




ふれあい中部



第775号／令和8年(2026年)5月10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、センターだより「ふれあい中部」をご覧ください。 

令和8年度連合自治会長のご紹介 一年間よろしくお願いたします。



- ◆共同地区 はしもと 橋本 かつふみ 勝文
 - ◆同和地区 ごとう 後藤 ようすけ 洋介
 - ◆中央地区 おかだ 岡田 えいじ 栄治
 - ◆港地区 おおはし 大橋 ひろし 洋
 - ◆浜田地区 やまじ 山路 かずよし 和良
- (敬称略)

令和8年度生涯学習講座

東海道四日市宿の魅力を発信し続ける ～東海道四日市宿資料館の閉館を乗り越えて～

地域のみなさんと共に作り上げてきた「東海道四日市宿資料館」が令和8年5月末で閉館することとなりました。閉館を前に資料館の歩みを振り返るとともに資料館を見学し、東海道四日市宿の魅力を再認識する講演会・現地見学会を行います。陣屋跡や安政の大地震碑の見学や洒水の井戸等も紹介します。

日時：5月22日(金) 13時30分～16時30分

13:30～14:30 講演会

14:30～16:30 移動／資料館や陣屋跡等の見学

場所：中部地区市民センター 4階 大会議室 にご集合ください

講師：長谷川博久さんはせがわひろひさ(東海道四日市宿資料館館長)、

東海道四日市宿資料館の語り部のみなさん

定員：60名(現地見学あり)及び40名(現地見学なし) <申込時に選択>

申込：事前申込が必要です 5月11日(月) 9時から受付開始 先着順

申込フォーム：<https://logoform.jp/form/7p72/1550163>

参加費無料



申込QRコード

留意事項：中部地区市民センターから東海道四日市宿資料館までの往復 2.2km、陣屋跡や建福寺を周る 0.6km、計 2.8km 余りを歩きますので、歩きやすい服装でご参加ください。(雨天決行／現地解散可)

【問い合わせ】中部地区市民センター TEL：354-0336 e-mail：chubu-c@city.yokkaichi.mie.jp

※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。

軽自動車税
(全期)

納期限は
6月1日(月)です



自治会に加入しましょう！・自治会活動に参加しましょう！

回																			
覧																			

グリーンカーテン講座

再掲

ゴーヤを育てたみどりのカーテンで日差しをさけ、快適に省エネに取り組みませんか?
年々暑くなっている夏に向け、気軽に取り組める地球温暖化対策です。

日時: 5月29日(金) 10時00分~11時00分

場所: 中部地区市民センター 3階 会議室

内容: 地球温暖化対策講座(20分程度)・グリーンカーテン ゴーヤ苗の育て方(20分程度)
※講座終了後にゴーヤを1人2苗お渡しします。

対象: 中部地区在住・在勤・在学の方

定員: 25名(先着順)

〈申込み・問い合わせ〉

グリーンカーテン講座申込み窓口(受託者: アクティオ株式会社)

TEL: 354-8430

受付時間 火曜日~土曜日 9時00分~17時00分

参加費無料

※5月15日(金)から受付開始しているため、既に定員に達している場合があります

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

再掲

保健師に聞いてみよう!乳幼児の発育・発達と相談のポイント

※ご希望の場合は個別相談もできます。



日時: 5月15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: 保健師(こども家庭センター)

対象: 市内在住の乳幼児と保護者及び妊婦

定員: 10組程度(先着順)

受付: 5月1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)。

申込みは
こちらから



事前申し込みが必要ですが
無料で参加できます

<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。

中央小学校が「まもってくれてありがとう運動」モデル校に指定されました

[4月15日指定式開催]

当協議会では、歩行者と車両の交通事故防止のため、平成30年から市内の小学校を対象に「まもってくれてありがとう運動」に取り組んでおります。この運動は、歩行者が横断歩道を渡るとき、停止してくれた車両の運転手の方に対して「ありがとう」と言ったりして、お互いの「思いやり」の気持ちにより交通事故の減少を図ることを目的としています。

指定式の当日は、あわせて四日市市交通安全教育指導員(とみまつ隊)によるミニ交通安全教室が行われました。

【事務担当】交通安全協議会事務局

(道路管理課 TEL: 354-8154)



※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。

全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達試験が実施されます

Jアラート全国一斉情報伝達試験に併せて、市内121箇所全ての防災行政無線の屋外拡声子局の試験放送を実施します。防災行政無線に加え、CTY-FMラジオ放送、四日市市Sアラート等からも一斉に放送いたしますので、ご承知おきください。

実施日時：6月3日(水) 午前11時00分ころから数分程度

※地域住民の皆さんに参加していただく試験ではありません。

- 059-351-4004(自動電話応答機能)にTELしていただくと放送内容が確認できます。
- 気象状況その他の理由により中止する場合があります。

【問い合わせ】危機管理課 電話：354-8119 メール：kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp

子育てを地域で支えあう 四日市市ファミリー・サポート・センターから 新規援助会員講習会のお知らせ

ファミリー・サポート・センターは、子育てを地域で支えあう会員組織です。あなたの力を子育て支援に活かしてみませんか？受講開始から1年以内に受講を完了すれば、援助会員として登録できます。1講座からでも受講できます。

場 所：三浜文化会館(四日市市海山道町一丁目1532-1)

申込方法：電話にて5月30日(土)までにお申し込みください。

テキスト代：2,500円

その他：託児あり(無料)※事前にお申し込みください。

申込み・問合せ：四日市市ファミリー・サポート・センター TEL 323-0023
(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)

日時		内容
6/7(日)	9:50~15:45	子ども・子育てを取り巻く環境とファミリー・サポート・センター事業の意義 基礎講座「子どもの権利」 発達障害について~子どもの育ちをどう見守る~
6/13(土)	10:00~15:15	子ども虐待と社会的養護 子どもの栄養と食生活
6/14(日)	10:00~15:15	子どもの心と身体の発達 小児看護
6/20(土)	10:00~15:15	子どもの心に寄り添う 子どものあそび
6/21(日)	10:00~15:15	こどもの病気やけがの時のホームケア 子どもの安全と事故・救急法
6/27(土)	10:00~12:00	援助活動を円滑に進めるために 講習のまとめ

『カラダスツキリ塾』参加者募集!

参加無料

運動を習慣にしたいけど続かない、筋肉をつけたいけど自分に合った運動方法がわからない…
そんなお悩みの方、「プロが教える運動のコツ」を学んでみませんか。

対象

市内在住の18歳以上の人

※心臓病や不整脈のある人は、参加をご遠慮いただく場合があります。

日時

5月29日、6月5日、12日、19日、26日、7月3日(全6回、毎週金曜日)
午前9時30分~11時30分まで

場所

第1回：相好アリーナ四日市 <日永東1丁目3-21>

第2~6回：勤労者・市民交流センター <日永東1丁目2-25>

内容

スロージョギング、有酸素運動の実施、健康づくりや食生活についての講義など
(息が弾む程度のややきつめの運動を行います)

定員

30名(応募者多数の場合は、抽選)

締切

5月13日(水)【必着】

申込

右記二次元コードから申込、もしくは、健康づくり課窓口(市役所7階)へ
※地区市民センターにも、参加申込書付きのチラシが配布されています。



問い合わせ

健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5 電話：354-8291

四日市市プレミアム付デジタル商品券「よんデジ券」の説明会を 中部地区市民センターで開催します！

5月20日（水）より申し込み受付開始予定の「よんデジ券」について説明会を開催します。説明会は予約制です。よんデジ券ウェブサイトまたはコールセンターで申し込みを受け付けます。（定員 20 名）

○事業概要・申し込み方法等の説明会（場所：中部地区市民センター 4階 大会議室）

5月21日（木） 14：00～15：00 「プリペイドカード型商品券について」

15：00～16：00 「スマホアプリ型商品券について」

よんデジ券ウェブサイト
(<https://4digi-ken.cloud-config.biz/>)



問い合わせ 四日市市プレミアム付デジタル商品券
コールセンター 電話番号：050-3816-5626

- 地域デビューの入り口は、体のことから -

「介護予防ボランティア ヘルスリーダー養成講座」のご案内



ヘルスリーダーは四日市市が養成している介護予防のボランティアです。20～90歳代の150名を超えるヘルスリーダーが協力し合い、主に高齢者を対象として、地区市民センター等の身近な場所で運動やレクリエーションを行っています♪

参加費 無料

日 時： 6月5日、12日、19日、26日、7月3日

全5回シリーズ（いずれも金曜日 14：00～16：15）

会 場：四日市市勤労者・市民交流センター 本館1階多目的ホール（四日市市日永東1丁目2-25）

対 象：原則5回参加でき、受講後にヘルスリーダーとしてボランティア活動ができる方

※有資格者（看護師、理学療法士など）で、現在職務に従事している人は除く

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

内 容：介護予防に関する講義や運動の実習など

定 員：20名程度 ※応募多数の場合は抽選

申し込み：5月22日（必着）までに、講座名、郵便番号・住所、名前（ふりがな）、年齢、電話番号を、はがき・電話・FAXのいずれかの方法で申込先へお知らせいただくか、ホームページの申し込みフォーム、または、下記QRコードからお申し込みください。

申 込 先：高齢福祉課 〒510-8601 四日市市諏訪町 1-5 電話：354-8170 FAX：354-8280



【ホームページからの申し込み】

【QRコードからの申し込み】

四日市ヘルスリーダー養成講座

こちらを読み取り



第1回出会いイベント ～春のゆったい縁むすび日和～

結婚を希望する独身の人を対象とした出会いイベントを行います。出会い・結婚応援！

「出会いイベント」に参加してみませんか。

■日 時：5月31日（日）午前10時30分～午後3時30分

■対 象：市内に在住、または通勤する、イベント当日に30～39歳の独身男女

	時間	対象年齢
第1部	10時30分～12時30分	30～35歳
第2部	13時30分～15時30分	35～39歳

■参加費：1,000円 ■定 員：各部男女各10人（応募多数の場合は抽選）

■内 容：1対1トークを中心とした出会いイベント

■その他：参加者を対象にした事前ガイダンスあり ■申込期間：5月25日（月）午前9時まで

■申し込み：四日市マリッジサポート 専用ホームページから <https://yokkaichi-marriagesupport.jp>

四日市マリッジサポート事務局

（四日市市安島一丁目 トナリエ四日市4階（株）デルタスタジオ内）

☎355-1320 FAX355-1321

■担当課：こども未来課 ☎354-8038

