

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。 ※掲載している内容は6月1日時点の情報です

骨髄などの提供を 支援します

保健予防課(☎352-0590 FAX351-3304
HP/D1001000001153)

白血病などの血液疾患に有効な骨髄等移植の適切な提供を図るため、骨髄などを提供した市民やその雇用事業者に奨励金を交付します。

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が要件です

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を提供した日から6カ月以内です

問 奨励金の申請については保健予防課へ。骨髄提供に関しては日本骨髄バンク(☎03-5280-1789
HP <https://www.jmdp.or.jp/>)へ

O157などの 腸管出血性大腸菌感染症に 注意しましょう

保健予防課(☎352-0595 FAX351-3304)
衛生指導課(☎352-0592 FAX351-3304)

毎年、初夏～秋は、腸管出血性大腸菌感染症が発生しやすい時期です。腸管出血性大腸菌は感染力がとても強い菌です。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は症状が重くなる傾向にあるため、特に注意が必要です。

■症状

腹痛・水様性の下痢などの他、血便がみられることもあります



※潜伏期間はおよそ3～8日

■感染経路 菌の付いた食物を食べたり、手に付いた菌がおもちゃやタオルなどを介して口に入ったりすることで感染します

■予防方法

①こまめに手を洗いましょう。アルコール消毒薬も有効です

②大腸菌は75℃以上で1分間加熱すると死滅します。調理の際は十分に加熱し、生肉や加熱不足の肉料理は食べないようにしましょう。また、焼き肉を食べる時は、生肉を取る箸と食べる箸を分けて使いましょう

③食品についた菌は、時間とともに増えるので、調理した食物はすぐに食べましょう

ストップ! 多頭飼育崩壊 ～避妊去勢手術をしましょう～

衛生指導課(☎352-0591 FAX351-3304)

飼っている動物の数が繁殖などで無秩序に増え、飼いきれなくなって周辺の生活環境を悪化させ、近隣に迷惑をかける「多頭飼育崩壊」が問題になっています。

◆多頭飼育崩壊を防ぐために

- 犬や猫を保護・飼育する際は、最優先で避妊去勢手術をしてください
- 家族や友人、知人が犬や猫を飼い

始めたら、最初の一匹に手術をするよう勧めてください

●保健所では手術費用を一部補助しています(メス1頭につき3000円、オス1頭につき2500円。事前申請が必要。詳細は要問い合わせ)

◆地域の環境問題対策として

野良猫の手術の補助制度もあります。(事前申請が必要。詳細は要問い合わせ)

7月は「社会を明るくする 運動」強調月間です

健康福祉課(☎354-8109 FAX359-0288)

この運動は、犯罪や非行の防止を図るとともに、過ちに陥った人たちの更生について理解を深め、明るい社会を築こうとするものです。この運動を支える募金「愛の資金」へ皆さんのご協力をお願いします。

また、犯罪や非行から更生しようとしている人を、地域の中で支援しているのが保護司です。犯罪や非行のない地域社会をつくるために、各地区で活動しています。

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
- 16 募集
- 18 その他
- 27 保健だより
- 30 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）
- ◆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）
- ◆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）
- ◆泗翠庵 ☎/FAX352-4960 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）
[HPhttp://www.city.yokkaichi.mie.jp/asakeplaza/](http://www.city.yokkaichi.mie.jp/asakeplaza/) [✉asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp)

日時	名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
7月1日(木)～15日(木)	楠歴史民俗資料館 企画展示 「銅板工芸・陶芸作品展」	楠歴史民俗資料館展示棟	内市民大学26期会銅板工芸・陶芸クラブの会員が制作した作品を展示 料無料 申不要 他出展者による制作手順説明会を7月10日(土) 13：00～15：00に開催	楠歴史民俗資料館
7月1日(木)～9月30日(木)	郷土作家展 「水彩画」	あさけプラザ 1階 展示コーナー	内水彩画10点程度。毎週作品を入れ替えます 料無料 申不要	あさけプラザ
7月2日(金)	四日市志創業応援隊 創業カフェ 「女性の創業セミナー②」	オンライン (Zoom)で開催	対これから創業を考えている人、創業後間もない人 内売れるための仕組みづくりや集客、事業のPR方法など、創業時に困らないための準備についてお話しします。2回シリーズの2回目（2回目のみの参加でも可） 師Office Aube代表取締役・中小企業診断士 五十嵐暁美さん 料無料 申事前に、四日市志創業応援隊ホームページ (HPhttp://www.yokkaichi-sogyo.com/) から	商工課 問四日市商工会議所経営支援課 (☎352-8290 FAX355-0728)
7月3日(土)	四日市市家庭婦人バレーボール審判講習会	中央第2体育館	対市内に在住する女性 料無料 持ママさんバレーガイドライン、長短ホイッスル、筆記用具、時計、体育館シューズ、審判の服装 申当日、8：15から会場で受け付け	スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)
7月4日(日)	吉崎海岸 早期清掃・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、ごみの清掃と外来植物の駆除をします。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 他マスク着用必須。雨天決行。中止の場合はホームページ (HPhttps://www.facebook.com/umigame2009/) 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)
7月7日(水)・9日(金)・13日(火)・21日(水) 全4回	四日市市学童野球教室	四日市ドーム	対市内に在住、または通学する小学生(初心者も可) 定30人(応募多数の場合は抽選。当選者は7月1日にスポーツ協会ホームページで発表) 料無料 持あればバットやグローブ 申6月30日までに、所定の申込用紙を、ファクスで、または直接、中央緑地施設管理事務所へ。申込書は、同所、ホームページ (HPhttp://www.y-sports.jp/) で入手できます	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)
7月8日(木)	第73回 中庭コンサート 「民謡 ゆかた会」	あさけプラザ 中庭 (雨天の場合は1階 ロビー)	内津軽じょんがら新旧節、伊勢音頭、会津磐梯山などの演奏 ■出演 津軽三味線「義結会」、民謡「向陽会」、民謡「藤寿栄会」 料無料 申不要	あさけプラザ
①7月10日 ②7月31日 (いずれも土曜日)	定期普通救命講習	①中消防署 ②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①7月3日②7月24日までに、電話で、消防本部消防救急課へ	消防本部消防救急課 (☎356-2006 FAX356-2016)
7月11日(日)	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)	■一六タルト柚子(愛媛県松山市) 料1服500円 申不要(5人以上は要電話予約) 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。1テーブルにつき1人のみ。マスク着用必須。検温・連絡先の記載あり	泗翠庵
7月12日(月)	〇〇広場 「アラフォーママ集まれ」	こども子育て交流プラザ	対40歳前後の母親 内アラフォーのママ同士が集まって、子育てについておしゃべりしましょう。月ごとにテーマが変わります 定12組(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	こども子育て交流プラザ

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
7月16日(金) ～31日(土)	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 企画展示 「銅板工芸作品展」	楠歴史民俗資 料館展示棟	内熟年大学銅板工芸同好会会員の作品を展示し、 銅板の魅力をお伝えします 料無料 申不要	楠歴史民俗資 料館
7月17日(土)	9:30 ～ 15:30	司法書士による 無料相談会	総合会館7階 第1研修室	内相続や借金返済などのトラブルに関する相談 料無料 申不要 他駐車場の用意はありません	市民・消費生活相談室 問三重県司法書士会 四日市支部 天野 (☎340-2200)
	10:00 ～ 12:30 (9:30 受け付け)	Bizcafeよっかいち	オンライン (Zoom)で 開催	対起業家と起業を目指す人、起業に興味がある人 内事業を立ち上げ、イベント企画プロデュースなど でご活躍中の吉田さんをお招きします 師発酵プ ロモーションズ代表 吉田さき子さん 定20人(先 着順) 料無料 申事前に、Bizcafeよっかいちのホ ームページ(http://www.bizcafe41.jp/)から	商工課 問サイバーネット・コ ミュニケーション機 ズ・スクエアよっかいち (☎329-5407 FAX329-5408)
7月18日(日)	①9:30 ～10:00 ②10:00 ～10:30 ③10:30 ～11:00 ④11:00 ～11:30	カブトムシをつか まえよう	こども子育て 交流プラザ	対4歳～小学生 内同プラザで虫捕り体験をしま しょう。捕まえたカブトムシは、1人1匹持ち帰 ることができる 定各25人(先着順。定員に満 たない場合は当日受け付け可) 料無料 申6月30日15:30以降に、電話で、または直接、 同プラザへ 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	こども子育て 交流プラザ
	14:00 ～ 15:00	すわSUNDAY ライブ	すわ公園交流 館	内平成17年モリダイラ楽器主催のギターコンテスト 最優秀1位、平成18年アメリカ・ウィンフィールドのギ ターコンテストトップ5入賞の経歴を持つ、竹内いちろ うさんによるソロギターの音色をお楽しみください(会 場の様子をすわ公園交流館Facebookアカウントで ライブ配信予定) 定15人(会場定員。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	すわ公園交流 館
7月19日(月)	13:30 ～ 16:30 (13:00 受け付け)	外国人雇用企業向 け講演会	オンライン (Zoom)で 開催	対市内または周辺地域に所在し、外国人を雇用し ている企業など 定70人 料無料 申7月9日 までに、(公財)三重県国際交流財団へ 他内容や講師など詳しくは、同財団ホームページ (http://www.mief.or.jp/) へ	多文化共生推進室 問(公財)三重県 国際交流財団 (☎059-223-5006 FAX059-223-5007)
7月21日(水)	13:30 から	 7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 師社日本3B体操協会公認指導士 藤井信子さん 定18人(当日、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
7月22日(祝)	10:00 ～ 21:00	今年の「海の日」 は7月22日 「海の日」には港へ 行こう	四日市港ポ ートビル14階 展望展示室 「うみでらす14」	内平成8年、海の恩恵に感謝するとともに、海洋国 日本の繁栄を願う日として、「海の日」が国民の祝日 とされました。「海の日」を記念して、来場者に記念品 を配布します(先着300人) 料高校生以上310円 (展望展示室入場料)、中学生以下無料 申不要	政策推進課 問四日市港管 理組合振興課 (☎366-7022 FAX366-7025)
7月23日(祝)	10:00 上映 (9:30 開場)	映画上映会 Mihama de Cinema 「ハルをさがして」	三浜文化会館 2階 視聴覚 室	内3.11の震災後の福島を舞台に、ひと夏の経験を通して 少年少女たちの成長を描いた作品(2015年。日本映画) 定45人(当日、先着順) 料無料 申不要 他マスク着 用必須。受け付けで検温と名前、連絡先を登録します	四日市市文化 会館
	11:00 ～ 15:00	第47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(会場の様子をすわ公園交 流館Facebookアカウントでライブ配信予定) 定10 人(会場定員) 料無料 申不要 他マスク着用必須	すわ公園交流 館
7月24日(土)	①10:00 ～12:00 ②13:30 ～15:30	夏のこども教室 (計量講座)	総合会館7階 第1研修室	対市内に在住する小学4～6年生と保護者 内はか りの歴史のお話と、棒はかりの工作 定各10組(先 着順) 料無料 申7月16日(必着)までに、講座名、 希望時間(午前か午後)、住所、子どもの名前(ふりが な)・学校名・学年、電話番号、同伴する保護者の名前 を、往復はがきで、市民・消費生活相談室へ	市民・消費生活 相談室 (〒510-8601 ☎354-8147 FAX354-8452)
7月25日(日)	①10:00 ～11:30 ②13:30 ～14:30	夏のこども教室 「消費講座」ゲーム でチャレンジ!め ざせ!おこづかい マスター!!		対市内に在住する小学4～6年生と保護者 内おこづ かいゲームを楽しみながら、お金の大切さや役割、賢い使 い方を学びます 定各10組(先着順) 料無料 申7月16 日(必着)までに、講座名、希望時間(午前か午後)、住所、子 どもの名前(ふりがな)・学校名・学年、電話番号、同伴する 保護者の名前を、往復はがきで、市民・消費生活相談室へ	

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	
7月25日(日)	①10:00 ~12:00 ②13:30 ~15:30	夏休み 陶芸講座 四日市萬古焼を作ろう	勤労者・市民 交流センター 陶芸室	対小学生(3年生以下は保護者同伴) 内手びねりでカップ・皿作り 師萬古焼作家 前田和豊さん 定各6人(先着順) 料1,200円 持エプロン、手ふきタオル、飲み物、汚れてもいい服装 申7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
	13:00 ~15:00	こども四日市ワークショップ2021 「ぬいぐるみづくり」	すわ公園交流館	対小学生 内自分だけのかわいいキャラクターを考えて、フェルトを使って縫い、ぬいぐるみを作ります。作った作品は持ち帰れます 定10人(申し込み先着順) 料300円または300円 申事前に、同館へ 他マスク着用必須	すわ公園交流館
7月28日(水) ~30日(金)	① 9:30 から ② 13:30 から	子ども陶芸教室・コンクール	ばんこの里会館	対市内に在住する小学生 内萬古焼の成形(絵付けは9月) 定各24人程度(応募多数の場合は抽選) 料1,000円 申7月5日(当日消印有効)までに、住所、名前(ふりがな)、学校名・学年、電話番号、受講希望日と希望時間(第2希望まで)を、はがきかファクス、Eメールで、ばんこの里会館「子ども陶芸教室」係へ。グループの場合は全員の必要事項と代表者名を記入してください	商工課 ばんこの里会館(〒510-0035 陶栄町4-8 ☎330-2020 FAX330-2021 ✉bankonosa to@m2.cty-net.ne.jp)
7月28日(水) ~ 8月22日(日) ※月曜日・第2 火曜日休館	9:30 ~ 17:00	第24回発掘展 ~子どもの ための 考古学~	市立図書館2 階 展示コー ナー	内久留倍遺跡や四日市代官所跡から出土した土器などを展示 料無料 見どころ説明 対小学6年生以上 時7月28日(水) 10:00~12:00 内展示中の土器を説明し、素朴な疑問にも答えます 定6人程度(当日、先着順) 料無料 申不要	社会教育・文化財課 (☎354-8240 FAX354-8308)
7月29日(木)	①10:00 ~11:00 ②11:00 ~12:00	すわ環境講座 「かがらフォト フレームづくり」	すわ公園交流館	対小・中学生(小学3年生以下は保護者同伴) 内環境の話を聞いた後、いろいろな種類の貝殻を使って自分だけのフォトフレームを作ります(①②とも同内容) 師四日市公害と環境未来館活動室 定各8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	すわ公園交流館
7月30日(金)、 8月6日(金) ・18日(水) ・21日(土) 全4回	10:00 ~ 12:00	企業OBが教える 小中学生ものづくり 講座「LEDを点 滅させて走るロボ ットを作ろう」	橋北交流会館 3階 企業O B人材センタ ー	対市内に在住する小学4年~中学生 内ロボットを製作し、ロボットを動かしたりLEDで光らせたりするためのプログラミングを学びます 定16人(先着順) 料2,000円 持パソコン(OSはWin10、Win8、Win8.1)、プラスドライバー(2号・ネジ頭部の直径5ミリ)、筆記用具、ノート 申事前に、同センターホームページ(http://yokkaichi-obcenter.jp)から、または電話(平日10:00~15:00)で、同センターへ 他1回目の講座で、各自のパソコンにプログラミングに必要な制御ソフトをインストールします	企業OB人材センター (☎330-5001 FAX330-5002)
7月31日(土)	9:30 ~ 12:00 (9:00 受け付け)	楠歴史民俗資料館 「筆遊び」	楠歴史民俗資料館	対小学生 内今使っている筆を書きやすい筆に変身させて、易しい言葉やことわざ、四字熟語などを書いてみましょう 定10人(先着順) 料100円 持学校で使っている習字用具一式(墨、半紙、画用紙などは準備します) 申7月9日~27日(9:00~17:00)に、電話で、または直接、同館へ 他7月27日までに、今使っている筆に名前を書いて同館へお持ちください。当日、きれいにして返却します	楠歴史民俗資料館
	①10:00 ~12:00 ②13:00 ~15:00	夏休みこども教室 第1弾 ロボット教室	勤労者・市民 交流センター 東館第5会議 室	対年中~小学生(保護者同伴) 内プログラミング的思考の基礎を楽しみながら学ぶ教室。ブロックを組み立てて動くロボットを作ります(体験のみ。持ち帰り不可) 定各10組(先着順) 料無料 持飲み物 申6月26日以降に、電話で、または直接、同センターへ 他申し込みが2組以下の場合中止	勤労者・市民交流センター
	①10:00 ~11:00 ②13:00 ~14:00 ③15:30 ~16:30	サイエンス教室 「夏のオブジェづくり」	こども子育て 交流プラザ	対小学生 内人エイクラの作り方を応用して、夏のオブジェを作りましょう 定各10人(先着順。定員に満たない場合は当日受け付け可) 料無料 申6月30日15:30以降に、電話で、または直接、同プラザへ 他詳しくは、ホームページまたは「ここ通信」をご覧ください 協力 WDB株式会社	こども子育て交流プラザ

日時		名称	場所	申し込みなど	問い合わせ先など
8月3日(火)	13:30 ～ 15:30 (13:00～ 15:00 受け付け)	障がいのある学生・ 生徒のための企業 説明会	文化会館展示 棟	対特別支援学校・一般高等学校・大学・短大・専 門学校の卒業予定者（または卒業後おおむね3年 以内の既卒者）で障害のある人、保護者、学校関 係者、支援者。特別支援学校のみ1・2年生も可 （ただし、企業説明会は特別支援学校実習可能な企 業に限る）内障害者の就職促進と、障害者雇用に 理解のある事業者への支援を目的とした就職説明 会 申7月21日までに、ハローワーク四日市へ	商工課 問ハローワー ク四日市 (☎353-5566 FAX353-7744)
8月3日(火) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30 4日(水) ③10:00～12:00 ④13:30～15:30		夏休み工作教室 ①プログラミング ロボットⅠ ②ワイルドミニ四 駆工作 ③飛ばして遊んで 航空力学 ④プログラミング ロボットⅡ	あさけプラザ 2階 第4・ 5展示会議室	対市内か三重郡に在住、または通学する小学生と 保護者 定各15組(子ども1人と保護者1人で1 組。応募多数の場合は抽選) 料①②④1,500円 ③1,000円(材料費) 申7月18日(必着)までに、希望講座番号、保護者 の住所・名前・電話番号、子どもの名前(ふりが な)・学校名・学年を、Eメールで、同プラザ図書 館「夏休み工作教室」係へ 他①④は同内容	あさけプラザ 図書館 (☎363-0102 FAX361-1990 ✉asakeplaza @city.yokkaic hi.mie.jp)
8月4日(水)	18:30 ～ 20:30 (18:00 開場)	 こころの健康 づくり講演会 「このコロナ禍一 何をすべきか？ ～自律神経と腸内 環境の 重要性 ～」	文化会館第2 ホール	対市内に在住、または通勤・通学する人 内腸内環 境や自律神経研究の第一人者で、医師としてテレビ や著書などさまざまなメディアで活躍する小林弘幸 さんを招いた講演会 定200人程度(応募多数の 場合は抽選) 料無料 申7月14日(必着)までに、 住所、名前、電話番号を、はがきか郵送(チラシの申 込書を同封)、ファクスで、または申し 込みフォーム(右記二次元コード)から、 保健予防課へ。申し込み1回につき 1人分まで 他託児なし	保健予防課 (〒510-0085 諏訪町2-2 ☎352-0596 FAX351-3304)
8月5日(木)	9:30 ～ 11:00	プリザーブドフラ ワー講座	勤労者・市民 交流センター 東館第2会議 室	内夏のラベンダーアレンジ 師国際フラワーアレン ジメント協会 川口久美さん 定15人(先着順) 料2,000円 持持ち帰り用袋、ウェットティッシュ、 木工用接着剤、ピンセット、ワイヤーを切るはさみ 申7月5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
8月7日(土)	9:30 ～ 12:00	地産地消料理教室 「夏休み親子料理 ～三重のおさかな 料理トイワシの手 開きに挑戦!!～」	あさけプラザ 2階 料理室	対市内か三重郡に在住、または通学する小学生と保 護者 師季節ごはん教室niwacoya主宰・管理栄養 士 柵山咲子さん、料理教室Hapi Aina主宰・マイ ロビオティックス・コンシェルジュ 松山千奈美さん 定12組(子ども1人と保護者1人で1組。応募多数 の場合は抽選) 料1,500円/組 持エプロン、ふ きん、筆記用具 申7月24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、託児を希望する場合は託児する子どもの名前 (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。申し込み時に要予約)	あさけプラザ
8月8日(祝) ・22日(日) (原則、両日参 加)	9:30 ～ 12:00	夏休み子ども陶芸 教室	あさけプラザ 3階 美術室	対市内か三重郡に在住、または通学する小学生と保 護者 内筆立てを作り、着色します 師松平順彦さ ん、竹内薫範さん 定18組(子ども1人と保護者1 人で1組。応募多数の場合は抽選) 料500円/組 持汚れてもいい服装、エプロン、水彩用具(22日の み) 申7月25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 復はがきかEメールで、同プラザへ	
8月22日(日)	8:20から 計量 9:45から 競技	市民レスリング大 会	四日市市中央 第2体育館	階級 軽量級・中量級・重量級 色クラス 幼 年・小学生・中学生・女子(中学生以上)・一般 料1,500円/人 申7月16日までに、所定の用紙 に参加料を添えて、スポーツ協会またはレスリン グ協会へ。用紙はスポーツ協会ホームページ(HP http://www.y-sports.jp/) から入手できます	スポーツ課 問スポーツ協会 (中央緑地施設 管理事務所内 ☎354-4111 FAX346-7767)
9月～令和4年2月のう ち3カ月程度(受講内容 により異なる)		ひとり親家庭のため の「技能習得講 座 パソコン講座」	システム本舗 えふ ディー ドットステー ション四日市 教室(堀木二 丁目)	対市内に在住、または通勤している、ひとり親家庭 の親で、本講座を受講したことがない人 師教室長 福田久穂さん 定6人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申7月23日(必着)までに、住所、名前(ふ りがな)、年齢、性別、日中連絡の取れる電話番号、 あればメールアドレスを、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	母子・父子福祉セン ター(〒510-0085 諏訪町2-2 ☎/FAX354-8277 ✉o-f.center @yokkaichi-s hakyo.or.jp)

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)

[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

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

※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・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、事前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-kanyoumiraikan@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ので、ご了承ください

時	内	申し込みなど	問
	おうちで学ぶ環境教室 ～UVビーズストラップ作り～ UVビーズストラップの工作キットを使って、太陽の光や紫外線について学べます。	対小学生 定20人(応募多数の場合は抽選。当選者には工作キットを送付) 料無料 申7月6日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「UVビーズ」係へ	B
7月11日(日) 13:30~15:00	江戸時代のくらしに学ぶエコ 江戸時代はリサイクル社会と呼ばれています。昔の知恵に学び、私たちでできるエコな生活を考えます。	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10人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申6月30日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「江戸時代」係へ	A
7月17日(土) 10:00~11:30	子ども自然探検隊 里山の昆虫採集(トンボ編) 水辺に集まるトンボの種類や生態を観察しましょう。	対小・中学生(保護者同伴) 所川島町 師日本トンボ学会 松沢孝晋 ^{たかのぶ} さん 定25人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申7月3日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「トンボ」係へ	B
7月17日(土) 18:30~20:30	自然観察会 夜のいきもの探検 ～セミの羽化、カラスウリ～ 昼間にはなかなか見ることのできない生き物たちの夜の様子を見に行きましょう。夜しか見られない生き物を探します。	所南部丘陵公園南ゾーン小動物園北側広場 定40人 師四日市自然保護推進委員会 料無料 持懐中電灯 申6月30日(必着)までに、往復はがきかファクスで、四日市公害と環境未来館「自然観察会」係へ。同館ホームページからも申し込みます 他中学生以下は保護者同伴。少雨決行(当日17:30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
7月18日(日) 10:00~11:30	子ども環境教室 はじめての生き物の飼い方 カブトムシを例に、生き物の育て方を学びます。	対小学生(保護者同伴) 所じばさん三重2階 研修室4 師桑名高等学校Mirai研究所 定16人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申7月4日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「いきもの」係へ	B
7月22日(祝) 10:00~11:30	子どもエコゼミ ごみ学習 私たちが毎日出すごみについて、どのように処理されているのか、ごみを減らすためにできることなどを学びます。	対小学生(保護者同伴) 所1階 研修・実習室 定16人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申7月8日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「ごみ学習」係へ	B
7月22日(祝) 8月15日(日)	オンラインで学ぶ四日市公害 四日市公害の概要を40分程度でまとめた動画をユーチューブで配信します。(申込者にURLを送付)	対小学4年~中学生で、インターネット環境がある人 料無料 申Eメールで、同館「オンラインで公害」係へ。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
7月23日(祝) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	子どもエコゼミ ペットボトル水族館 海の生き物について学び、オリジナル水族館を作りましょう。	対小学1~3年生(保護者同伴) 所1階 研修・実習室 定16人(応募多数の場合は抽選) 料無料 申7月9日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「ペットボトル水族館」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
7月25日(日) ①10:00~12:00 ②13:30~16:30	公害・環境の自由研究まとめ方相談 公害や環境に関する自由研究の取り組み方、まとめ方を相談できます。	対 小・中学生(小学生は保護者同伴) 所 1階 研修・実習室 定 各10人 [応募多数の場合は抽選。空きがある場合は(要事前問い合わせ)、当日参加可] 料 無料 申 7月11日(必着)までに、希望時間帯があれば明記し、四日市公害と環境未来館「まとめ方相談」係へ	A
7月31日(土) 13:30~15:00	こどもエコゼミ 松葉で空気の汚れ調べ 顕微鏡で松の葉を観察し、空気の汚れ具合を調べます。	対 小学4年~中学生(保護者同伴可) 所 1階 研修・実習室 定 10人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月17日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「松葉」係へ	B
8月1日(日) 13:30~15:00	四日市公害の語り部さんのお話を聞こう(谷田輝子さん) 四日市公害によるぜん息の発作でお子さんを亡くされた谷田さんのお話を伺います。	対 小学3年~中学生(小学生は保護者同伴) 所 1階 講座室 定 20人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月18日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「語り部谷田さん」係へ	A
8月4日(水) 9:00~11:00	自然観察会 溪谷のいきものと石ころ調査 ~山の昆虫、花、河原の石~ 夏休みに虫取り網を持って山の昆虫を探しに行きましよう。河原の石の観察もします。	所 宮妻峡駐車場 師 四日市自然保護推進委員会 定 40人 料 無料 持 帽子、飲み物 申 6月30日(必着)までに、往復はがきかファクスで、四日市公害と環境未来館「自然観察会」係へ。同館ホームページからも申し込みます 他 少雨決行(当日8:00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
8月4日(水) 13:30~15:00	こどもエコゼミ CO2ダイエット作戦 地球温暖化を学んで、環境に優しい暮らし方を考えましよう。バーチャルリアリティで工場見学を体験できます。	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 師 キオクシア(株)四日市工場社員 定 16人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月21日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「CO2ダイエット」係へ	B
8月7日(土) 10:00~11:30	証言映像から学ぶ四日市公害 四日市公害と環境未来館が制作した、語り部による証言映像をもとに、四日市公害を多面的に学びます。	対 小学5年~中学生(小学生は保護者同伴) 所 1階 講座室 定 20人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月25日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「語り部映像」係へ	A
8月8日(祝) ①10:00~11:00 ②13:00~14:00 ③15:00~16:00	こどもエコゼミ ぶんぶんゴマでトマトジュースをぶんりしよう! ぶんぶんゴマで楽しく遊びながら、さまざまな実験に欠かせない技術、遠心分離について学びましよう。	対 小学3年~6年生(保護者同伴) 所 1階 研修・実習室 師 WDB(株)エウレカ社員 定 各16人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月25日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「ぶんぶんゴマ」係へ	B
8月13日(金) 10:00~11:30	こどもエコゼミ 四日市公害 四日市公害の概要や当時の子どもたちの様子について、館内見学を交えて紹介します。	対 小学4年~中学生(保護者同伴可) 所 1階 研修・実習室 定 16人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月30日(必着)までに、四日市公害と環境未来館「四日市公害」係へ	B
9月12日(日) 10:00~12:00	自然観察会 川のいきもの調査 ~魚や水生昆虫~ 川には魚の他にもたくさんの生き物がいます。普段なかなか見ることのできない水の中の生き物を観察しましよう。	所 保々地区市民センター 師 四日市自然保護推進委員会 定 40人 料 無料 持 帽子、飲み物、魚網、バケツ、濡れてもよい運動靴など 申 6月30日(必着)までに、往復はがきかファクスで、四日市公害と環境未来館「自然観察会」係へ。同館ホームページからも申し込みます 他 少雨決行(当日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

暮らしの情報

イベント・講座

募集

その他

保健だより

■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
7月3日(土) 9月5日(日)	特別展「ミュシャ ~アール・ヌーヴォーの華~」 アール・ヌーヴォーの代表的画家アルフォンス・ミュシャは、華やかで洗練されたポスターや装飾を手掛け、そのデザインは今なお多くの人々を魅了し続けています。ミュシャの幅広い活動の軌跡と世界観をご紹介します。	所 4階 特別展示室 料 一般1,100円、高校・大学生500円、中学生以下無料 他 月曜日休館(祝・休日の場合はその翌平日。ただし、8月16日は開館)

そらんぼ通信

時	内	申し込みなど
7月4日(日) 13:15~15:15	時空街道ツアー ex ③ 4の付く日曜日・祝日に行く時空街道ツアーexは、常設展とプラネタリウム環境番組をご覧いただく「そらんぼ四日市」のコンセプトツアーです。博物館ボランティアがご案内します。	所 3階 常設展示室 時空街道入口集合 定 20人 (当日、先着順) 料 無料 申 不要
7月10日(土) 18:20~20:00	宇宙塾①「失われゆく夜について考える」 今、夜が少しずつ失われています。それは、私たちが使用する照明によって引き起こされる「光害」が原因です。光害について詳しくお話しいただきます。	当日9:30から、1階 総合受付で座席券を 発券します(1人につき1席分まで)。 所 5階 プラネタリウム 師 四日市大学環境 情報学部助教 黒田淳哉さん 定 70人 料 無料 他 中学生以下は保護者同伴。難易度 初級(中学校程度)。手話通訳、要約筆記あり
7月17日(土) 13:30~15:00	ミュージアムセミナー②「マンガとミュージアム ~マンガと社会の関係から考える~」 気鋭の研究者によるセミナー。今年度は新しいメディア芸術とミュージアムがテーマです。今回はマンガとの関係についてお話しします。	所 1階 講座室 師 京都精華大学国際マンガ研究センター特任 准教授 伊藤遊さん 定 50人 (当日、先着順) 料 300円 申 不要 他 手話通訳・要約筆記あり
7月18日(日) 9:30~12:00	「ベビーカーDAY」 毎月第3日曜日は「家庭の日」。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。幼児や赤ちゃんと展覧会・プラネタリウムをご覧になりませんか。もちろん一般のお客さんも大歓迎です。館内が少しにぎやかな日になりますが、ご了承ください。	所 2・3階 常設展示室、4階 特別展示室、 5階 プラネタリウム 料 無料(ただし、展覧会やプラネタリウムは 観覧料が必要) 申 不要 他 プラネタリウムは、10:05からの幼児番組 はじめてのプラネタリウム「なないろどうわ プラネタリウム」が対象です
7月18日(日) 10:00~11:30	子ども博物館教室 親と子のプチわーくしょっぷ① 「わくわく水族館をつくろう！」 親子で触れ合いながら、色とりどりの海の生き物たちを作ります。みんなですてきな水族館を作りませんか。	対 小学1~3年生向け(保護者同伴) 所 1階 講座室 定 20組(保護者を含め1組 3人以内) 料 100円/人 申 7月8日(必着)までに、博物館「わくわく 水族館」係へ
7月24日(土) 14:00~15:00	コズミックスクール③ 「三球儀をつくろう」 月の形が変わる秘密が分かる模型作りです。	対 小学3年生以上と保護者 所 1階 講座室 定 16組(応募多数の場合は抽選) 料 400円/組 申 7月14日(必着)までに、博 物館「三球儀をつくろう」係へ
7月24日(土) 20:00~21:30	きらら号スターウォッチング 「夏の大三角を見よう」 夏の大三角の星を観察します。	所 市民公園(博物館前) 料 無料 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。参加者が多い場合は受け付けを制限 することがあります
7月25日(日) 13:30~15:00	展覧会行事 ワークショップ 「キッチンリトグラフ」 特別展「ミュシャ」の展覧会行事です。キッチンにある身近なものでリトグラフ(石版画)を体験します。	所 1階 講座室 定 20人(応募多数の場合は抽選) 料 無料 申 7月15日(必着)までに、博物館「キッチン リトグラフ」係へ
7月31日(土) 18:20~20:00	宇宙塾② 「宇宙大航海時代へ~漆黒の大宇宙への冒険~」 小惑星探査機「はやぶさ」のイオンエンジン開発者で、「はやぶさ2」の前プロジェクトマネージャーでもある <small>くになかみ</small> 國中均さんに、「はやぶさ」「はやぶさ2」への思いや、来る宇宙大航海時代への展望などをお話しいただきます。	当日9:30から、1階 総合受付で座席券を 発券します(1人につき1席分まで) 所 5階 プラネタリウム 定 70人 料 無料 師 JAXA宇宙科学研究所所長 國中均さん(リ モート出演) 他 中学生以下は保護者同伴。難易度中級(高 校程度)。手話通訳・要約筆記あり
8月1日(日) 10:00~12:00	子ども博物館教室 ワークショップ④「紋切りうちわ」 子どもたちが博物館に興味を持てるよう季節や展覧会に合わせた教室を開催します。今回は日本の伝統文化「紋切り」をもとに、世界にひとつのすてきなうちわを作ります。	対 小学3年~中学生向け 所 1階 講座室 定 20人(応募多数の場合は抽選) 料 100円 申 7月22日(必着)までに、博物館 「紋切りうちわ」係へ
8月14日(土) 18:20~20:00	プラネタリウムコンサート 「たなばた・JAZZライブコンサート」 今年の8月14日は旧暦の7月7日。ジャズのラブソングを生演奏でお送りします。ピアノ・ボーカルとサックスのデュオによるジャズソングを、織姫と彦星が輝く満天の星空でお楽しみください。	出演 森谷ワカさん、早川ふみさん 所 5階 プラネタリウム 定 70人 料 一席600円(7月14日から1階 総合受付 で販売)

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

混雑状況により、ご参加いただけない場合があります。

7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7月8日・15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 定10組程度

●絵本ライブラリー

時7月10日(土) 14:30から

内いろいろな絵本の読み聞かせをします

●おはなしぎんのかい

時7月11日(日) 14:30から

内「銀の^{かい}權」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

●おはなしと読みきかせ

時7月21日(水) 15:30から

内四日市おはなしの会「赤とんぼ」による、日本や世界の昔話の語りと絵本の読み聞かせ

おはなし会拡大版 (料無料 申不要)

..... 所1階 児童室

●夏の絵本の読みきかせ

時7月17日(土) 14:00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

●夏のおはなし会

時7月24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

●夏のおはなしびっくりBOX

時7月28日(水) 14:00から

内「Can」による絵本の読み聞かせや、手遊びなど

●小学生版 夏のおはなしぎんのかい

対小学生以上 時7月30日(金) 14:30から

内「銀の^{かい}權」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

図書展示「食の安全・安心」(料無料 申不要)

時6月18日(金)~7月25日(日) 9:30~17:00

所2階 展示コーナー

内食の安全・安心に関連する本を紹介し、食品表示に関するパネルも展示します

夏の子ども向け講座 (料無料)

対市内に在住、または通学する小学生 所3階 会議室
 定各10人(応募多数の場合は抽選。②は初めての人を優先)
 申①②7月7日 ③7月15日(必着)までに、住所、名前(フリガナ)、電話番号、学校名・学年を、往復はがきで、市立図書館の各係(①「リサイクル工作 in 図書館」係 ②「手づくり絵本講座」係 ③「子ども点字教室」係)へ。往復はがき1枚につき、①は2人、②は1人(ただし、きょうだいは一緒に申し込み可)、③は1人まで。直接申し込む場合は、宛先に参加者の住所、名前(フリガナ)を書いた通常はがきを、同館へ

①リサイクル工作 in 図書館

時7月22日(祝) 10:00~12:00

内図書館の不用品(レシート芯など)を使い、いろいろな動物を作ってみましょう 師クラフトおじさんズ

②手づくり絵本講座(3回連続講座)

時7月29日(木)・30日(金)、8月5日(木) 9:30~11:30

内世界に一冊だけの自分の絵本を作ってみませんか

③子ども点字教室

時8月6日(金) 10:00~12:00(小学1~3年生)、
13:30~15:30(小学4~6年生)

内点字の読み方を覚え、道具を使って書く練習をします

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

7月のおはなし会 (料無料 申不要)

..... 所1階 図書館

●紙しばい

時7月3日(土) 14:00~14:30

●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7月7日・21日(いずれも水曜日) 11:00から

●ぐんぐんさん(3歳から)の読み聞かせ

対幼児と保護者 時7月17日(土) 14:00から

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

7月のおはなし会 (料無料 申不要)

●おはなし会

時7月10日(土) 15:00から 所2階 研修室

内「ももたろうの会」による読み聞かせ

●なつやすみ おはなし会

対小学生以下(未就学児は保護者同伴)

時7月29日(木) 10:30から 所2階 大集会室

内「ももたろうの会」による読み聞かせなど

四日市ドーム教室

四日市ドーム (☎330-3131 FAX330-3133 HP <https://www.yokkaichidome.com/>)

所 四日市ドーム

申 7月1日(必着)までに、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、日中連絡のつく電話番号、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(現在教室に参加している場合は、返信用の通常はがきを持って直接申し込みも可)

他 ●応募多数の場合は抽選 ●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、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更となる場合があります。詳しくは、四日市ドームのホームページをご確認ください

■スポーツ教室

教室名	対	内	時	定	料
フィットフラ教室 師 舘みゆきさん	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 7/20・27、8/3・17・24・31、9/7・14 全8回 13:00~14:00	20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、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 7/20・27、8/3・17・24・31、9/7・14 全8回 14:15~15:15	20人	4,000円
からだらくらく体操 師 早見智佳子さん	一般	身近なタオルを使って、筋力アップ、柔軟をして、全身運動をします。家でも続けられるよう、一緒に頑張りましょう。	火 7/20・27、8/3・17・24・31、9/7・14 全8回 15:30~16:30	20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 7/20・27、8/3・17・24・31、9/7・14 全8回 19:30~20:30 金 7/16・23・30、8/6・13・20・27、9/3・17 全9回 18:30~19:30	各 20人	4,000円 4,500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参加できます。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 7/21、8/4・25、9/1・8・15 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	子どもの大好きな遊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 7/21・28、8/4・25、9/8・15 全6回 10:00~11:00 土 7/24・31、8/21・28 全4回 10:45~11:45	10組 10組	4,200円 (2人目以降、 200円/回) 2,800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。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 7/21・28、8/4・11・25、9/1・8・15 全8回 11:15~12:15	20人	4,000円
導ヨガ 師 奥真由子さん	一般	導ヨガは、自身に本来備わっている体と心の能力を十分に発揮できるように導くヨガです。毎日を自分らしく元気に過ごしたい人にお薦めです。	水 7/21・28、8/4・11・25、9/1・8・15 全8回 13:00~14:00 7/21・28、8/4・11・25、9/1・8・15 全8回 14:15~15:15	20人 20人	4,000円 4,000円
リフレッシュヨガ 師 西久保由美子さん	一般	凝り固まった各部位をほぐして、しなやかな体をつくっていきます。体を整えてリフレッシュさせましょう。	水 7/21・28、8/4・11・25、9/1・8・15 全8回 15:30~16:30	20人	4,000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 7/15・22・29、8/5・12・19・26、9/9・16 全9回 10:00~11:00	20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 7/15・22・29、8/5・12・19・26、9/9・16 全9回 11:15~12:15	20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 7/15・22・29、8/5・12・19・26、9/9・16 全9回 13:00~14:00	20人	4,500円
やさしいピラティス 教室 師 舘みゆきさん	一般	正しい呼吸を行い、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、肩こりを解消したい人にお薦めです。	木 7/15・29、8/5・12・19・26、9/2・9・16 全9回 15:00~15:50	20人	4,500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 舘みゆきさん	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ル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、体を柔軟にしたい、ストレス解消したい人にお勧めです。	木 7/15・29、 8/5・12・19・26、 9/2・9・16 全9回 16:00~16:50	20人	4,500円
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 7/23・30、8/6・13・ 20・27、9/3・17 全8回 13:00~13:45	20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、体をリセットしましょう。自身の体の癖を見つけ出し、理想の姿勢、体を目指しましょう。	金 7/16・23・30、8/6・ 20・27、9/3・17 全8回 14:15~15:15	20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 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始めとした社会性を身に付けます。	金 7/16・23・30、8/6・ 13・20・27、9/3・17 全9回 16:00~17:00	15人	4,500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 7/24・31、8/21・28 全4回 9:40~10:30	20人	2,000円
バランスボール エクササイズ(※1) 師 横石亜紀さん	一般	バランスボールを使った有酸素運動で体力づくり。音楽に合わせて心地よく弾みます。また、体幹強化や姿勢改善にも効果的です。	土 7/17・24・31、 8/7・21・28 全6回 12:30~13:30	20人	3,000円

(※1) バランスボールは各自でお持ちください [500円/回でレンタル可。10人まで (希望多数の場合は抽選)。希望者は申し込み時に「レンタル希望」と記入してください]

[参考] ●レッスン使用ボール…ギムニク社、サンクト社

●サイズ…身長150cm以下:45cmサイズ、150~170cm:55cmサイズ、165cm~185cm:65cmサイズ

はじめての キッズダンス教室 (※2) 師 立松佑樹さん	小学生	これからダンスを始めたい小学生対象の教室です。ダンスの楽しさやリズム感を養います。初心者向けの教室です。	土 7/24・31、 8/7・14・21・28 全6回 14:00~15:00	20人	3,000円
ヒップホップダンス教室 (※2) 師 立松佑樹さん	小学生 以上	ダンスをしたことがない人から経験者まで楽しめる教室です。親子や大人でも参加可能です。ダンスの進み具合など、少しペースが早い教室です。	土 7/24・31、 8/7・14・21・28 全6回 15:30~16:30	20人	3,000円

(※2) 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・登校日を記入してください

■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 8/4・25、9/8 全3回 18:20~19:20	30人	4,200円
エンジョイテニス教室 (初心者コース)(※3) 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勧めです。	水 8/4・25、9/8 全3回 19:00~20:15	24人	4,500円
エンジョイテニス教室 (中級コース)(※3) 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勧めです。	水 8/4・25、9/8 全3回 19:30~20:45	30人	4,500円

(※3) 初心者コース・中級コースはレッスン終了後、ポール、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
触れてみよう! 「津軽三味線」教室 (※4) 師 松永兼治さん	小学生 以上	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 7/16・23、8/6・20、 9/3・17 全6回 19:30~20:45	20人	6,000円 (別途、三味線 レンタル料 500円/回)

(※4) 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」と記入してください

霞ヶ浦プール 7月は休館します

スポーツ課 ☎354-8428 FAX354-8432

毎年7月5日~8月31日に開館している霞ヶ浦プールは、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、7月は休館します。8月の開館の可否は、広報よっかいち7月下旬号でお知らせします。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。

市民大学一般クラス

文化振興課 ☎354-8239 FAX354-4873 ✉bunkashinkou@city.yokkaichi.mie.jp HPID1530076043720

対市内に在住、または通勤・通学している人

時所内定料下表のとおり（なお、講座内容などを都合により変更や中止することがあります）

申7月1日（必着）までに、希望コース、住所、名前（ふりがな）、電話番号、個人情報（名前・電話番号）を企画団体に知らせることへの同意を記入し、講座案内に付いている申し込み用はがき（1人につき1枚）かEメールで、〒510-8601 文化振興課へ。学生（24歳以下）は学生料金になるため、学校名も記入してください（応募多数の場合は公開抽選）

他講座案内は、各地区市民センターなどにあります。手話通訳や点字の資料が必要な人は、事前に申し込んでください

Aコース	Dコース
<p>(一社)100歳大学市民大学企画グループ 企画運営 「認知症を予防して健康寿命を延ばし、健全な社会をめざす～早くに対策を立て、心身ともに自立し、不健康な期間をなくし、コミュニティに参加する～」</p> <p>8/7(土) 「高齢化社会における課題の報告と提言」 師政策推進課職員、高齢福祉課職員</p> <p>8/28(土) 「感染症予防など高齢者の健康について」 師三重大学臨床教授・村瀬病院内科センター長 吉村平さん</p> <p>9/18(土) 「健康寿命に対する運動の効用」 師(一社)100歳大学講師 久保田領一郎さん</p> <p>10/16(土) 「認知症予防と健康長寿」 師日本心身健康科学協会理事長 橋元慶豊さん</p> <p>10/23(土) ①「NPO法人桜ボランティア協会の報告と提言」 ②「自助具のある暮らし」 師①NPO法人桜ボランティア協会会長 小澤優子さん ②自助具普及推進員 川村信雄さん</p> <p>11/6(土) ①「宅老所いっここ・ちよっと手をかして運動」 ②「高齢者向け意識啓発について」 師①宅老所いっここ運営委員 松本正さん、事務局長 宮本昇さん ②定年キャリア・アドバイザー 森俊昭さん</p> <p>11/13(土) 「振り返りとこれからの取り組み」 師(一社)100歳大学講師・代表理事 花井鍊太郎さん、中田悌夫さん</p> <p>時13:30～15:30 所文化会館第3ホール 定50人 料3,000円(学生1,500円)</p>	<p>四日市大学 企画運営 「秋の夜長に本を読む」</p> <p>9/17(金) 【総合政策学部】 地域・まちづくり分野 「日本の地方政府 1700自治体の実態と課題」 師四日市大学学長・総合政策学部教授 岩崎恭典さん</p> <p>10/1(金) 【総合政策学部】 国際・経営分野「人間の経済」 師四日市大学総合政策学部長・教授 鶴田利恵さん</p> <p>10/15(金) 【総合政策学部】 スポーツ・人間分野「樋口一葉小説集」 師四日市大学総合政策学部准教授 高田晴美さん</p> <p>10/29(金) 【環境情報学部】 自然環境分野「里海資本論 日本社会は『共生の原理』で動く」 師四日市大学環境情報学部長・教授 千葉賢さん</p> <p>11/12(金) 【環境情報学部】 メディア情報分野 ①「100分で名著『幸せ』について考えてみよう」 ②「信長はなぜ葬られたのか 世界史の中の本能寺の変」 師四日市大学環境情報学部特任教授 武藤和成さん</p> <p>時18:30～20:00 所じばさん三重視聴覚室 定40人 料2,500円(学生1,250円)</p>
<p>Bコース (一社)四日市市文化協会 企画運営 「墨の魅力 -墨づくり・水墨画・書・手描き染めの講座と実習体験-」</p> <p>8/21(土) 「鈴鹿墨の歴史と製造方法」 師伝統工芸品鈴鹿墨「進誠堂墨舗」四代目 伊藤晴信さん</p> <p>9/4(土) 「デザイン書道を楽しむ」 師栄中日文化センター「デザイン書道」講師 榮田清峰さん</p> <p>9/11(土) 「手描き染めを楽しむ」 師手描き染め「彩の会」主宰 伊藤佳子さん</p> <p>9/18(土) 「中国と日本の書」 師三省会主宰 花井高峰さん</p> <p>9/25(土) 「富士山を描く～横山大観の富士図～」 師日本画家・絵師・四日市市文化協会理事 南川朋宣さん</p> <p>時10:00～12:00 所三浜文化会館創作スペース 定35人 料3,500円(学生1,750円) 他託児あり</p>	<p>Eコース 三重大学北勢サテライト 企画運営 「21世紀ゼミナール ～医療最前線、そして大学の医療の研究は!?～」</p> <p>9/4(土) 「最新の画像診断 一被ばく低減から人工知能(AI)活用まで」 師三重大学大学院医学系研究科医学部附属病院 副病院長・放射線医学教授 佐久間肇さん 「新たな感染症にどのように立ち向かうのか!～新型コロナウイルス感染症への対応を経験して～」 師三重大学医学部附属病院感染制御部長・中央検査部教授 田辺正樹さん、感染制御部看護師長 新居晶恵さん</p> <p>10/2(土) 「日本で失明の原因となる4大疾患について」 師三重大学大学院医学系研究科医学部附属病院眼科学教授 近藤峰生さん 「元気で長生きするために今できることは?」 師三重大学大学院医学系研究科長・医学部長・整形外科学教授 濱藤啓広さん</p> <p>11/6(土) 「脳を若々しく保つ秘訣を識ろう!」 師三重大学大学院医学系研究科神経病態内科学教授 富本秀和さん</p> <p>12/18(土) 「これからの医療、経済という観点からの展望」 師三十三総研調査部長 別府孝文さん</p> <p>令和4年 1/15(土) 2/19(土)</p> <p>時13:30～15:30 所ユマニテプラザ 定40人 料2,000円(学生1,000円)</p>
<p>Cコース (一社)あした葉 企画運営 「コロナ禍での地域医療を考える」</p> <p>9/25(土) 「感染症の基本と予防」 師国立病院機構三重大病院院長 谷口清州さん</p> <p>10/3(日) 「四日市市が取り組んだ感染対策・四日市市が考える地域医療」 師健康福祉課職員</p> <p>10/17(日) 「地域に寄り添う医療」 師中日新聞社編集局編集委員 安藤明夫さん</p> <p>11/7(日) 「医療の現場から地域医療を考える」 師四日市内科ハートクリニック理事長 三原裕嗣さん</p> <p>11/21(日) 「市民による市民のための予防医療」 師いなべ暮らしの保健室室長 水谷祐哉さん、ファシリテーター：(一社)あした葉</p> <p>時14:00～16:00 所三浜文化会館視聴覚室 定40人 料2,000円(学生1,000円) 他託児あり</p>	

イベント・講座

募集

その他

保健だより

文化会館・茶室・三浜文化会館 の催し物案内

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）
🌐https://yonbun.com

他感染症対策にご協力ください

◆「作曲家 加藤昌則の世にも楽しい音楽の時間」

作曲家・ピアニストの加藤昌則さんによる90分のレクチャーの中には、なんと「国語」「社会」「理科」「体育」の時間割が。何から何まで音楽に結びついてしまう驚愕の授業。クラシック音楽の奥深い世界を知ることとなります。



時 6月27日(日) 14:00開演
(13:30開場)

所 文化会館第2ホール

料 全席指定 一般1,200円、高校生以下1,000円

■チケット販売

文化会館（窓口・インターネット）、
三浜文化会館（窓口）で販売

他未就学児の入場はご遠慮ください

◆三浜リーディング 朗読劇 vol.1 「スワン・ダイブ」

劇団「カムカムミニキーナ」主宰松村武さんによるリーディング公演です。平成27年に同劇団で上演した「スワン・ダイブ」を特別に朗読劇として上演します。

時 7月3日(土) 14:00~15:30
(13:30開場。13:15から座席指定可)

所 三浜文化会館1階 創作スペース

定 40人（先着順）

申 電話で、文化会館へ

料 無料（協力金をお願いします。投げ銭制）

◆ジュニアジャズビッグバンド講座

三浜文化会館ロビーコンサートの発表に向けて、ジャズのビッグバンド曲を合奏練習します。



対 1年以上の演奏経験があり、楽譜

を読むことができる中学・高校生（中学生は保護者の送迎が必要）

時 7月21日、8月4日・18日（いずれも水曜日）、9月～令和4年1月は月2回（水曜日が木曜日）18:45~20:45（予定。ただし、7月21日のみ18:00から）

所 三浜文化会館リハーサル室ほか

師 ムーンライトスウィングオーケストラ 服部陽介さん

定 アルトサクソ4人、テナーサクソ4人、トロンボーン8人、トランペット10人、ピアノ・ドラム・ベース各1人（予定）

料 15,000円 [文化会館窓口または振り込み（振り込み希望の場合は請求書を送ります）]

持 楽器（ピアノ・ドラム・ベースは会場で用意。その他は要相談）

申 7月4日17:00(必着)までに、専用フォーム(🌐https://yonbun.com/workshop/index3.html)から、または文化会館・三浜文化会館窓口



専用フォーム

にある応募用紙を、同館へ

助成 岡田文化財団助成事業

◆2021よんぶん夏休みファミリー バックステージツアー

時 8月1日(日) ①11:00~12:00
②14:00~15:00

所 文化会館第1・第2ホール

定 各4家族（1家族5人まで。応募多数の場合は抽選）

料 1,000円/家族（保険料含む）

申 7月10日~24日17:00に、文化会館ホームページから

◆こども茶室探検

茶室「泗翠庵」を家族で探検。日本建築の美と伝統文化を学べる機会です。立礼席で抹茶を楽しめます。

対 小学4~6年生と保護者（未就学児の同伴不可）

時 8月18日(水)
①10:00~11:00 ②12:30~13:30 ③14:00~15:00

所 茶室「泗翠庵」（鶴の森公園内）

師 (一社)三重県建築士会三泗支部

一級建築士 堤久夫さん

定 各10人（先着順）

料 大人1,000円、小学生500円（小学生は保護者1人につき3人まで）

申 7月10日10:00以降、専用フォーム(🌐https://yonbun.com/workshop/index4.html)から、または同窓窓口にある専用フォーム
応募用紙を、同窓文化会館へ



専用フォーム

他参加者用の駐車場はありません。できる限り公共交通期間をご利用ください

◆三浜リーディング 朗読劇 vol.2 「Re:」

演劇活動に親しむ中学・高校生に見てほしい作品です。昨年テレビドラマ「半沢直樹」に出演した土田英生さん作・演出のオリジナル。男優と女優が読み上げるメールで紡ぐ、特別な大人のためのラブストーリーです。本市出身の松永渚さんも出演します。

時 8月28日(土) 14:00~15:00
(13:30開場。13:15から座席指定可)

所 三浜文化会館1階 創作スペース

定 40人（先着順）

申 7月3日9:00以降、電話で、文化会館へ

料 無料（協力金をお願いします。投げ銭制）

◆落語 瀧川鯉斗独演会

テレビ番組「ゴゴスマ」コメンテーターなどで活躍。令和元年には、真打に昇進を果たし伝統的な落語を大切にする実力派。四日市初見参です。



時 9月24日(金) 18:30開演

所 文化会館第1ホール

料 全席指定 3,000円

■チケット販売

7月31日9:00から電話・インターネットで発売。8月1日9:00から文化会館窓口ほかで発売

他未就学児の入場はご遠慮ください。託児あり(有料。事前払い。要予約)

少年自然の家
夏のイベント

少年自然の家

(☎329-3210 FAX329-2095)

http://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi/

所 少年自然の家

申①7月7日 ②③7月14日 ④7月21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(または園名)・年齢・性別・保護者名・連絡事項、チラシなどへの活動写真の使用可否を、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 少年自然の家の各係(①「しまっちの自然とあそぼ!夏の巻」係 ②「科学で遊ぼう!」係 ③「かぞくで流れ星を見よう 夏」係 ④「自然の家のサマーキャンプ!」係)へ。①は参加する子ども全員の保護者名も記入してください。少年自然の家ホームページからも申し込みます。メールが受信できる端末からお申し込みください

①しまっちの自然とあそぼ!夏の巻

「自然の中で遊ぶ・作る・食べる」をテーマに、家族と一緒に自然と遊みましょう。自然の不思議やおもしろさがいっぱいです。簡単野外クッキングでは、宝石シュワシュワポンチを作ります。自然体験型環境保育の第一人者である「しまっち」を講師に迎え、季節に応じたプログラムを展開します。

対 3歳以上の未就学児と保護者(小学生も可)

時 8月7日(土) 10:00~12:00 (9:30受け付け)

定 20組(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

料 300円/人

②科学で遊ぼう!

自然の中で科学を体験しませんか。「科学サークル大黒屋」から講師を迎え、体育館では空気砲と液体窒素を

使った実験を、室内では動物の骨格標本を見て触って話を聞くホネホネ講座を実施します。

対 小学4年~中学生

時 8月9日(休) 10:00~15:00 (9:30受け付け)

定 40人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

料 500円/人

持 昼食

③かぞくで流れ星を見よう 夏

街の明かりが少ない森の中で、流れ星や夏の星座を見てみませんか。ペルセウス座流星群がよく見える日です。望遠鏡での天体観測や、星のソムリエによる星空案内があります。(雨天の場合、望遠鏡の組立講習会と星座早見盤作成に変更)

対 子どもを含む家族

時 8月13日(金) 18:00~21:00

定 10家族(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

料 500円/家族

④自然の家のサマーキャンプ!

自然の家で夏を満喫。新しい仲間と楽しい時間を過ごして、夏休みの思い出をつくりましょう。

対 小学4年~中学生

時 8月16日(月) 10:30~18日(水) 14:00 (16日 10:00受け付け)

定 40人(応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先)

料 6,800円

あすてっぷ2021公開講座
映画「ケアニン~ここに咲く花~」

人権センター(☎354-8609 FAX354-8611)

HPID1559717013312

日曜日・祝日休館

時 8月9日(休)

13:30~16:00 (13:00開場)

所 文化会館第2ホール

内 大型の特別養護老人ホームに転職した介護福祉士が、認知症の老婦人とその夫の深い愛情の中で、本当の介護の在り方に苦悩する物

語。上映に併せて、「認知症フレンドリーな社会」に向けてのメッセージあり

師 高齢福祉課職員

定 300人(先着順)

料 無料

申 7月26日(必着)までに、住所、名前、電話番号、参加券の必要枚数(5枚まで)、受取方法(窓口または郵送)を、ファクスで、または直接、〒510-0085 諏訪町2-2 人権センター(総合会館7階)へ。専用フォームからも申し込みます



専用フォーム

©2020「ケアニン2」製作委員会

他 手話通訳、要約筆記あり。託児希望者は7月26日までに要申し込み

第71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)

◆市民将棋大会 四日市王位戦

対 三重県に在住する人

時 7月11日(日) 10:00から

所 文化会館第3ホール

内 誰でも参加できる大会。A・B・C・D級の4クラス。表彰は各クラス1~3位、3勝賞、飛び賞あり

料 一般2,000円、高校生以下1,500円

問 坂倉(☎326-3205)

◆見て体験する美術展

時 8月7日(土) 11:00~16:30・8日(祝) 10:00~16:00

所 文化会館第1展示室

内 市内や近隣に住む皆さんの趣味の作品展です。無料で制作を体験できるコーナーあり(数量限定)

問 服部(☎322-4371、090-3425-0555)

くるべ古代歴史館 ～夏季展示・イベント～

くるべ古代歴史館
(☎365-2277 FAX365-2288)

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

◆夏季企画展「万葉植物でくるとべをまなぼう！」



くるべ古代歴史公園のフジ

万葉集に読み込まれた植物から、古代に思いをはせてみませんか。くるべ古代歴史公園で見られる万葉植物や、古代朝明郡ゆかりの人物の万葉歌を紹介します。

時 7月14日(水)～9月5日(日)

9:00～17:00[月・火曜日は休館。祝日は開館。7月21日(水)は臨時休館]

所 くるべ古代歴史館 料 無料

●展示解説会

時 7月17日、8月7日・21日(いずれも土曜日) 10:00から(8月7日は小学6年～中学3年生向け)

内 学芸員が分かりやすく説明

料 無料 申 不要

他 入場を制限する場合あり。マスク着用必須

◆ハンカチを青く染めよう！

対 小学4年～中学生(小学生は保護者同伴)

時 8月5日・12日(いずれも木曜日) 10:00～12:00(9:30受け付け)

所 くるべ古代歴史館前(屋外)

内 古代からの染め物を体験します

定 各10人(応募多数の場合は抽選)

料 無料

持 汚れてもよい服装、2Lのペットボトル、割りばし1膳

申 7月16日(必着)までに、参加希望日、代表者の住所・電話番号、参加者全員(同伴者を除き2人まで)✉

の名前・年齢を、同公園ホームページの申し込みフォームから、または往復はがきで、〒510-8034 四日市市大矢知町2323-1 くるべ古代歴史館へ

他 マスク着用必須

健康づくりTours(ツアーズ)

健康づくり課(☎354-8291 FAX353-6385)
HPID1619143817166)

対 市内に在住、または通勤・通学する18歳以上

時 令和4年3月18日(金)まで

内 期間中に市内で開催される健康づくりにつながるさまざまなイベントや教室に参加してスタンプを集めます。一定のスタンプ取得後に抽選で賞品が進呈されます。

スタンプカード(リーフレット付き)の配布や対象イベントなどは、市ホームページをご覧ください

他 広報各下旬号のタイトルに次のマークがあるイベントが対象イベントです



四日市市議会 議会報告会

議会事務局(☎354-8340 FAX354-8304)

市議会では、定例月議会でのどのような議論がされたのかを、議員が直接、市民の皆さんにお伝えする議会報告会を開催しています。報告会の後には、市民の皆さんとシティ・ミーティング(意見交換会)を開催します。お聴きしたご意見は今後の参考とし、より活力のある四日市を目指します。

対 市内に在住、または通勤・通学する人

時 7月6日(火) 18:30～20:00(終了時刻は早まる場合あり)

所 総合会館8階 視聴覚室

■シティ・ミーティングテーマ

四日市市政全般について

申 不要 他 手話通訳あり

三二情報

◆ホームホスピスを知らせよう

時 6月27日(日) 13:00から
所 文化会館第3ホール 定120人 料500円
申 事前に、あした葉 伊世(☎090-8325-8816)へ 他 オンライン配信あり

◆弁護士による電話相談「女性の権利ホットライン」(無料)

時 6月28日(月) 10:00～13:00
相談専用電話 059-228-3143
問 三重弁護士会事務局(☎059-228-2232)

◆体験ひろば☆こどもスペース四日市

所 同所(波木町)
申 事前に、同所(☎/FAX321-0883)へ
(1)絵本の読み語り・絵本の日(無料)
時 7月2日(金) 11:00～11:30
定 5組 申 不要
(2)子どもと離れてゆっくりお話しませんか?～あべっくままん～

時 7月9日(金) 10:00～12:00
料 1,000円(お菓子と飲み物付き)
(3)親子で学ぼう!「ぼくのからだ わたしのからだ」

対 おおむね4～6歳までの子と親
時 7月15日(木) 15:00から、8月5日・19日(いずれも木曜日) 11:00から、9月2日(木) 15:00から(各40分程度) 全4回
定 10組程度 料 2,000円/組

◆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 7月4日～8月8日の毎週日曜日 9:30～10:30 全6回
所 中央緑地レスリング練習場 定 6人程度(応募多数の場合は抽選) 料 3,000円(全6回分。保険料含む) 持 体操ができる服装、体育館シューズ 申 6月30日までに、参加者の住所・名前・性別・年齢・電話番号、保護者の名前を、四日市市レスリング協会事務局 宇野(☎322-8142)✉unokatsu@m3.cty-net.ne.jp)へ

◆四日市まんなかこどもステーション

問 同所(☎351-6670 FAX351-6679)
(1)絵本のひろば

対 未就園児と親
時 7月7日(水) 10:30～12:00(10:00受け付け) 所 同所 定 8人(先着順) 料 800円
(2)子育てひろば 水遊びをしよう!

対 3歳以上の親子(兄弟姉妹も可)
時 7月23日(祝) 10:00～13:30(9:50受け付け) 所 山之一色町 定 5組(先着順)

料 子ども500円、大人無料(別途材料費が必要な場合あり) 持 水遊びの準備、弁当、水筒
(3)四日市おもちゃ病院(壊れたおもちゃの修理)

時 7月24日(土) 14:00～16:00
所 同所 持 壊れたおもちゃ
他 部品などの実費がかかることもあります

(4)おうちカフェ
対 主に仕事をしている父、母

時 7月31日(土) 10:15～11:45
所 同所 定 5人 料 500円

持 子ども連れの場合は子どもの飲み物、着替えなど 他 託児あり(500円。2人目から250円)

◆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 7月9日(金) 10:00～12:00
相談専用 ☎059-228-3143
問 三重弁護士会事務局(☎059-228-2232)

◆四日市看護医療大学公開講座「身体からのSOS信号をキャッチしよう～臨床検査値をどう読む?～」(無料)

時 7月10日(土) 13:00～15:00(予定)
所 じばさん三重5階 大研修室 定 40人
申 7月2日までに、同大学(☎340-0700)✉syomu@y-nm.ac.jp)へ

日本語ボランティア 研修

多文化共生推進室

☎(公財)三重県国際交流財団

(☎059-223-5006 FAX059-223-5007

✉mief@mief.or.jp)

市内で生活する外国人の日本語学習を支援する日本語ボランティアの魅力や学習支援の方法などを学びます。

対市内の日本語教室での日本語ボランティアに興味がある人

時7月4日、8月1日、9月5日、10月3日・17日、11月21日、12月12日、令和4年1月23日(いずれも日曜日) 13:00~16:00(12:30受け付け) 全8回

定20人(先着順)

料無料

申6月25日までに、ファクスかEメールで、(公財)三重県国際交流財団へ

募集

令和3年度文化功労者・ 市民文化奨励賞候補者を 募集します

文化振興課

(☎354-8239 FAX354-4873)

令和3年度の四日市市文化功労者・市民文化奨励賞を選考するため、候補者を各種団体から推薦してください。審査の上、被表彰者を決定します。

対①文化功労者…長年(おおむね20年以上)にわたり学術、芸術、その他文化の振興に寄与し、その功績が顕著である個人(60歳以上)または団体

②市民文化奨励賞…市民文化を振興するため、文化における活躍と文化振興への寄与が、将来においてさらに期待される個人または団体

申7月1日~8月6日(当日消印有)

効)に、所定の書式に団体からの推薦書と関係書類を添えて、郵送で、または直接、〒510-8601文化振興課(市役所5階)へ

他詳しくは、同課および各地区市民センターにある募集要項をご覧ください

プロボノ参加団体を 募集します

市民協働安全課

(☎354-8179 FAX354-8316

✉shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp)

プロボノとは、仕事で培ったスキルや経験を生かしたボランティアをいいます。皆さんが市民活動を行う中でお持ちの悩みや課題について、プロボノによるサポートを受けてみませんか。

対四日市市市民協働促進条例に基づく市民活動団体の届け出がある団体、地縁団体

時7月28日(水)
18:00~20:00(予定)

所総合会館

内市民活動団体が抱える課題を整理し、その解決につなげるため、プロボノによる支援をします。説明会后、各団体の課題に応じた支援の担い手をオンラインで募集します

定5団体程度

申7月21日(必着)までに、団体名、活動概要を、郵送かファクス、Eメールで、〒510-8601 市民協働安全課へ

グリーンカーテン フォトコンテスト 作品募集

環境保全課

(☎354-8188 FAX354-4412

✉kankyohozen@city.yokkaichi.mie.jp
HPID1620718942079)

対市内でグリーンカーテンに取り組

んでいる個人・団体

内地球温暖化防止活動の一環として、グリーンカーテンに取り組んだ成果を紹介してください

申7月1日~8月31日(必着)に、グリーンカーテンの写真と応募用紙を、郵送かEメールで、または直接、〒510-8601 環境保全課(市役所5階)へ。応募用紙は同課のほか、市ホームページからも入手できます

他参加賞、副賞あり。表彰は12月ごろを予定

「ふるさと納税」 返礼品提供事業者募集

広報マーケティング課

(☎354-8244 FAX354-8315

HPID1533190733127)

本市が進めているまちづくりや、取り組んでいる事業などを寄付金によって応援していただく「ふるさと納税」。その返礼品(本市のPRにつながるもの)を提供していただける事業者を募集します。

対市内に事業所(支店や営業所を含む)を有する法人または個人

申7月30日(必着)までに、申込書に必要な書類を添えて、郵送で、〒510-8601 広報マーケティング課へ

他返礼品には要件があります。申込書などは、市ホームページから入手できます

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

日曜・祝日休館)

●全日本同和会青年部研修会

時7月14日(水)

所大阪市 **申**7月1日まで

他参加費など経費の一部を助成します(申請条件あり。必ず事前に入権センターまでご連絡ください)

第48回市美展に あなたの力作をご出品 ください

文化振興課(☎354-8239 FAX354-4873
HPID1590558360455)

10月2日(土)～10日(日)に文化会館で開催する「第48回四日市市美術展覧会」の作品を募集します。審査により、優秀作品には、市長賞ほか各賞を授与します。選外作品は展示しません。

対 市内か三重郡に在住、または通勤・通学する15歳以上(中学生を除く)

■出品部門と点数

日本画・洋画・彫刻・工芸・書道・写真(高校生の部表彰あり) 1人1点。作品規定などに変更があるためご注意ください

■作品搬入日

9月22日(水)～24日(金)

申 9月10日(必着)までに、所定の出品申込書を、〒510-0075 安島2-5-3 文化会館(☎354-4501)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)

市立の小・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 市立の小・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

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)

市立の小・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、市立の小・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

あけぼの学園 会計年度任用職員 (フルタイム)募集

あけぼの学園
(☎325-4121 FAX325-4122
HPID1621571697530)

■募集職種

相談支援専門員

■主な業務

障害児相談支援に関する業務

■受験資格

次の要件をすべて満たす人

- (1) 昭和36年10月2日以降生まれ
- (2) 地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない
- (3) 平成27年度以降に相談支援従事者初任者研修または相談支援従事者現任研修を修了した人

(4) 普通自動車運転免許を有する

■募集人数 1人

■採用予定日 10月1日

■試験日・会場

8月8日(祝) 9:00
市役所11階 111会議室

■応募期限

7月26日(必着)

他 詳しくは、同学園(下海老町)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

自衛官など (①一般曹候補生 ②自衛官候補生)の募集

総務課

問 自衛隊四日市地域事務所
(☎351-1723)

自衛官募集コールセンター
(☎0120-063-792)

対 ①②とも18～32歳

■受付期間

①7月1日～9月6日 ②通年

問 応募資格、採用試験日、採用日など詳しくは、自衛隊四日市地域事務所または自衛官募集コールセンターへ

令和4年4月1日採用 市職員の募集(就職氷河期世代対象)

人事課(☎354-8120 FAX354-8330 HPID1620643649419)

職 種	採用予定人数	主な受験資格
事務職	若干名	(1)年齢要件 昭和50年4月2日～昭和62年4月1日生まれ (2)学歴 不問

■募集要項 市ホームページから入手できます

■受験資格 地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない

■一次試験日時と場所(予定)

8月8日(祝) 10:00～13:00ごろ 四日市大学、総合会館

■応募方法および提出先

7月1日～19日に、原則申し込み専用サイトから電子申請(インターネット)してください。

7月19日の23:59までに受信できたものに限り受け付けします

■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

市立四日市病院 正職員募集

市立四日市病院総務課
(☎354-1111 FAX352-1565)

■募集職種

臨床検査技師
診療放射線技師

■受験資格

いずれも、昭和62年4月2日以降生まれなど(詳しくは、募集案内をご覧ください)

■募集人数 各1人程度

■採用予定日

令和4年4月1日

■試験日・会場

7月18日(日) 9:00

市立四日市病院

■応募期限

7月7日 17:15(必着)

■募集案内請求先・応募先

〒510-8567 芝田二丁目2-37 市立四日市病院総務課(内線5212)

養育支援員・子ども家庭 支援員会計年度任用職員 (フルタイム)募集

こども家庭課
(☎354-8276 FAX354-8061)

■主な業務

家庭へ訪問しての育児・家事援助業務の実施や相談業務など

■主な受験資格

次の要件をすべて満たす人

- (1)家庭相談員、子ども家庭支援員、養育支援員または社会福祉主事として実務経験が2年以上ある。または、福祉・教育分野で相談業務を伴う経験が3年以上あり、募集要項に記載の資格・学歴を有する
- (2)昭和36年10月2日以降生まれ
- (3)外国籍の場合、永住者または特別永住者の在留資格を有する
- (4)普通自動車運転免許を有する
- (5)採用試験要項に定める実務経

験および資格がある

■募集人数 2人

■採用予定日 10月1日

■試験日・会場

8月8日(祝) 9:00
市役所11階 111会議室

■応募期限 7月26日(必着)

■願書請求先

願書の郵送を希望する人は、84円切手を貼った返信用封筒を同封し、〒510-0085 諏訪町2-2 こども家庭課へ

他詳しくは、同課(総合会館3階)で配布する採用試験要項をご覧ください。市ホームページ「職員募集」からも入手できます

その他

新・増築の家屋調査にご協力ください

資産税課

(☎354-8135 FAX354-8309)

令和3年1月2日以降に家屋を新築または増築した人には、資産税課から家屋調査の手紙を送ります。

この調査は、来年度の固定資産税・都市計画税の課税の基礎となるものです。手紙が届いたら調査にご協力をお願いします。

また、相続・売買・贈与などにより未登記の家屋の所有権を移転する場合は、「家屋補充課税台帳登録の変更届」の提出が必要です。家屋を取り壊したときもご連絡をお願いします。

介護保険負担割合証を送付します

介護保険課

(☎354-8190 FAX354-8280)

有効開始年月日が令和3年8月1日からの介護保険負担割合証を、7月中旬～下旬に順次発送します。

対令和3年8月以降に有効な要介護認定などがある人

大規模小売店舗 届出(変更)の縦覧を しています

商工課

(☎354-8175 FAX354-8307)

HPID1001000001380)

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

■店舗名称

- (1)一号館北楠店(四日市市楠町大字北五味塚字不納1972番7ほか3筆)
- (2)(仮称)イオンタウン四日市泊(四日市市泊小柳町2番地1ほか20筆)

■届出事項

- (1)①駐車場の位置・収容台数
②駐輪場の位置・収容台数
③大規模小売店舗において小売業を行う者の開店時刻・閉店時刻
④来客が駐車場を利用することができる時間帯
⑤駐車場の出入口の数・位置
- (2)①荷さばき施設の位置・容量
②廃棄物等の保管施設の位置・容量
③大規模小売店舗において小売業を行う者の開店時刻・閉店時刻
④駐車場の出入口の数・位置
⑤荷さばき施設において荷さばきを行うことのできる時間帯

■縦覧場所

- (1)商工課(市役所7階)、河原田・塩浜・楠地区市民センター
- (2)商工課

■縦覧・意見書提出期間

- (1)8月6日(金) (2)9月7日(火)まで(開庁日の8:30~17:15)

■意見書の提出

郵送で、または直接、〒514-8570 津市広明町13 三重県雇用経済部中小企業・サービス産業振興課へ

三二情報

◆子どものため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7月11日(日) 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

◆子育て広場:ドロッピン

申事前に、同所(☎363-3728)へ
所あさけ茶屋キャンプ場(菟野町)
(1)森であそぼ~バスに乗って森に遊びに行こう~
対未就学児と親 時7月11日(日) 9:20菟野
駅集合 15:30解散 料子ども1,700円、大人
2,600円(施設入場料・バス代・スूप代込み)
(2)スマイル😊キッズ2021(キャンプ場でデー
キャンプ・舞台鑑賞など)
対小学生 時7月11日(日)~令和4年3月
料55,000円(交通費・食費は別途実費)

◆シベリア抑留関係(無料)

(1)展示会
時7月16日(金)~18日(日) 10:00~16:00
所文化会館展示室
(2)抑留体験の労苦を語り継ぐ集い
時7月17日(土) 13:30~15:00
所文化会館第4ホール 関全国強制抑留者協会
三重支部 林(☎378-0020)

◆ビバ橋北・倭奏ジュニア津軽三味線教室

対小学生以上と保護者
時7月17日、8月7日(いずれも土曜日) ①
13:00から ②13:55から ③14:50から
④15:45から(各45分) 所橋北交流会館1階
地域活動室 定各4人(先着順)
料2,000円/人 申開催日の3日前までに、
ビバ・橋北事務局(☎080-4840-9775
FAX344-3505)へ 他三味線の貸し出しあり

◆三重吃音臨床研修会(ZOOMオンライン)

対県内に在住または通勤する言語聴覚士、吃音
のある子どもを支援する人(教員など)
時7月18日(日) 9:30~11:30 定30人
申7月17日までに、三重言友会 田中(☎
m.tanaka0213@gmail.com)へ

◆文化セミナー四日市「藤原道長の栄華と紫式 部」(観谷壽)

時7月24日(土) 14:00~16:00 所文化会
館第2会議室 料1,000円(学生500円)
関文化セミナー四日市 久安(☎090-1981-
8110)

◆自然農法セミナー 現地(原農園)研修会

時7月25日(日) 9:30~11:00
所ゆうやけ荘(下海老町) 料500円
他マスク着用必須 関自然農法ネットワーク
加藤(☎090-4236-5184)

◆四日市シンフォニックコース第32回定期演 奏会

時7月25日(日) 14:00開演(13:00開場)
所文化会館第1ホール 料2,000円(当日2,50
0円) 関中山(☎090-6080-9352)

◆四日市親子将棋教室

対小・中学生 時7月25日、8月8日・22日、
9月5日・19日(いずれも日曜日) 13:00~
16:00 所なやプラザ 定30人程度 料1,000
円(テキスト代) 申7月15日までに、日本将
棋連盟四日市支部 坂倉(☎326-3205)へ

◆戦争体験を語るつどい(無料)

時7月27日(火) 13:30~15:30
所中部地区市民センター4階 会議室 定50人
関新日本婦人の会四日市支部(☎356-1255)

◆ワンフレーズ手話講座

多くの人に手話を知ってもら
うために、ワンフレーズの手話動
画をYouTube上で紹介しています。



ていました。条例制定から20年以上
が経過した現在、市内の不法投棄は
減少傾向にあるものの、ペットボ
トルやたばこの吸い殻、菓子袋とい
った一般的な家庭ごみの投棄が依然
として見られることから、条例を改正
し、改めて啓発などを行うことに
しました。本市を美しくするために、引
き続きご協力をお願いします。

■主な改正内容

- 「ごみを不法に投棄してはなら
ない」ことを規定
- ごみを不法に投棄した者が、命
令に従わなかった場合に、氏名
などを公表できることなどを明
確化

■施行日 7月1日

友だちになろう！ 四日市市 LINE公式アカウント

広報マーケティング課
(☎354-8244 FAX354-8315)
ICT戦略課
(☎354-8106 FAX325-7530)

四日市市LINE公式アカウントを
開設しました。このアカウントでは、
災害時の避難や被害に関する緊急情
報、イベントや生活に役立つ情報な
どをお届けします。

なお、本アカウントを利用するこ
とにより、LINE社に個人情報や機
密性を要する情報が保存されるこ
とはありません。

■運用開始 7月1日(木)予定

■友だち追加方法(利用方法)

●二次元コードから登録する場合

二次元コードを
読み取り「四日
市市」を友だち
登録



●ID検索から登録する場合

- ①LINEの友だち追加画面で「検
索」を選択
- ②ID検索画面で、「@yokkaichi
city」を入力
- ③「四日市市」を友だち追加

新型コロナワクチン 接種に関するお知らせ

四日市市新型コロナウイルスワクチン
接種コールセンター(☎059-327-5990
平日8:30~19:00
土・日曜日、祝日8:30~17:15
☎☎1611134480393)

新型コロナワクチンの接種につい
て、64歳以下の基礎疾患を有する人
および高齢者施設などの従事者で、
優先接種を希望する人は、指定の各
様式で自己申告をお願いします。な
お、基礎疾患を有する人は、事前
にかかりつけ医に接種を受けてよ
いか確認してください。また、高
齢者施設などの従事者が優先接種
をする際には、クーポン(接種券)
とともに、勤務施設が発行する「
優先接種の対象である証明書」な
どが必要です。各様式は、市ホ
ームページ、新型コロナウイルス
ワクチン接種相談窓口(総合会館
1階 平日8:30~17:15)、各
地区市民センター、お近くの
医療機関で入手できます。自己
申告した人には、クーポン(接種
券)を郵送します。お手元に届
いたら、内容を確認して予約し
てください。

申指定の様式を、郵送で、〒510-
8601 新型コロナウイルス感染
症対策室へ

他64歳以下の一般の人の予約開
始日、接種日程などは、決まり次第
お知らせします

四日市市を美しくする 条例が改正されます

生活環境課(☎354-8192 FAX354-4412
☎seikatsukankyoku@city.yokkaichi.
mie.jp ☎☎1621556800509)

四日市市を美しくする条例は、ご
みの散乱やポイ捨ての防止を目的
として、三河地区の1市3町が足並
みをそろえるかたちで、平成9年に
制定しました。当初は、びんや飲料
缶、たばこの吸い殻などの投棄が
目立っており、特に近鉄四日市駅
周辺を中心とした地域での散乱が
課題となっ

健康管理のために健康診査を受診しましょう(7月開始)

保険年金課

(☎354-8158 FAX359-0288

HPID①1498541692060)

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**申** 直接、医療機関一覧表(受診券に同封)に掲載された医療機関へ**他** 新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、受診の際は当日の体温測定、マスクの着用、手洗いや咳エチケットなどの徹底にご協力をお願いします。また、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。今後の状況により、延期または中止となった場合、広報よっかいちや市ホームページなどでご案内します

① 四日市市国民健康保険特定健康診査

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ます。四日市市・三重郡(朝日町・川越町・菰野町)・鈴鹿市・桑名市・いなべ市の医療機関で受診する場合は、空腹時血糖検査とヘモグロビンA1c検査(いずれも血糖検査)の両方を検査できます(前記市町以外で受診した場合は、どちらか一方のみ)。

対 昭和21年9月1日～昭和57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21年8月31日以前生まれの人は後期高齢者健診の対象)**時** 7月1日(木)～11月30日(火)(ただし、昭和21年9月1日～11月30日生まれの人は、誕生日の前日まで)**料** 500円(昭和21年9月1日～昭和26年3月31日生まれの人)、または1,000円(前記以外の人)**他** 受診券は、6月下旬から順次発送しています(ただし、令和3年5月

月13日～9月30日に市国民健康保険に加入した場合は、8月下旬～11月上旬ごろの発送になります)。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ので、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

■ 受診券の使用予定がない場合のお願い

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したもの)の3点を、郵送で、または直接、〒510-8601 保険年金課(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。提出方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。電話で、または直接、同課へお問い合わせください

② 後期高齢者健康診査

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、治療につなげることに有効です。

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** 7月1日(木)～11月30日(火)**料** 無料**他** 受診券は、三重県後期高齢者医療広域連合より6月下旬から順次発送されます(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月中旬～9月下旬ごろに発送される予定です)。紛失し

た場合は、同課または同広域連合(☎059-221-6884)へご連絡ください

国民健康保険・後期高齢者医療のお知らせ

保険年金課

(☎354-8161 FAX359-0288)

◆ 国民健康保険で入院中または高額な外来受診中の人は限度額適用認定証の再申請を

「限度額適用認定証」の有効期限は7月31日です。現在交付されている人で8月以降も必要とする場合は、必ず再申請してください。

対 国民健康保険の1年有効の保険証が交付されている世帯**持** 被保険者証、現在お持ちの認定証、市・県民税が非課税の世帯は入院証明書(再申請日の前1年間に91日以上入院があった人)など**申** 7月1日～31日に、保険年金課(市役所3階)、各地区市民センター(中部を除く)、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)へ

◆ 後期高齢者医療保険の限度額適用認定証は自動更新です

現在、有効期限が7月31日の「後期高齢者医療限度額適用認定証」および「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付されている人で、所得区分に変更がない場合は、7月末ごろに後期高齢者医療広域連合から認定証が自動的に送られます。

ただし、非課税世帯の区分Ⅱに該当し、長期入院に該当している人は、認定証到着後、新しい認定証と入院証明書などをお持ちの上、再申請が必要な場合があります。

◆ 国民健康保険高額療養費振込日のお知らせ

対 6月中に国民健康保険高額療養費支給申請をした人**時** 7月26日(月)ごろ(祝日などの関係で通常と異なります)

令和3年度分の国民年金 保険料免除・納付猶予の 申請受け付け

保険年金課
(☎340-0221 FAX359-0288)

令和3年7月～令和4年6月分の国民年金免除・納付猶予申請の受け付けが、7月から始まります。

免除を希望する人で、令和元年12月31日以降に本人・配偶者・世帯主が離職した人は、雇用保険受給資格者証や離職票などの写しが必要です(退職特例制度)。

申請を希望する人は、保険年金課年金係(市役所3階)、各地区市民センター(中部を除く)、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)で申請の手続きをしてください。

また、令和2年2月以降、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した人についても国民年金保険料の免除・納付猶予の対象に該当する場合があります(臨時特例制度)。詳しくは、同課または四日市年金事務所(☎353-5515)へご相談ください。

免除の継続申請を希望した人で全額免除または納付猶予が前年度に承認された人は、申請の必要はありません。ただし、退職特例制度や臨時特例制度を希望する人は、申請が必要です。

国民健康保険の高齢 受給者証が更新されます

保険年金課
(☎354-8159 FAX359-0288)

現在お持ちの国民健康保険高齢受給者証の有効期限は7月31日です(ただし、同日までに後期高齢者医療制度に移行する人を除く)。8月からご使用いただく新しい受給者証は、7月末までに送付します。

高齢受給者証は、国民健康保険に加入している人が70歳になるときに送付します。70歳の誕生月の翌月

(ただし、1日生まれの人はその月)から75歳になるまで、病院などの窓口で保険証と一緒にご提示ください。

対国民健康保険に加入中で、昭和21年8月2日～昭和26年7月1日生まれの人

他一部負担金の割合は、令和2年中の市県民税の課税所得を基に判定されます

後期高齢者医療の新しい 被保険者証が送られます

保険年金課
(☎354-8159 FAX359-0288)

現在お持ちの後期高齢者医療被保険者証の有効期限は7月31日です。8月からご使用いただく新しい証は、三重県後期高齢者医療広域連合から7月中に簡易書留で郵送されます。

不在時には不在票(お預かりのお知らせ)が投函され、郵便局で保管されるので、同票に記載されている方法で受け取ってください。

他一部負担金の割合は、令和2年中の市県民税の課税所得を基に判定されます

ウミガメの足跡を見かけたらご連絡ください

環境保全課
☎ウミガメネットワーク 米川
(☎090-5600-0221)
☒umigamenetmie@gmail.com

伊勢湾岸でアカウミガメが毎年、産卵しています。本市では鈴鹿川派川の左岸や吉崎海岸で、平成22・25・26年にアカウミガメの産卵が確認されました。産卵時期は5月中旬～8月中旬です。上陸すると下の写真のような足跡が残るので、見かけたらご連絡ください。また、ウミガメの死体を見つけた時もお知らせください。



三二情報

◆こどもゆかた体験教室参加者募集

対小学1年～中学1年生
時7月28日(水)・31日(土)、8月4日(水)・7日(土)・18日(水)・21日(土)・25日(水)・28日(土) 10:00～12:00
所あさけプラザ3階 美術室・4階 音楽室、大矢知地区市民センター和室 **定**22人(先着順)
料無料(希望者のみ雪花絞りの大判ハンカチ材料費500円) **持**浴衣、半幅帯(またはへこ帯)、腰ひも2本、洗濯ばさみ1個、靴下、飲み物
問四日市和裁礼法教室実行委員会 伊藤(☎/FAX337-1070、090-4118-1070)

◆「レモン色の町」スライドで見る昔の諏訪商店街

時7月29日(木) 10:30～11:30
所なやプラザ2階 会議室
定10人(先着順) **料**無料
申7月22日までに、男の囲炉裏端の会 志田(☎/FAX346-2903)へ **他**マスク着用必須

◆鈴鹿高専 ひらめき☆ときめきサイエンス「から作る、あなたが作る太陽電池」

対中学生 **時**8月28日(土)・29日(日) 9:30～17:00(両日とも同内容)
所鈴鹿工業高等専門学校
定各10人(応募多数の場合は抽選)
料無料 **申**7月18日までに、同校ホームページ(<https://www.suzuka-ct.ac.jp>)から
問同校(☎368-1717 FAX387-0338)

◆介護有資格者再チャレンジ研修(Web研修)(無料)

対福祉・介護の資格を有し、現在現場で働いていない人、介護職として就職・復帰後おむね1年未満の人 **時**Web研修:8月2日(月)～令和4年2月18日(金)のうち3週間で受講 介護実技研修(希望者のみ):2月17日(木)・21日(月)
所実技研修は三重県社会福祉協議会(津市)
定150人(先着順) **申**令和4年1月21日までに、三重県社会福祉協議会(☎059-227-5160 FAX059-222-0170)へ
他インターネットに接続したパソコンが必要(通信費自己負担)。ない場合は応相談

◆介護職員初任者研修および生活援助従事者研修(通信講座)受講生

対三重県に住民登録があり、働いていないおむね70歳未満の人で、研修修了後に、福祉・介護現場で働ける人 **所**スクーリング会場は三重県社会福祉会館(津市)
定各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)
申三重県福祉人材センター(☎059-227-5160)へ
(1)介護職員初任者研修
時8月10日(火)～11月12日(金)
申7月16日(必着)
(2)生活援助従事者研修
時9月22日(水)～11月25日(木)
申8月27日(必着)

◆書道教室「三墨会」(かな・ペン習字も)会員募集

対20歳以上
時毎月第1・3月曜日 9:00～12:00
所三重地区市民センター別館大ホール
問丹賀(☎090-4256-6792)

◆県営住宅7月定期募集

■県営住宅の所在地 四日市市ほか
■北勢ブロック指定管理者 鈴鹿亀山不動産事業協同組合(〒510-0253 鈴鹿市寺家町1085-1 ☎059-373-6802)
申7月2日～31日(当日消印有効)に、三重県四日市建設事務所または指定管理者にある申込用紙を、郵送で、指定管理者へ
問三重県住宅政策課(☎059-224-2703)

国民健康保険と後期高齢者医療制度の保険料

保険料収納室 (☎354-8160 FAX359-0288)

国民健康保険および後期高齢者医療制度の保険料は、7月のはじめに令和2年中の所得に基づき計算し、7月中旬に確定した保険料の納入通知書をお送りします。本年度の保険料のあらましをお知らせします。

なお、新型コロナウイルス感染症の影響により、前年と比べて減収となった世帯については、保険料が減免となる場合があります。詳しくは、保険料収納室までお問い合わせください。

国民健康保険の保険料

国民健康保険料は、使われる目的別に(1)「医療分」(2)後期高齢者医療を支える「後期高齢者支援分」(3)介護保険を支える「介護分」となっています。また、保険料は、(1)(2)(3)ごとに、所得額に応じて負担する「所得割額」、加入者全員が等しく負担する「均等割額」、世帯で負担する「平等割額」を計算し、それを合計した額です。令和3年度の所得割額・均等割額・平等割額は以下のとおりです。

1年間の保険料
(限度額99万円)

=

医療分

+

後期高齢者
支援分

+

介護分
(対象/40~64歳)

所得割	料率 6.0%	料率 2.6%	料率 1.7%
均等割額 (1人当たり年間)	25,300円	10,300円	8,500円
平等割額 (1世帯当たり年間)	19,300円	7,800円	4,500円

【所得割額などの計算方式】

所得割額 = $\left[\frac{\text{前年中の総所得金額等}}{\text{}} - \text{基礎控除(43万円※)} \right] \times \text{料率}$

均等割額 = 1世帯の加入者数 × 均等割額

平等割額 = 1世帯ごとの平等割額

※合計所得金額が、2,400万円を超える場合は、異なります

【令和3年度 年間保険料の限度額】

医療分 …………… 63万円

後期高齢者支援分 …………… 19万円

介護分 …………… 17万円

合計 …………… 99万円

[限度額は令和2年度から変更ありません]

◇所得の低い世帯に対する均等割額・平等割額の軽減措置について、地方税法などの改正による個人所得課税の見直しに伴い国民健康保険料の負担水準に関して現行と同水準となるよう軽減判定基準の見直しを行いました

◇令和3年1月から通知書の様式が変更になりました

後期高齢者医療制度の保険料

後期高齢者医療制度の保険料は、加入者全員が等しく負担する「均等割額」と、加入者の所得に応じて負担する「所得割額」を合計したもので、個人単位で計算されます。

〈三重県の令和3年度の保険料〉

1年間の保険料
(限度額64万円)

=

均等割額
44,589円

+

所得割額
 $\left[\frac{\text{前年中の総所得金額等}}{\text{}} - \text{基礎控除(43万円※)} \right] \times \text{料率(8.99\%)}$

※合計所得金額が、2,400万円を超える場合は、異なります

均等割額の軽減措置

所得の低い世帯の人は、均等割額について2割～7割の軽減措置があります。なお、軽減に当たって、皆さんに改めて手続きしていただく必要はありません。

◇三重県後期高齢者医療広域連合の決定により、所得の低い世帯の人に対する均等割額の7.75割軽減は7割軽減となりました。

また、均等割額の軽減措置について、地方税法などの改正による個人所得課税の見直しに伴い、後期高齢者医療保険料の負担水準に関して現行と同水準となるよう軽減判定基準の見直しを行いました

問 三重県後期高齢者医療広域連合事業課 (TEL 059-221-6883 FAX059-221-6881)

令和3年度の 介護保険料をお知らせします

介護保険課 (☎354-8190 FAX354-8280)

6月下旬ごろに
納入通知書をお送りします



介護保険制度では、65歳以上の人（第1号被保険者）の保険料は、市民税の課税状況などに応じて11段階に分かれています。本年度の介護保険料は市民税の決定により確定し、6月下旬ごろに納入通知書をお送りします。

介護保険料は基準額を中心に11段階に分かれています

介護保険料は3年ごとに見直され、向こう3年間の高齢者数や介護サービスの利用量などを推計し、基準額が定められます。令和3～5年度の基準額は、要介護（要支援）者の増加、サービス利用量の増加などを見込んで令和3年度に決めました。

令和3～5年度の介護保険料（全国平均年額：72,168円 県平均年額：74,088円）

段階	あてはまる人		割合	月額	年額	
第1段階	本人が 市民税 非課税	同じ世帯に いる人全員が 市民税非課税	生活保護を受給している人	基準額×0.3(※)	1,668円	20,016円
			老齢福祉年金を受けている人			
			本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が年間80万円以下の人			
第2段階	本人が 市民税 非課税	同じ世帯に いる人全員が 市民税非課税	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が年間80万円を超え、120万円以下の人	基準額×0.375(※)	2,085円	25,020円
第3段階			本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が年間120万円を超える人	基準額×0.7(※)	3,892円	46,704円
第4段階			同じ世帯に 市民税課税者 がいる人	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が年間80万円以下の人	基準額×0.875	4,865円
第5段階	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が年間80万円を超える人	基準額		5,560円	66,720円	
第6段階	本人が 市民税 課税	同じ世帯に いる人全員が 市民税課税	合計所得金額が年間120万円未満の人	基準額×1.125	6,255円	75,060円
第7段階			合計所得金額が年間120万円以上、210万円未満の人	基準額×1.25	6,950円	83,400円
第8段階			合計所得金額が年間210万円以上、320万円未満の人	基準額×1.5	8,340円	100,080円
第9段階			合計所得金額が年間320万円以上、420万円未満の人	基準額×1.625	9,035円	108,420円
第10段階			合計所得金額が年間420万円以上、820万円未満の人	基準額×1.75	9,730円	116,760円
第11段階		合計所得金額が年間820万円以上の人	基準額×2.0	11,120円	133,440円	

(※)住民税非課税世帯（保険料段階1～3段階）の人の保険料基準額に対する割合について、公費負担による軽減を図っています

合計所得金額とは…年金・給与などの全所得の合計額で、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額をいいます。また、「長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額」の控除後の額となります。第1～5段階は、「公的年金等に係る雑所得」を控除した額となりますが、第1～5段階の合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得（給与所得及び公的年金等に係る雑所得両方がある人の所得金額調整控除を適用されている人は、所得金額調整控除の額を加えた額）から10万円を控除した金額を用います。第6段階以上の合計所得金額に給与所得または公的年金等に係る雑所得が含まれている場合は、給与所得及び公的年金等に係る雑所得の合計額から10万円を控除した金額を用います。（控除後の金額が0円を下回る場合は0円）

保険料の納め方

納め方	年金からの天引き（特別徴収）	納付書または口座振替での納付（普通徴収）
対象となる人	<p>年金が年額18万円以上の人</p> <p>ただし、年金が年額18万円以上でも、次の人は普通徴収となります</p> <ul style="list-style-type: none"> ●本年度中に65歳になる人 ●他の市町村から転入した人 ●年間保険料が変更になった人 ●年金担保貸付を利用している人 ●老齢福祉年金を受けている人 ●年金が遅れたり、止まったりした人 	<p>年金が年額18万円未満の人</p> <p>本年度中65歳になる人、四日市市に転入した人など</p>

質問箱

本年度に65歳になる人は、保険料をどう納めるの？

介護保険料は本人の年金からの天引きが原則となっていますが、本年度65歳になる人は、年金の額にかかわらず、普通徴収で納めていただきます。年金からの天引きが開始される2ヵ月前に、改めて通知します。なお、天引きになるために特別な手続きは必要ありません。

8月からの天引き額が変わるのはなぜ？

介護保険料は市民税の課税状況や所得に応じて変わります。6月の本年度の市民税確定に伴い介護保険料が決まりますので、その額に応じて8月以降の4回の徴収で調整します。

暮らしの情報

イベント講座

募集

その他

保健だより

令和2年度下半期の 財政状況

(令和3年3月31日現在の執行状況)

財政課 (☎354-8130 FAX359-0275)

市の財政状況について市民の皆さんにお知らせするため、「四日市市財政公表条例」に基づき令和2年度下半期の財政執行状況を公表します。

なお、出納整理の期間(4月1日～5月31日)の数字が含まれませんので、決算の数字とは異なります。
※数字は端数調整しているため、計算が合わない部分があります

一般会計

歳入予算の執行率は95.3%(1,537.3億円)

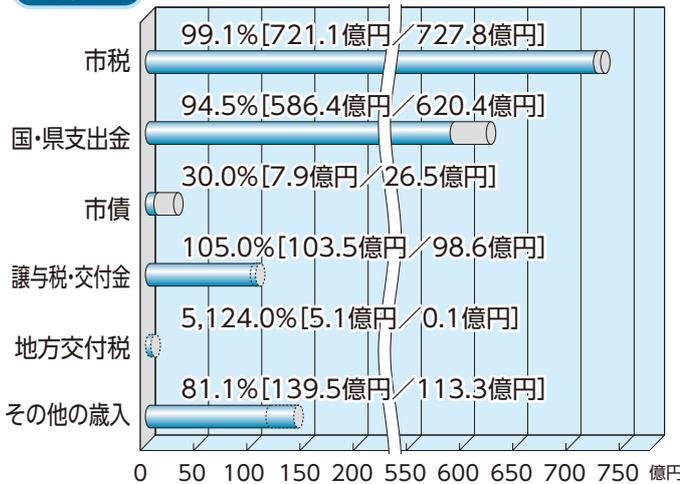
●全体の執行率は前年同期の91.8%に比べ3.5ポイントの増

※歳入歳出ともに執行額と予算額が異なるのは、出納整理期間の数字が含まれていないことなどによるものです

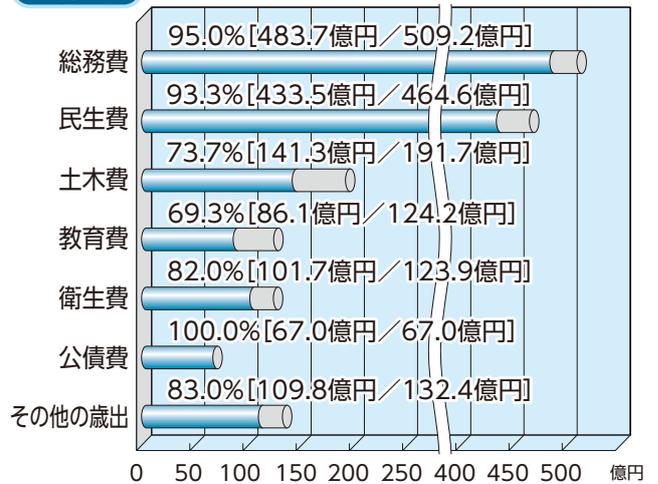
歳出予算の執行率は88.2%(1,423.0億円)

●全体の執行率は前年同期の84.6%に比べ3.6ポイントの増

歳入 執行率[執行額(下記グラフ緑色部)/予算額]



歳出 執行率[執行額(下記グラフ緑色部)/予算額]



特別会計

歳入予算の執行率は96.0%

歳出予算の執行率は89.4%

(会計区分)	(予算現額)	(収入済額)	(支出済額)
国民健康保険	273.8億円	250.9億円	251.3億円
介護保険	231.5億円	229.9億円	205.4億円
競輪事業	184.5億円	180.3億円	163.4億円
後期高齢者医療	69.1億円	67.4億円	60.6億円
土地区画整理事業	1.3億円	1.3億円	1.1億円
その他の会計	11.0億円	10.5億円	7.6億円
特別会計合計	771.3億円	740.3億円	689.4億円

市債の残高

一般会計と特別会計を合わせた残高は498.9億円

●前年同期比で32.2億円、6.1%減



市民負担の状況

	歳入	歳出	市債残高
一般会計	494,925円/人	458,141円/人	153,408円/人
一般会計+特別会計	733,266円/人	680,089円/人	160,607円/人

※四日市市の人口
310,610人
(令和3年4月1日時点)

市有財産の状況 (令和3年3月31日現在)

前年同期比で土地は32,114㎡減(0.39%減)建物は11,408㎡増(1.19%増)

土地 8,256,761㎡
公園の敷地・市有林など

建物 966,848㎡
市役所、学校、市営住宅など

工作物 33,146個
学校・公園の遊具など



●過去の財政状況は、ホームページに掲載しています <http://www.yokkaichijyuu.go.jp> 1001000003457

令和3年度固定資産税・都市計画税（第2期）納期のお知らせ

収納推進課(☎354-8141 FAX354-8309)

8月2日は固定資産税・都市計画税（第2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。

「いきいき出前講座」メニューが新しくなりました

文化振興課(☎354-8239 FAX354-4873
☎1526951851467)

市民団体やグループが主催する学習会に、市の職員が出向いて市政情報などを提供する「生涯学習いきいき出前講座」のメニューが、6月から新しくなりました。メニューの内容は、環境・健康・防災など、豊富にそろっています。各地区市民センター、文化振興課（市役所5階）、市ホームページにあるメニュー表をご確認ください。

子育て世帯の 住み替え、親世帯との 同居・近居を支援

都市計画課(☎354-8272 FAX354-8404
☎1001000001794)

中古住宅などの空き家の有効活用と市内への定住促進を図ることを目的に、市外から転入または市内の賃貸住宅から転居する子育て・若年夫婦世帯による、中古住宅などの空き家の取得や親世帯との近居・同居を支援します。

申 随時（先着順。予算の範囲内で補助）

他 支援内容や申請書など、詳しくは都市計画課へ。市ホームページからも入手できます

◆子育て・若年夫婦世帯の住み替え・親世帯との近居支援

■対象者

子育て世帯または若年夫婦世帯であり、市外からの転入者または市内の賃貸住宅からの転居者

■対象となる住宅

対象区域の一戸建て中古住宅（親世帯と近居する場合は親世帯から2キロ以内の市内一戸建て中古住宅）

内 取得した住宅・土地の固定資産税等相当額の2年分で最大20万円（親世帯と近居する場合は固定資産税等相当額の4年分で最大40万円）

他 昭和56年5月31日以前に建築された住宅は耐震性を確保しているものに限り、対象区域はお問い合わせください。住宅を取得後、最初の固定資産税等が課税される年度の前年度に申請が必要です

◆三世帯同居等支援

■対象者

子育て世帯・若年夫婦世帯と親世帯であり、三世帯同居などを予定している、または令和2年4月1日以降に三世帯同居を開始し2年以上が経過していない世帯

■対象となる住宅

親世帯か子世帯が市内に所有する住宅

内 リフォーム費用の3分の1（最大50万円）

他 工事を行う前に申請が必要です

狭小宅地の敷地増し 手続きを支援します

都市計画課(☎354-8272 FAX354-8404
☎1001000001842)

密集市街地における、安心安全な住環境の形成や、同居などによる子育て・介護環境の向上を図るとともに、本市への定住を促進することを目的として、狭小宅地の敷地増し※を行い定住する人に、登記手続き費用などの一部を助成します。

※隣接する土地を新たに取得し、2以上の土地を併せて定住するための敷地面積を増やすこと

■対象者

敷地増しを行う土地に住み、かつ所有権を有する人

■対象となる土地

(1)と(2)を満たす土地

(1)①～③のいずれかを満たす

①補助対象者が居住するために敷地増しを行い、165㎡以上の敷地面積とする

②補助対象者が補助対象者の2親等内の世帯と居住するために敷地増しを行い、165㎡以上の敷地面積とする

③補助対象者が居住する未接道の土地に接する土地を含めて敷地増しを行い、165㎡以上の敷地面積とする

(2)取得する土地が補助対象者の世帯構成員の2親等内の親族が所有していない

■補助額

敷地増し手続き費用（測量費用、登記費用、不動産取得にかかる仲介手数料）の2分の1（上限30万円）

申 随時（先着順。予算の範囲内で補助）

他 対象区域など詳しくは都市計画課へ。制度概要や申請書などは、市ホームページからも入手できます

一般競争入札で 市有地を売り払います

管財課(☎354-8299 FAX359-0275)

■物件

朝日町182番 宅地 329.19㎡

■入札参加申込期間

6月22日～7月2日
（開庁日の8：30～17：15）

■受付場所 管財課（市役所5階）

■入札・開札の日時と場所

7月7日（水）10：00から
第一入札室（市役所5階）

■予定価格（最低入札価格）

1,307万円

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。

市指定文化財「旧四郷村役場」 (四郷郷土資料館)の休館

社会教育・文化財課
(☎354-8240 FAX354-8308)



大正時代に建てられた「旧四郷村役場」(四郷郷土資料館)は、今年で築100年を迎えます。

今年度秋から耐震補強・復原修理工事を行う予定で、工事前の7月1日(木)から休館します(6月末までは毎週土曜日に開館)。工事は令和4年度までの予定で、工事期間中は同館と駐車場・トイレへの立ち入りできません。

マイナンバーカードに関するお知らせ

市民課 (☎354-8152 FAX359-0282)

◆休日申請受付窓口の開設

(HPID)1619177342959)

平日に市役所へ来ることが困難な人のために、各地区市民センターで月1回、マイナンバーカード休日申請受付窓口を開設しています。この窓口で申請した場合、カードは自宅に郵送(本人限定郵便。特例型)されます。受け取りのために再度来訪する必要はありません。(カード到着まで、2カ月程度かかります)

申請は事前予約制です。予約は、電話(平日8:30~17:15)で、各地区市民センター(中部地区市民センターは市民課)へ。

■7月の開催予定

時	地区市民センター (固)
7/3 (土)	三重地区 (☎331-3276)
7/4 (日)	海蔵地区 (☎331-3284) 川島地区 (☎321-3020) 神前地区 (☎326-2751) 桜地区 (☎326-2051)

7/10 (土)	富田地区 (☎365-1141) 下野地区 (☎337-0001) 羽津地区 (☎331-4465) 日永地区 (☎345-3197)
7/11 (日)	大矢知地区 (☎364-8704)
7/17 (土)	橋北地区 (☎331-3787) 常磐地区 (☎351-1751) 楠地区 (☎398-3111)
7/18 (日)	富洲原地区 (☎365-1136) 八郷地区 (☎365-0259) 県地区 (☎326-0001) 水沢地区 (☎329-2001) 中部地区 (市民課 ☎354-8152)
7/22 (木)	塩浜地区 (☎345-2403)
7/24 (土)	小山田地区 (☎328-1001)
7/25 (日)	四郷地区 (☎321-2021) 内部地区 (☎345-3951)
7/31 (土)	保々地区 (☎339-0001) 河原田地区 (☎345-5020)

◆コンビニ交付サービス

全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機(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。※サービスを利用する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、すべての証明書のコンビニ交付サービス業務を一時停止します。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 7月21日(水) 終日

◆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



四日市 けいりん

本場販売 なし

場外販売 7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 = 17:30~21:00 G = 16:30~21:00
D = 9:00~16:30
H = 9:00~12:00、17:30~21:00

四日市市総合体育館 (☎348-4100)

●アリーナ

バドミントン/ソフトボール 7/1 E 7/29 F
卓球 7/30 F
バスケットボール 7/2 F
バレーボール 7/5 E

●弓道場(弓道で使用する場合)

近的射場 7/4 C
7/1~3・5・29~31 F
遠的射場 7/4 C
7/1・3・29・31 F

●弓道場(アーチェリーで使用する場合)

遠的射場(全面) 7/2・5・30 F

●トレーニングルーム(全面)

7/1~4・30・31 F 7/5 G

●トレーニングルーム(マシンエリアのみ)

7/29 F

中央第2体育館 (☎345-4111)

バドミントン 7/5・7 E 7/2 F
卓球 7/6 B 7/9 D
7/8 F

四日市ドーム (☎330-3131)

グラウンドゴルフ 7/16 D

あさけプラザ体育館 (☎363-0123)

バドミントン・卓球 7/10・17・31
(9:30~16:30)

四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み



◆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
妊婦歯科健康診査	妊婦	各医療機関
幼児歯科健康診査およびフッ素塗布	対象児に個別通知します	各医療機関

- 母子健康手帳・健康診査票などが手元ない場合は、同課まで連絡してください
- 妊産婦健康診査を、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 小児用肺炎球菌 ヒブ 四種混合 B型肝炎 麻しん、風しん混合 BCG 日本脳炎 水ぼうそう ヒトパピローマウイルス 二種混合 感染症	<ul style="list-style-type: none"> ○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、医師と相談の上、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歳の人が対象で、補助額は最大3,000円です。なお、接種前に申請が必要です
- 日本脳炎ワクチンについて
現在、日本脳炎ワクチンの出荷量の制限により、一部医療機関での接種予約が困難な状況です。市では、供給が安定するまでの間、4回接種のうち、1期の2回(1回目および2回目)の接種を優先して接種していただくようお願いしています。第2期の接種の案内は、令和4年度に繰り下げて行う予定です。詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。供給量が安定するまでの間、ご心配をお掛けしますが、ご理解をお願いします
- 新型コロナウイルス感染症への罹患リスクがあるため受診を控えており、規定の接種ができなかった場合、同課まで連絡してください



厚生労働省
ホームページ



◆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
パピママ教室 (妊娠中から産後の生活の話、沐浴体験、妊婦模擬体験など)	出産予定日が令和3年11月6日以降(教室参加時、妊娠28週未満)の妊婦・その家族 定15組	8月13日(金) 9:30～12:00	7月30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
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	7月5日(月) 10:00～11:00	7月1日	所総合会館5階 申電話でお申し込みください
さくらんぼひろば (みんなで遊んだり、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	7月2日(金) 10:00～11:00		
乳幼児食教室 (講話と調理実演など) ※乳児同伴も可	定各15人 5～8カ月児 9～12カ月児	8月6日(金) 10:30～11:50 8月17日(火)	開催日の1週間前	受講希望日、住所、対象児の名前(ふりがな)、生年月日、電話番号 持だっこひもなど
1歳のバースデー歯科教室 (講話・歯科健診など)	10カ月～1歳3カ月の乳幼児 定20人	8月6日(金) 13:30～14:30 8月24日(火) 10:00～11:00	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
2歳のバースデー歯科教室 (講話・歯科健診など) ※希望者にフッ素塗布	2歳0カ月～2歳3カ月の幼児 定15人	8月20日(金) 10:00～11:00 8月24日(火) 13:30～14:30	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 持歯ブラシ(フッ素塗布時に必要)など ※4カ月以内にフッ素塗布をした人は教室を受講できません。歯ブラシをお忘れの場合、フッ素塗布ができないことがあります
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



◆よかパパひろば（父親の子育て相談） 料無料 申不要

時	所	定	連絡先
7月4日(日) 10:00~11:15(9:00から受け付け)	こども子育て交流プラザ	10組(当日、先着順)	同プラザ☎330-5020



◆子育てコンシェルジュによる、子育て期などの悩みごと相談 対妊婦、未就学児の保護者 料無料

※☎…育児相談専用ダイヤル

名称	相談受付時間
こども未来課（総合会館3階） ☎354-8069 ☎☎327-6325	9:00~17:00 (土・日曜日、祝日と年末年始を除く)
塩浜子育て支援センター（大字塩浜887-1） ☎345-7978 ☎☎345-3553	
橋北子育て支援センター（午起一丁目3-13） ☎332-4527 ☎☎331-1875	
こども子育て交流プラザ（東新町26-32） ☎330-5020 ☎☎331-5560	9:00~17:00(年末年始を除く)



◆地区市民センターなどで行う各種検診 (詳しくは、広報よっかいち4月下旬号と同時に配布した「令和3年度がん検診のお知らせ(保存版)」をご確認ください)

市窓口(①)、はがき・ファクス(②)、市ホームページ(③)での申し込み

※電話での申し込みは受け付けていません

Web申し込み



- ①各地区市民センター(中部地区除く)、健康づくり課(市役所3階)、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送付先: 〒510-8601 健康づくり課、FAX353-6385
- 下記の項目を記入して、はがきかファクスで健康づくり課へ(※検診ごとに項目が異なります)

集団検診(胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん、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「集団がん検診希望」 ⑥希望検診日、会場、検診種類
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「個別がん検診希望」

③市ホームページ (URL: <https://www.city.yokkaichi.mie.jp/kenshin/>)

※令和3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)検査を受診できます。希望する人は、集団検診は受診当日に受け付けで、個別検診は受診する医療機関にお伝えください
※65歳以上の人は、市の肺がん検診を受けると、結核検診を同時に受診できます

個別検診について

【実施期間】令和4年2月28日まで ※お申し込みいただいた人には、受け付け後約2週間で、受診券を発送します

集団検診 7月締め切り分案内

月	日(曜日)	会場名	検診種類						申し込み締め切り日
			胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がんマンモ	乳がんエコー	肺がん	
8	17日(火)	富田地区市民センター				乳マ		7月14日	
	18日(水)		胃	大腸	子宮				
	19日(木)	小山田地区市民センター	胃	大腸	子宮				
	20日(金)				乳マ				
	21日(土)	ヘルスプラザ ★	胃	大腸	子宮	乳マ	肺	7月21日	
	22日(日)	ヘルスプラザ			子宮	乳工			
	24日(火)	下野地区市民センター					肺		
	24日(火)	水沢地区市民センター					肺(PW)		
25日(水)	富洲原地区市民センター					肺	7月28日		
25日(水)	県地区市民センター					肺(PW)			
28日(土)	あさけプラザ				乳マ	肺			
31日(火)		胃	大腸	子宮					
9	1日(水)	川島地区市民センター	胃	大腸	子宮			7月28日	
	2日(木)				乳マ				
	2日(木)	富洲原地区市民センター				乳マ			
	3日(金)	川島地区市民センター				乳マ			
	3日(金)	ヘルスプラザ			子宮		乳工		
	4日(土)	あさけプラザ	胃	大腸	子宮				

●集団検診では、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、受付時間を指定して案内します。

また、分散して受診できるように、会場の広さによって五つの検診(胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん)を別日に分けて実施しています。検診日、会場により、受けられる検診の種類が異なるので、日程表をよくご確認の上、お申し込みください

●申込者数が定員に達した場合、締め切り日より前に申し込み受け付けを終了することがあります。また、申し込み受け付け後も、申し込み状況によっては検診日・会場の変更をお願いすることがあります。その場合は、健康づくり課からご連絡します

●集団検診を申し込んだ人には、希望の検診日の約1週間前に、受付時間や検診費用などを記載した案内一式を発送します。必ず案内に記載された時間内に会場へお越しください。都合の悪い場合は、事前に健康づくり課までご連絡ください

★印の日程は、五つのがん検診(乳がんはマンモグラフィ)を同日に受けることが可能です



◆B型肝炎・C型肝炎ウイルス検査を無料で受けられます

肝臓がんの原因の大半を占めるB型・C型肝炎ウイルス性肝炎を早期発見するため、検査を受診しましょう。

対	本市に住民登録があり、過去に市の実施する肝炎ウイルス検査を受けたことがない人(現在、肝炎の治療中の人を除く)				
期 間	令和4年3月31日まで	所	委託医療機関	料	無料
申	所定の申込書を、直接、健康づくり課(市役所3階)の窓口へ。申し込み後、受診券を発行します。申込書の郵送、ファクス送付を希望する場合は、健康づくり課までご連絡ください				

**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 [HPhttps://www.qq.pref.mie.lg.jp/](https://www.qq.pref.mie.lg.jp/)
- ◆携帯電話による案内 [HPhttps://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/](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 <small>※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ほか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 ※受診する場合は、事前に電話連絡をお願いします</small>	内 小 児 科	日曜日、祝・休日、年末年始(12/31、1/1・2・3) 10:00~12:00、13:00~16:00
	耳 鼻 咽 喉 科	日曜日 10:00~12:00、13:00~16:00 (年末年始を除く)
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 <small>※当面、電話相談のみ</small>	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 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) <small>※予約不要。検査結果を聞くために、再度来所が必要</small>	7月7日・14日・21日・28日(いずれも水曜日) 13:00~15:00 7月28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) 7月8日(木) 13:30~16:30 7月30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、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、祝日はお待ちいただく場合があります。ご理解をお願いします。

※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

『放課後等デイサービスを 知っていますか?』

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=



街で「□□児童デイサービス」「放課後等デイサービス△△」といった看板を見かけることはありませんか。

放課後等デイサービスは、平成24年の児童福祉法の改正によって創設されました。本市では「児童通所支援サービス」として市民の皆さんに提供している福祉サービスの一つです。小・中学校、高校などに通う発達支援の必要な子どもを対象に、放課後や夏休みなどの休日に、生活能力向上のための訓練や社会との交流を目的とした支援をしています。

例えば、集団活動が苦手な子どもには、少人数で行う好きな活動を通

して、人と関わる楽しさを体験しながら、ルールやマナーを学べるよう支援しています。また、スーパーやコンビニに買い物に行き、人とのやり取りを経験し、お金の使い方を学びます。

私たちが地域社会で暮らしていくためには生活能力や人と関わる力が必要です。子どもたちはその技術を、学校や放課後に子ども同士の関係の中で培います。放課後等デイサービスは、日常生活を大切にしながら、家庭や学校と連携を深め、子どもたちが安全、安心に過ごせる居場所を作っています。皆さんの身近にある

施設で、子どもの自尊心や主体性を育み、成人期の自立を目指し、工夫を凝らしたサービスに取り組んでいます。

放課後等デイサービスについて知ることを通じ、すべての子どもたちが豊かで充実した人生を送ることができる社会を目指していきましょう。



問い合わせ先
こども発達支援課
(☎354-8064 FAX354-8102)

7月の予定

相談 午前= 9:00～12:00 午後= 13:00～16:00 祝・休日を除く

分類	相談名	問い合わせ	とき	ところ	
市 民	消費生活相談 ※1	354-8264	月～金曜日	午前と午後	
	市民相談 ※2	354-8153	1(木)・8(木)・15(木)・29(木) 毎週月曜日	午後	
	弁護士相談 ※3				予約制各7人
	司法書士相談 ※3 ※4				6(火)・20(火)
	行政書士相談 ※5				21(水)
	社会保険労務士相談 ※6				予約制6人
	交通事故相談 ※7				354-8155
	建築相談(市民向け)	354-8206	9(金)・23(金)	13:00～15:00	
	建築相談(専門家向け)		14(水)・28(水)	午後	
	日曜市税納付相談	354-8140 354-8143	25(日)	10:00～16:00	収納推進課
日曜国保納付相談	354-8160				
行政相談 ※8	354-8153	20(火)	午後	※8 国・県・市など役所の業務や独立行政法人などに対する意見など	
福 祉	障害者相談 ※9	354-2550 354-2411 354-8144 354-8276 353-5110 354-8064	月～金曜日	8:30～17:15	
	障害者の就業に関する相談				
	福祉総合相談				
	ボランティア活動相談				
	子育て、ひとり親家庭など 児童家庭の相談				
	児童虐待相談				
	児童発達相談				
教 育	発達・不登校等教育相談	354-8285	月～金曜日	8:30～12:00 13:00～17:15	
	いじめ・体罰等教育相談	354-8169			
	青少年とその家庭の悩み相談	352-4188			
人 権	人権相談	354-8610	月～土曜日	午前と午後	
	女性のための電話相談	354-8335	火～土曜日	9:00～16:00	
	男性のための電話相談	354-1070	毎週水曜日(祝日除く)	18:30～20:30	
	働く女性、働きたい女性のための就労相談(働くウーマンナビ)	359-1888 (予約専用※)	24(土)	13:00～15:00	
	外国人のための生活相談 出入国・在留手続き相談	353-9955	10(土)	午前と13:00～15:00	
			14(水) オンライン	13:00～16:00	
			28(水) オンライン	17:00～20:00	
		火～日曜日	9:00～17:00		
		18(日)(要予約)	13:00～16:00		