

小山田地区グラウンドゴルフ大会参加者募集

小山田地区の親睦と融和を目的にグラウンドゴルフ大会を開催します。
 多数の皆様の参加をお待ちしております。



- ◇日時 7月2日(日) 8:30受付 9:00開始
 ※雨天の場合7月9日(日)に延期(場所は市民センター西広場に変更します)
- ◇場所 小山田小学校運動場
- ◇参加資格 小山田地区在住の小学生以上の方ならどなたでも参加できます
- ◇持ち物 飲み物、タオル等
- ◇申込み問合せ 6月23日(金)までに、小山田地区団体事務局(市民センター2階)までお申込みください。TEL328-3320(平日10:00~16:00)
 ※申込み時に氏名・年齢・町名・電話番号をお聞かせください。
 ※グラウンドゴルフ用品を貸し出しいたします。申込時にお申し出ください。
- ◇主催 小山田地区社会福祉協議会 保健体育部会

- ・当日体調の悪い方は参加をご遠慮ください。
- ・新型コロナウイルス感染症拡大の状況により中止になる場合もありますのでご了承ください。

ヘルスリーダーの会による イキイキ教室のご案内

- ☆日時 7月19日(水) 10:00~11:30
- ☆会場 小山田地区市民センター 2階会議室
- ☆対象 おおむね65歳以上の市民の方
- ☆内容 介護予防の運動・レクリエーション
(ストレッチ、筋トレ、脳トレなど)
- ☆持ち物 マスク、タオル、水分補給用の飲み物

申込不要
 参加費無料です



- ※動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください。
- ※体調の悪い方は参加をお控えください。
- ※参加される方は、マスク着用や手指消毒、検温等にご協力ください。
- ※新型コロナウイルス感染症拡大の状況や、天候・災害などにより警報が発令された場合には、中止または日程を変更することがありますので、ご了承ください。

【問合せ】高齢福祉課 TEL 354-8170



小山田地区市民センターの図書コーナーに 新しい本が入りました

【一般書】

- ☆汝、星のごとく〈尻良ゆう〉…2023 本屋大賞
- ☆光のところにいてね〈一穂ミチ〉…2023 本屋大賞3位
- ☆この世の喜びよ〈井戸川射子〉…第168回芥川賞
- ☆荒地の家族〈佐藤厚志〉…第168回芥川賞
- ☆地図と拳〈小川哲〉…第168回直木賞
- ☆しろがねの葉〈千早茜〉…第168回直木賞
- ☆魔女と過ごした七日間〈東野圭吾〉
- ☆「前向きに生きる」ことに疲れたら読む本〈南直哉〉



- ☆街とその不確かな壁〈村上春樹〉
- ☆まるごとぜんぶ四日市の本〈ぴあ〉

【児童書】

- ☆大ピンチずかん〈鈴木のりたけ〉…第15回MOE絵本屋さん大賞第1位
- ☆くみたて〈田中達也〉
- ☆ぼく〈谷川俊太郎〉
- ☆ひよこはにげます〈五味太郎〉
- ☆ころりん・ぽい!〈ひらぎみつえ〉
- ☆さかなくん〈しおたにまみこ〉
- ☆ねこいる!〈たなかひかる〉
- ☆ドーナツペンタくん〈柴田ケイコ〉
- ☆バスが来ましたよ〈由美村嬉々〉



敬老事業の実施にあたって



～小山田地区社会福祉協議会からのお願い～

小山田地区社会福祉協議会では、高齢者の皆さんを敬愛し、長寿をお祝いするため、本年も、敬老の日(9月18日)前後に敬老記念品を対象の方にお届けいたします。本会では、対象の方に漏れなく記念品をお届けしたいため、市に依頼して小山田地区在住の70歳以上の方の名簿(住所、氏名、生年月日、性別が記載されたもの)を閲覧させていただきます。

名簿の閲覧により取得した個人情報については、この敬老事業にのみ使用し、秘密保持の厳守を徹底いたしますので、皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

なお、名簿にお名前等を載せたくない方は、誠にお手数ですが、6月30日(金)までに、ご本人様から高齢福祉課(電話354-8455)へご連絡をいただきますようお願いいたします。その場合、敬老記念品をお届けできなくなりますのでご了承ください。昨年までにご連絡をいただいた方は、改めてご連絡いただく必要はありません。

【問合せ】小山田地区団体事務局 TEL 328-3320

市民税・県民税
(第1期)

納期限は

6月30日(金)です



熱中症予防

熱中症は、暑く湿った環境で長時間過ごした時などに発生します。暑くなり始めたばかりの時期や急に暑くなった日は、身体が暑さに慣れていないため、注意が必要です。

＜熱中症予防のポイント＞

1. 喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
2. 日頃から暑さに備えた体づくりと体調管理をしましょう。
3. 上手にエアコンや扇風機を使い、部屋の中を涼しくしましょう。
4. 熱中症警戒アラートを活用しましょう。

※熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が極めて高いと予測される場合に発表されます。アラートが発表された場合は、外出を控える、外での運動は原則、中止/延期とする等とし、普段以上に熱中症の予防行動をとりましょう。

より詳しい情報は [こちら](#)⇒



環境省 熱中症

検索

健康づくり課 TEL: 354-8291



第10回よかパパフェスティバル

パパと子どもをはじめ、ママも、おじいちゃん、おばあちゃんも家族みんなで楽しめるイベント「よかパパフェスティバル」を開催します。今年は、親子体操、手作りおもちゃ、手形アート、心理相談など、いろんなブースがあります。是非ご家族で遊びに来てくださいね。

日時 6月18日(日) 10:00~14:30

*12:00~13:00は消毒時間です。

場所 こども子育て交流プラザ<橋北交流会館4階(四日市市東新町26番32号)>

対象 小学生以下の子どもと家族

定員 一部定員あり(当日先着順)

参加費 無料

申込 不要

問合せ 四日市市こども未来課 TEL 354-8069 または
四日市市こども子育て交流プラザ TEL 330-5020



地域づくりマイスター養成講座 受講生募集

市民協働安全課では、「地域を元気にしたい」、「顔の見えるご近所関係を築いていきたい」という方に、必要な知識・スキル等の習得を目的とした、地域づくりマイスター養成講座を開催します。地域のまちづくりに興味をお持ちの方、ご応募をお待ちしております。

◆開催日時	7月22日、8月19日、9月2日、16日、10月7日、21日、11月11日、12月16日の全8回、9:30~12:00 (7月22日は13:30~16:00、11月11日は9:30~16:30)
◆場所	四日市市総合会館など
◆内容	地域社会と住民自治に関する講義や事例紹介、効果的な取材・広報について、地域資源のマッピング演習、レポート作成など
◆修了	全8回中5回以上の出席と、800字程度のレポート提出で、修了証を交付
◆定員	40名(応募者多数の場合抽選)
◆申込締め切り	6月30日(金)
◆申込方法	住所、名前、電話番号、性別、年齢を、はがきかファクス、Eメールで 〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号 市民協働安全課へ
◆問い合わせ先	四日市市役所 市民協働安全課 電話 354-8179/FAX354-8316 メール: shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp

スマホで取り組む介護予防・フレイル対策教室

国立長寿医療研究センターが開発した、いつでも、どこでも、運動や健康づくりに取り組める無料の介護予防アプリ「オンライン通いの場アプリ」の使い方等を学ぶ教室です。

日時: 7月7日、14日 2回シリーズ(いずれも金曜 14:00~15:30)
会場: 四日市市総合会館 4階 機能回復訓練室(四日市市諏訪町2-2)
対象: おおむね65歳以上の市民で、教室で使用するアプリ「オンライン通いの場」のダウンロードが完了している方(※ダウンロードは無料です)

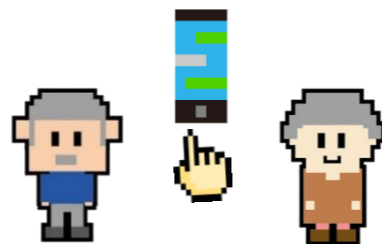
講師: 四日市市高齢福祉課職員
内容: オンライン通いの場アプリの使い方に関する講義・体験など
定員: 8名 ※応募多数の場合は抽選
参加料: 無料

持ち物: ご自身のスマートフォン、筆記用具

留意点: スマートフォンの基本操作の使い方教室ではありません。
オンライン通いの場アプリのダウンロードは無料ですが、教室参加時に使用する通信に係る費用は自己負担となりますのでご了承ください(※フリー Wi-Fi はございません)
アプリの登録にはメールアドレスが必要となります。

申込: 6月28日までに、下記QRコードからお申し込みください。

担当: 四日市市高齢福祉課 地域支援係 電話: 354-8170



< アプリのダウンロードはこちら >



< アプリ紹介チラシはこちら >



< 申込はこちら >





**羽津小学校・桜台小学校・楠小学校・塩浜小学校・県小学校・笹川小学校・下野小学校
給食パートを募集(9月上旬からの勤務です)**



- ◇募集職種 = 小学校給食調理員(給食パート)
- ◇業務内容 = 給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など
- ◇勤務日 = 給食実施日等(春・夏・冬休みは勤務なし)
- ◇勤務時間 = 午前8時30分～午後3時15分(労働時間6時間)
※桜台・塩浜小学校：午前8時40分～午後3時25分(労働時間6時間)
※下野小学校：午前8時45分～午後3時30分(労働時間6時間)
- ◇時間給 = 1,070円(通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給)
- ◇その他 = 羽津小学校・笹川小学校勤務の場合、他の学校の調理員の欠勤状況等により他の市内小学校に勤務することがあります。
社会保険加入あり。
- ◇申し込み = 応募を希望される方は、教育総務課(TEL 354-8236)に電話のうえ、履歴書を提出して下さい。書類選考のうえ、面接を実施します。
- ◇応募期間 = 6月8日(木)～6月23日(金)



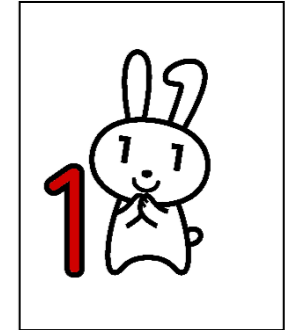
あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

マイナンバーカードを作りたいけど、申請の仕方がわからない方のために、令和5年度は、地区市民センターや皆様により身近な商業施設などに会場を拡げて、出張によるマイナンバーカードの申請サポートを実施します！

サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント！
この機会にぜひ出張申請サポートをご利用ください！

サポート内容

- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
- ・インターネットでの申請のお手伝い
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け
- ・交付申請書送付用封筒(切手不要)のお渡し
- ・マイナンバーカードに関する相談・案内など



【7月のマイナンバーカード出張申請サポート実施予定表】

曜日	場所	受付時間
7月 1日(土)	塩浜地区市民センター	9:00～17:00
2日(日)	大矢知地区市民センター	
6日(木)	Aコープくす店	10:00～18:00
7日(金)		
8日(土)	保々地区市民センター	9:00～17:00
9日(日)	県地区市民センター	
13日(木)	マックスバリュ山城店	10:00～18:00
14日(金)		
15日(土)	小山田地区市民センター	9:00～17:00
16日(日)	内部地区市民センター	
20日(木)	スーパー一号館桜店	10:00～18:00
21日(金)		
22日(土)	イオンタウン四日市泊 【1階中央イベント広場】	10:00～18:00
23日(日)		
27日(木)		
28日(金)	スーパーサンジいくわ店	9:00～17:00
29日(土)		
30日(日)	水沢地区市民センター	

【問い合わせ先】四日市市マイナンバーカードサービスセンター TEL 340-8371

子育てを地域で支えあう

四日市市ファミリー・サポート・センターからのお知らせ

「依頼会員講習会と新規登録会」

ファミリー・サポート・センターの仕組みと趣旨について、また子どもの置かれている状況等を良く理解していただくために、依頼会員向けの講習会を実施しています。
新たに依頼会員として登録される人はもちろん、すでに利用されている人で未受講の人も、受講してください。

- 日時 7月1日(土) 13:00～16:00(講習会のみの方は14:40終了)
*講習会終了後、希望される人は依頼会員の登録手続きをいたします。
- 場所 三浜文化会館
- 定員 保育の都合により、20名程度といたします。(先着順に受け付けます)
- 申込方法 電話にてお申し込みください。
- 保育 あり/無料(保育対象：満6か月～) ※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)