



ふれあい中部



第772号／令和8年(2026年)3月20日発行
中部地区市民センター／西浦一丁目8番3号 ☎354-0336

中部地区市民センターのホームページにて、センター日より「ふれあい中部」をご覧ください。

令和8年度
子育て応援事業

中部すくすく&マタニティ広場

～お子さんの安全と救命処置について学ぼう～



家庭での事故防止や、乳幼児に対する一次救命処置
(心肺蘇生やAED、気道異物除去法等)について話します
※実技を体験していただくこともできます



日時：4月17日(金) 10時30分～11時30分

場所：中部地区市民センター 4階 音楽室

講師：日本赤十字社 三重県支部職員

対象：市内在住の乳幼児と保護者及び妊婦

定員：15組程度(先着順)

受付：4月3日(金) 9時から開始

持ち物：バスタオル、水分補給用の飲み物

★民生委員さん・主任児童委員さんにお手伝いいただいております。

★身長・体重測定も出来ます(母子手帳をお持ちください)。

事前申込みが必要です。無料で参加できます。

申込みは
こちらから



<問い合わせ> 中部地区市民センター TEL：354-0336 月～金 9時～17時(祝日を除く)
※当センターは駐車スペースが限られておりますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

🌸 令和8年度四日市市熟年大学の受講者を募集します 🌸

熟年大学は、開設以来40年以上の歴史をもち、60歳以上の方々が楽しく学べる場、活動できる場として設定しています。生活に生きがいと活力を持ち、社会参加への意欲を高めていただき、今後の地域社会づくりに活かしていただくことを目的にしています。詳細は、四日市市ホームページまたは、市民生活課(市役所5階)・地区市民センター配架の募集要項をご確認ください。

対象：市内に在住する60歳以上(4月1日現在)で、これまで受講したことのない人

時間：10:00～11:30 講義、13:00～15:00 クラブ活動[書道・水墨画・俳句・

銅板工芸(レリーフ)・陶芸・コーラス・社交ダンス]

※その他、班長会・クラブ活動・各種委員会などを随時開催します。

定員：45人(応募多数の場合は抽選)

受講料：9,000円(クラブ活動、行事の経費など別途自己負担があります)

申込方法：4月1～14日(必着)までに、専用フォームから、または、所定の用紙を、直接、各地区市民センター、または、市民生活課(市役所5階)へご提出ください。



←申込専用フォーム

【問い合わせ】市民生活課 (☎354-8146)

回																				
覧																				



犬の登録と狂犬病予防注射をお忘れなく！

生後 91 日以上の子犬の飼い主は「狂犬病予防注射月間」の4～6 月に狂犬病予防注射を受けさせることが法律で義務付けられています。動物病院または市が行う集合注射会場で狂犬病の予防注射を受けさせてください。また、犬の生涯に 1 回の登録もお願いします（※1）。（マイクロチップを装着している犬を除く※2）

中部地区での集合注射の日時と会場（集合注射は4月のみです）

4月20日（月）	14：00～14：25	三重県四日市庁舎（新正）
----------	-------------	--------------

犬と飼い主の安全性を鑑み、かかりつけの動物病院での個別注射を推進しています。
ご理解とご協力をお願いします。

持ち物 ●市内に登録のある犬：お知らせのハガキ（3月下旬発送予定）と注射費用

●新たに登録する犬：登録費用と注射費用

※1 市外で登録があり、転入登録する犬は、集合注射会場では受付できませんので、衛生指導課までお問い合わせください。

※2 マイクロチップを装着している犬は、マイクロチップの情報を環境省指定登録機関に所有者登録または変更登録することで、市への登録申請が不要となります。

費用 ●集合注射 1頭につき3,650円（注射料金3,100円+注射済票交付手数料550円）

※令和8年度より料金が改定されました！ご注意ください。

●登録 1頭につき3,000円

※詳細については、衛生指導課にお問い合わせいただくか、市ホームページをご確認ください。

【注意事項】

- 注射による副反応がまれに生じることがあります。
- 事故防止のため、首輪は外れないようにしっかりと付け、犬を制御できる人が連れて来てください。（会場での事故などに、市および獣医師会は責任を負いかねます）
- ふん尿は、連れて来た人が責任を持って始末してください。



【その他】

- ・雨天実施。
- ・中部地区以外でも予防接種を行っています。会場、日時については、下記までお問い合わせください。

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



【問い合わせ】保健所 衛生指導課
電話 352-0591

飼い主さんへお願い

◆ペットが散歩中にフンをしたら、必ず飼い主が後始末をして持ち帰りましょう。

◆制御できる人がリード(紐)につないで散歩にいきましょう。



イキイキ教室

- 日時：4月14日（火）10：00～11：30
対象：おおむね65歳以上の市民の方
会場：四日市市総合会館4階 機能回復訓練室
持ち物：タオル、飲み物、必要に応じマスク
内容：ストレッチ体操、筋トシ、脳トシ、歌など
その他：申し込み不要・参加費無料
お願い：参加される方は感染症予防にご協力ください

認知症予防のための
“コグニサイズ”も実施しています♪

コグニサイズとは、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を合わせた言葉で、国立長寿医療研究センターで考案された、認知症予防の運動方法です。

【令和8年度 5月以降の開催予定日】

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| ・ 5月19日（火） | ・ 6月16日（火） | ・ 9月15日（火） |
| ・ 10月13日（火） | ・ 11月17日（火） | ・ 12月15日（火） |
| ・ 1月19日（火） | ・ 2月16日（火） | ・ 3月16日（火） |



健康な毎日を目指して、
みんなで楽しく、
一緒に介護予防に取り組みましょう♪

問い合わせ：高齢福祉課 電話：354-8170

第16期ボランティア電話相談員養成講座 受講生募集

三重いのちの電話協会は自殺防止を第一使命として様々な悩みごとに電話を通じて対話することにより、生きる勇気をお持ちいただけるように支援をしている市民団体です。

同協会では、電話相談を担うボランティア相談員を養成する講座の受講生を募集します。

募集受付期間は4月15日（水）までです。

応募に関する詳しい内容につきましては、下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】 三重いのちの電話協会事務局

電話（FAX）：059-213-3975 平日13時～16時

たみお

民生のつぶやき



民生委員は児童委員としても活動しているよ。
子どもに関する課題を解決するためには、子どもだけでなく保護者や家庭、さらに地域の方が関わる必要があるためなんだよ。

年齢問わず地域の方
すべてが民生委員・児童
委員さんに相談にのっ
てもらえるんだね♪



自治会に加入しましょう！・自治会活動に参加しましょう！

「四日市の小中学生のための こどもの居場所」

～イベント開催のお知らせ～

**小中学生対象
参加 無料**

さまざまな体験を通じて居場所を見つけてみませんか？

四日市市では、あさけプラザにて、小中学生を対象にさまざまな体験ができる居場所づくりを始めました。

毎月第1水曜日と第3土曜日に居場所を開催しています。ぜひ、遊びに来てください！

4月から中学生は19：00まで利用できます。（小学生は17：00、夏季は17：30まで利用できます）

※今月は小学生は17：00まで利用できます

【開催日時・内容】

4月8日（水）	14：00～19：00	常設コーナー 宿題や勉強、ミニ卓球、ボードゲーム、e-スポーツができます。おやつもありますよ。	定員/なし 予約/不要
4月18日（土）	14：00～19：00	体験工房「四日市のアロマワックスサシェ」 ドライフラワーやかぶせ茶などを入れて、インテリアやバッグに付けるアイテムとしても映えるサシェを作ります。常設コーナーもあります。	定員/50人（先着順）

【会場】四日市地域総合会館 あさけプラザ（四日市市下之宮町296-1） 2階

【問い合わせ】企画内容に関すること：アクティオ株式会社（Tel.359-5560）

事業内容に関すること：四日市市こども未来課（Tel.354-8038）

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

所在地：四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階

TEL：330-5020 FAX：334-0606 HP：<https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

こども子育て交流プラザは、年末年始を除き毎日開館しています。



【開館時間】9：00～19：00

※小学生以下（保護者同伴でない場合）の利用は17：00までです。（5月～8月は17：30まで）

※開館中は随時、職員が清掃や消毒を行います。その際、一部利用を制限することがあります。ご了承ください。

【主なイベント日時・内容】

料金 無料

4月2日（木） ～3日（金）	14:00～16:00	発見！ プラザのひみつ 新学期のプラザにはひみつがいっぱい!? ミッションをクリアして、オリジナルアイテムを ゲットしよう!!	対象/幼児～小学生
4月14日（火）	9:30～11:00 【受付】9:00～ 10:30	赤ちゃん広場 体重測定や助産師に发育相談ができます。	対象/0歳～18か月、出産予定の人 定員/先着10組 持ち物/母子手帳、バスタオル
4月19日（日）	9:30～11:30	ここパパミニプレーパーク！ 今月は「木材」をテーマに、ひろばで自由に遊ぼう！ 「やってみよう！」をいっぱい楽しもう！	対象/どなたでも 持ち物/水筒、帽子 協力/パパスマイル四日市

※行事の内容等を変更する場合があります。開館状況、イベント実施状況など詳しくは、ホームページをご覧ください。

※ふれあい中部の用紙は、再生紙を含む紙でできています。紙は大切な資源です。再利用に努めてください。

※当センターは駐車スペースが限られておりますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。