



おしらせ

橋北地区市民センター

TEL 331-3787

FAX 330-0220

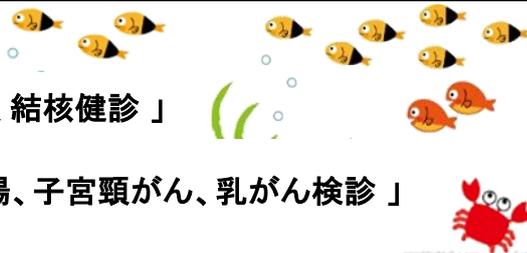
平成 29年 8月 20日



No. 10

9月行事予定

- 9月10日(日) 橋北地区 1日清掃デー
- 9月11日(月) 橋北地区市民センターで行う「肺がん、結核健診」
- 9月14日(木) 橋北おとなの小学校「入学式」
- 9月25日(月) 橋北地区市民センターで行う「胃、大腸、子宮頸がん、乳がん検診」
- 9月28日(木) 自動車文庫



市政功労者表彰 おめでとうございます！



花村 誠さん(地域社会づくり分野)



花村さんは四日市連合自治会会長として、地域社会づくりにご貢献いただきました。ありがとうございました。

佐藤 晃久さん(市政の振興分野)



佐藤さんは四日市市議会議員として、市政の振興にご貢献いただきました。ありがとうございました。

ジョギング&ウォーキングビギナー講座

ジョギング・ウォーキングを始めたいと思っている方、始めたことはあるけれど長続きしない方へ。正しい姿勢での走り方・歩き方、また、ジョギング・ウォーキングを楽しむコツをお伝えします。初心者大歓迎！

☆日時 10月9日(祝) 午前9:00~11:30

小雨決行、大雨の場合は会議室で行う座学のみ実施します。

☆集合 橋北地区市民センター

☆講師 多田 夏彦さん SWACランニングコーチライセンス取得
日本ウォーキング協会公認指導員

他 日本ウォーキング協会公認指導員 1名

☆ジョギング&ウォーキングコース 霞ヶ浦緑地公園内トリムコースを使います。

☆ジョギングペース 1キロ当たり6分~7分程度のゆっくりペースで走ります。

ウォーキングについてはジョギングとは別グループを作ってコーチングいたします。

☆定員 30名 ☆参加費 無料

☆持ち物 タオル、給水用飲み物(スポーツドリンク等)、帽子(熱中症防止、小雨対策)
※運動のできる服装でお越しください。

☆募集 9月5日よりセンターにて受付を開始します。お電話・窓口にてお申込みください。お申し込みの際は氏名・住所・連絡先・年齢のほか、ジョギング希望かウォーキング希望かをお伝えいただいた上で、ジョギング希望の方はジョギング経験年数を教えてください。

中止の判断は当日朝8時に決定します。確認についてはセンターまでご連絡ください。



博物館では、常設展示「時空街道」の案内人（博物館ボランティア）を募集しています。観覧者とコミュニケーションを取りながら、気づき・想いを広げるサポートをします。

- ・人と話すのが好きな方
 - ・博物館の活動に興味がある方
- 時空街道の案内人になりませんか？

細かな知識の有無は問いません！今年10月から来年3月まで、全8回の研修があります。

詳しくは、博物館ほか各地区市民センターなどに配置の「博物館ボランティア募集要項」を

ご覧ください。お待ちしております！
募集期間：9月20日（水）まで（必着）
募集要項をお読みのうえ、所定の様式に記入したものを郵送・FAX・メールいずれかの方法で四日市市立博物館「博物館ボランティア係」までお申込みください！

平成30・31年度に活動できる方を募集しています！



★お問い合わせ（月曜休館）

四日市市立博物館

「博物館ボランティア係」

〒510-0075 四日市市安島一丁目3番16号

TEL 059-355-2700（代）

メール hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう

4月にオープンした『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。季節の行事やスポーツ活動、創作活動など、さまざまなイベントを開催しています。ボール遊びやバトミントン等ができる広い多目的ホールや、クッキンググループ、工作室や図書室など、充実した施設で雨の日も遊べます。また幼児と保護者が楽しめる「すくすく広場」や「あそび広場」も実施しています。ぜひ、ご来館ください！！



【主なイベント日時・内容】

※参加料は無料です。

9月9日 （土曜日）	①11:00～12:00 ②13:00～16:00	創作活動 「星空をつくろう！」 みんなで大きな星空をつくろう！好きな星座や自分オリジナルの星座を作って、満天の星空を作りましょう！	事前申込：不要 対象：幼児、小学生 （未就学児は保護者同伴） 定員：なし
9月10日 （日曜日）	★ ★ ★ ★ ★ ★		
9月19日 （火曜日）	10:30～11:30 	親子クラフト 「でんでんたいこ」 小さい子どもが喜ぶ「でんでんたいこ」を親子で作りましょう！	事前申込：不要 対象：0歳～5歳まで （未就学児は保護者同伴） 定員：なし
9月30日 （土曜日）	①11:00～12:00 ②13:00～15:30	メモ帳づくり工作 表紙などに自分で絵をかいて自分オリジナルのメモ帳を作りましょう！	事前申込：不要 対象：小学生 定員：なし

く る べ か ん が
あさけプラザ 久留倍官衙遺跡講座

今年も、市内大矢知町で史跡整備中の国指定史跡久来倍官衙遺跡についての連続講座を開催します。

1. 日時 10月 7日(土) 10:00~12:00 「国指定史跡久留倍官衙遺跡の整備」
10月 28日(土) 10:00~12:00 「壬申の乱と聖武天皇の行幸」
2. 場所 あさけプラザ 2階第2小ホール
3. 講師 社会教育課 職員
4. 定員 30人
5. 受講料 無料



ようこそ 久留倍官衙遺跡へ!

久留倍官衙遺跡は、四日市で初めて国の指定を受けた遺跡です。
全国でもめずらしい東を向いた奈良時代の役所跡が見つかりました。

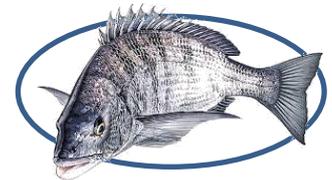
ワークショップ

古代の四日市名物「黒鯛」を食べよう

平城京から出土した木簡に「三重郡黒鯛廿二口」という文字が書かれていることから、奈良時代には、四日市から奈良の都へ黒鯛が運ばれていたことが分かっています。

貴族の食料として当時運ばれていた黒鯛など地元の食材を味わってみましょう。

1. 日時 10月14日(土) 10:00~13:00
2. 場所 あさけプラザ 2階料理室
3. 講師 料理: 松山千奈美さん 解説: 社会教育課 職員
4. 定員 小学校3年生~中学生の子ども12人と保護者
5. 受講料 1,500円



主催: あさけプラザ 共催: 四日市市教育委員会 社会教育課
申込み: いずれも、9月28日(必着)までに、往復はがきに 住所・名前・電話番号を書いて
〒510-8028 下之宮町296番地1 あさけプラザ(Tel.363-0123)へ



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

「依頼会員講習会と新規登録会」のお知らせ

ファミリー・サポート・センターの仕組みと趣旨について、良く理解をしていただくために、平成28年度より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方は受講してください。また講習会の後、新規登録会を行います。

日時: 2017年9月10日(日) 講習会 13:00~14:30
登録会 14:30~

会場: 橋北交流会館(四日市市東新町 26番 32号)

参加費: 無料

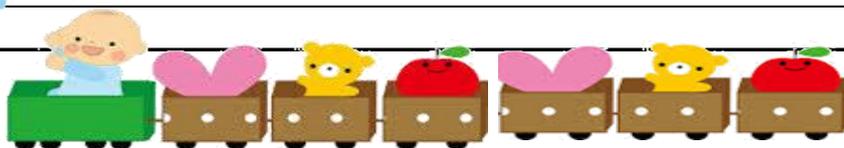
保育あり *事前にお申し込みください。(定員35人)

申込方法: 電話、FAXにて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/FAX 323-0023

(NPO法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)



イキイキ教室

健康づくりボランティアのヘルスリーダーと一緒に、運動とレクリエーションで
楽しく！ 笑って！ 介護予防を目指しましょう！

会場：橋北地区市民センター
日時：平成29年9月15日(金)
13:30~15:00

対象：おおむね65歳以上の市民の方
持ち物：タオル、飲み物

- ☆ 運動しやすい服装でお越しください。
- ☆ 申込み・参加費不要です。



読書推進講座「となりの文豪」のご案内 ～女性の視点から読み解く 田村泰次郎～



四日市市の郷土作家「田村泰次郎」について、女性研究者の河原徳子先生の解説による、女性の視点から読み解く読書推進講座を開催します。ぜひご参加ください。

時	内
9月 3日(日)	田村泰次郎を知る
9月17日(日)	田村泰次郎を読む①
10月 1日(日)	田村泰次郎を読む②



いずれも13:30~15:00

- ★場所 四日市市立図書館2階視聴覚ホール
- ★定員 50人(先着順)
- ★申し込み 住所、名前、電話番号を、ファクスかメール、または直接、市立図書館まで。
- ★その他 手話通訳が必要な人は、申し込みの際にその旨をお知らせください。託児はありません。

◇問い合わせ 市立図書館

Tel 352-5108 fax 352-9897 メール: tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp

