成19年度からは特別展示室で本格的な企画展「昭和の暮らし」として開催しているもので、一般の人にも楽しんでもらえるものとなってきました。

世間では昨今の昭和ブームも

あり、いろいろな視点で昭和を懐かしむことが増えてきています。

当館では、ブームも追い風にながら、工夫を凝らした展示を考えてきました。最近では、「昭和のポスター」「ホーロー看板」「写真家がとらえた昭和の子ども」などをテーマに館外からも資料をお借りし、充実させてきました。

今年は、「昭和の風景」をテーマに、これまで収集してきたたくさんの館蔵品を中心に展示して

います。今年の目玉は、昭和31年の本市の中心市街地を再現した約120分の1スケールのジオラマ展示「市街地の鉄道の変遷」です。

今年も、この展覧会が皆さんの「いまの暮らし」を見つめ直す機会になることを願っています。



今年の展示風景

有料広告掲載欄

～創業嘉永年間 永年の信用と実績 お葬式・家族葬のことなら24時間365日お電話ください～



株式会社 ふじや本店  
光倫会館  
☎0120-114248

- 本社/四日市光倫会館  
〒510-0836 四日市市松本町北大谷2015  
[TEL] 059-351-1151 [FAX] 059-351-4224
- 光倫会館 桜ホール  
〒512-1211 四日市市桜町6613  
[TEL] 059-325-2482 [FAX] 059-325-2483
- 富田光倫会館  
〒510-8014 四日市市富田2丁目3-7  
[TEL] 059-361-2481 [FAX] 059-361-2482

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。



お薦め情報やこにゅうどうくんのイラスト、写真(テーマは自由)をお寄せください。  
**【応募方法】** ①名前(ペンネーム可) ②連絡先 ③お薦め情報(200字程度) またはコメント(50字以内) ④写真・画像データ(2MBまで)を、Eメールで、投稿ひろば専用アドレス(✉hiroba@city.yokkaichi.mie.jp)へ。



こにゅうどうくと四日市が大好きになったらいいなあ。(こっていーさん)



パイナップルのカットした葉付きの頭を植えて、育てています。3代目も完熟しておいしく食べました。(くうちゃんさん)



「もみじ谷」から山の紅葉と。谷は緑が多くてまだまだこれからのもみじ谷のようでした。※11月中旬撮影(みさりんさん)



保育園で描きました。ちょっと漢字を間違っちゃったけど「鬼滅の刃」に夢中です。(いっちゃんばあばさん)



伊坂ダムの帰り道の写真です。明日はきっと晴れるかな。(ハルさん)

※添削・修正・加工する場合があります

広報マーケティング課 (☎354-8244 FAX354-8315 ㊟1580454974466)

## パブリックコメント 第2次市民協働促進計画(素案)についての意見募集

問市民協働安全課 (☎354-8179 FAX354-8316 ✉shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp ㊟1606974243481)

本市では、総合的かつ計画的な市民協働の促進を図るため、四日市市民協働促進条例に基づき「市民協働促進計画」を策定しています。令和2年度をもって現計画期間が終了となることから、令和3年度から始まる第2次市民協働促進計画(次期計画)の策定に取り組んでおり、計画素案に対する市民の皆さんのご意見を募集します。



市ホームページ

### ■計画素案などの入手場所

市ホームページ、市民協働安全課(市役所5階)、市政情報センター(市役所北館1階)、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)、各地

### 区市民センター

#### ■資料配布・募集期間

1月12日(火)～2月10日(水)

#### ■意見を提出できる人

市内に在住、または通勤・通学する人  
**■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、または直接、〒510-8601 市民協働安全課へ(電話での受け付けはできません)

#### ◇「市民協働」とは

本市では、市民協働を「市民等、市民活動団体、議会、事業者及び市等が連携し、それぞれが持つ特性を生かしてまちづくりに取り組むこと」と定義しています。



市民協働の担い手と領域のイメージ

#### ◇次期計画が目指す姿

次期計画では、現行計画における課題を整理するとともに、総合計画における方向性や人口構造の変化を踏まえ、市民協働の意義・必要性を示します。その上で、withコロナ時代の協働のあり方など、新たな視点を含む四つの基本方針を掲げ、具体的な取り組みを展開していきます。

有料広告掲載欄

「こんなとき、どうすれば…?」お早めにお電話でご予約ください! ☎059-350-2080

近鉄四日市駅から徒歩1分! 南改札口(東口)すぐ!

### 交通事故

「事故にあい、治療中ですがこれからどうすれば…?」「後遺症の認定が非該当でした」

### 相続・遺言

「遺産のことで兄弟でもめています…」「遺留分とは何ですか?」

### 不動産・建築

契約書のことや建物の欠陥のことなど

### 離婚

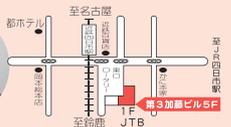
「親権や慰謝料・養育費のことで話がまとまりません」

### 企業法務など

企業様には今後の安心のため顧問契約(月額1万円～)を!

## 尾市法律事務所

弁護士 尾市 淳二 (三重弁護士会所属)  
 (財)日弁連交通事故相談センター三重県支部相談員・鈴鹿市役所市民法律相談担当弁護士  
 詳しくは「尾市法律」検索



本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。



# 市制施行123周年記念・NHK津放送局開局80周年記念 「NHKのど自慢」 出場者・観覧者募集

市制施行123周年を記念して、NHKのど自慢を開催します。  
**時予選会** 3月27日(土) 開会/12:00 結果発表/17:30ごろ(予定)  
**本選日** 3月28日(日) 開場/11:15 開演/11:50 終演/13:15(予定)  
**放送日時** 3月28日(日) 12:15~13:00(予定)  
**所** 文化会館

## ゲスト出演者



五木ひろし



香西かおり

## ◆応募方法

**出場申し込み** ~のど自慢に出場したい!~

**WEBの場合** 以下のNHKサイトの専用申し込みフォームからお申し込みください。  
<https://www.nhk.or.jp/tsu/> <締め切り> 2月8日 23:59

## 郵便往復はがき(私製を除く)の場合

以下の内容を明記してお申し込みください。※摩擦熱などで消えるペンは、使用しないでください

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>往信</p> <p>5148531</p> <p>NHK津放送局<br/>NHKのど自慢<br/>四日市市出場 係</p> <p>【往信表面】</p> | <p>※こちらの面には何も記入しないでください。選出結果を印刷します</p> <p>【返信裏面】</p> | <p>返信</p> <p>□□□□□□</p> <p>出場者(代表者)の<br/>①郵便番号<br/>②住所<br/>③名前</p> <p>【返信表面】</p> | <p>①郵便番号 ②住所<br/>③名前(ふりがな)<br/>④年齢 ⑤性別<br/>⑥電話番号<br/>⑦職業(具体的に。学生は部活動など)<br/>⑧歌う曲名(1曲)とその歌手名<br/>⑨その曲を選んだ理由(詳しく)</p> <p>【往信裏面】</p> |
|--|--|--|---|

※グループ(4人まで)の場合は①~⑤について全員分とメンバー関係(きょうだい、同僚、同級生)を明記の上、代表者がお申し込みください  
 ※応募は1人(1グループ)1通まで。応募多数の場合は予選定員150組を上限に選出の上、前日の予選会に出場していただきます。当選者には予選会の案内を、落選者には落選通知を3月12日ごろ返送します。記入に不備があった場合は無効となりますのでご注意ください  
 ※応募資格は中学生以上(中学生は保護者の同伴要。保護者の名前、電話番号も記入)で、原則アマチュアの人なら誰でも応募できます

## 観覧申し込み ~のど自慢を生で見たい!~

入場は無料ですが、本選日の観覧を希望する人は、郵便往復はがき(私製を除く)による事前の申し込みが必要です。次の内容を明記してお申し込みください。※摩擦熱などで消えるペンは、使用しないでください

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p>往信</p> <p>5148531</p> <p>NHK津放送局<br/>NHKのど自慢<br/>四日市市観覧 係</p> <p>【往信表面】</p> | <p>※こちらの面には何も記入しないでください。選出結果を印刷します</p> <p>【返信裏面】</p> | <p>返信</p> <p>□□□□□□</p> <p>観覧者(代表者)の<br/>①郵便番号<br/>②住所<br/>③名前</p> <p>【返信表面】</p> | <p>①郵便番号<br/>②住所<br/>③名前<br/>④電話番号<br/>⑤観覧希望人数(2人まで)</p> <p>【往信裏面】</p> |
|--|--|--|--|

※応募多数の場合は抽選の上、当選者には希望人数で入場できる整理券(2人まで)を、落選者には落選通知書を3月12日ごろ返送します。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、観覧者同士の間隔をとった座席を、整理券で事前に指定させていただきます  
 ※満1歳以上から整理券が必要です

インターネット売買サイトなどでの売買を目的とした申し込みは固くお断りします。

◆応募締切日 ○出場申し込み: 2月8日(必着) ○観覧申し込み: 2月15日(必着)

◆問い合わせ NHK津放送局 ☎059-229-3000(平日9:30~18:00) [HP https://www.nhk.or.jp/tsu/](https://www.nhk.or.jp/tsu/)

※新型コロナウイルスの感染状況、荒天などの影響により公演を中止する場合があります。その場合、他の公演への振替はありませんので、ご理解をお願いします。また事情により出演者や演出など番組内容を変更する場合があります。そのほか各地域の感染状況や移動制限などにより、出場・観覧者の地域を一部制限する場合があります。あらかじめご了承ください

※ご応募の際にいただいた情報は、抽選結果の連絡のほか、NHKでは受信料契約者情報との照合、受信料のお願いに使用させていただくことがあります

広報マーケティング課 (☎354-8244 FAX354-8315)

## 有料広告掲載欄



こんな人はぜひ一度ご相談ください!!  
院長 原田 聡



## 矯正歯科

★大人/約50万円程度 ★子ども/約5~30万円程度  
 歯科衛生士 時給:1,300円~1,550円以上  
 募集!! **パート** 社会保険完備(条件による)・交通費規定支給・車通勤可・平日夕方から勤務できる方大歓迎  
 ◎働きやすい環境◎他業種のワークOK◎復職される方、40~50代の方も歓迎

夏はらだ歯科クリニック ☎0594-27-5454  
 薬名市新西方7-22 イオンタウン薬名新西方内

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~14:00  | ○ | ○ | × | ○ | ○ | △ | △ |
| 15:30~19:00 | ○ | × | × | ○ | × | × | × |

休診日:水曜日、祝日  
 ▲...9:00~14:00

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

■人口 311,460人 [11月末日現在(前年比-243)] ■火災件数 7件 [11月分(前年比-3)] ■交通事故件数 747件 [11月分]

「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