

平成25年8月20日

10号

おやまだ

小山田地区市民センター
☎ 328-1001

ホームページアドレス <http://oyamada3320.sakura.ne.jp>

料理教室のお知らせ

『地産物を使用した料理』

日時 9月25日(水) 10時~13時

場所 小山田地区市民センター 2階調理実習室
 材料費 500円
 定員 18名(定員になりしだい締め切らせていただきます)
 持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・台拭き・米0.5合
 講師 四日市市ヘルスマイト
 申込 小山田地区市民センター
 328-1001

材料購入の都合上、欠席の場合は5日前までにご連絡ください。
 代理の方に参加していただく場合は、当日お申し出ください。



四日市市食生活改善推進協議会

楽しかったね♪



子ども教室



7/23牛乳パックで望遠鏡作り



7/25囲碁教室



7/26映画大会



7/29将棋教室



7/31親子クッキング



8/6人形劇



8/2藍染教室



たくさんの方のご参加
ありがとうございました



「はつらつ健康塾！」のご案内

9月12日(木)10:00~11:00

介護予防のための健康知識を学びます。
今回のテーマは「ロコモティブシンドロームを予防しよう」です。

ロコモティブシンドロームとは、筋肉、骨、関節といった運動器の機能の衰えにより、日常生活に介護が必要になる可能性が高い状態をいいます。

参加費無料、申し込み不要です。
動きやすい服装でお越しください。

場 所 小山田地区市民センター 2階 大会議室
対象者 おおむね65歳以上の市民

健康づくり課



自動車文庫のご案内

9月6日(金)

JA小山田支店
10:10 ~ 10:40
鹿間町自治会広場
10:50 ~ 11:20

乾電池・水銀体温計

収集日

9/18

◆有害ごみ指定袋(赤)は「広報よっかいち 8月下旬号」と同時に配布します。

中央緑地を花で飾りましょう！ ボランティアを募集します

市の中心部に近く、多くの方々スポーツや、憩いの場を求めて集う中央緑地に季節の花々を咲かせてみませんか。中央緑地での花ボランティアを次のとおり募集いたしますので、奮ってご応募ください。

応募先 四日市市役所4階 市街地整備・公園課 公園係
TEL: 059-354-8197 FAX: 059-354-8404

E-mail: shigaichiseibi@city.yokkaichi.mie.jp

応募期間 平成25年9月5日から平成25年9月20日
(土日祝日除く 8時30分~17時15分)

応募対象 草花が好きで、継続して草花の世話が
できる方。平日に作業ができる方。

個人でもグループでも結構です。

*花苗、培養土、肥料などは市街地整備・公園課で提供します。

応募方法 電話又はメール、ファックス等で市街地整備・公園課 公園係
までご応募ください。



市街地整備・公園課