

おしらせ

橋北地区市民センター
TEL 331-3787
FAX 330-0220

平成24年7月5日号 NO.7

男みがき講座

第1弾 男の料理教室

はじめの一步！

お好み焼き

一般男性対象

地産物小麦粉「あやひかり」を使ってヘルシーお好み焼きで、男性同士ワイワイ・ガヤガヤ語りながら、料理を楽しみませんか？

日時 **8月1日(水)** 10:00~13:00

場所 橋北地区市民センター 2階 調理室

持ち物 エプロン・三角巾・布きん

定員 18名(先着順、定員になり次第締め切ります)

内容 ヘルシーお好み焼き、他

材料費 500円(当日徴収させていただきます)

講師 四日市市食生活改善推進協議会会員



一度作ったら、もう一度

作りたくなる！！

あなただけの

オリジナルを**家族と一緒に！！**



トッピングを

楽しもう！

問い合わせ先 橋北地区市民センター TEL 331-3787

回											
覧											

ほがらかてんぐ



朗天狗 さんによる

読みあそび講座



気軽にお孫さんとお越しく下さい。

参加費
無料

お友だちが
待っています~

日時 7月11日(水) 10:00~11:00

場所 橋北地区市民センター 2階 会議室

対象 おおむね、3歳~小学校3年生(定員はありません)

(ひとりでいられない子どもさんは必ず保護者同伴でお願いします)

申込み 前日(7月10日(火))までに橋北地区市民センターにお申込みください。

問い合わせ先 橋北地区市民センター TEL 331-3787



親子で学ぼう「夏のこども教室」(消費講座)



ゲームでチャレンジ！ めざせ、おこづかいマスター！！

夏休みの自由研究に！
参加費無料！！

日時 7月29日(日) 午前の部 10:00~11:30

午後の部 13:00~14:30

場所 総合会館7階(市役所西隣) 第1研修室

内容 「おこづかいゲーム」を楽しみながら、お金の大切さや役割、かしこい使い方について学びます。

対象 市内在住の小学4~6年生とその保護者(2人1組)

定員 各回20組(応募者多数の場合は抽選。

申込者全員に通知を送ります。)

締切り 7月13日(金)必着

申込み・問い合わせ先

〒510-8601 市民生活課 市民・消費生活相談室

TEL 354-8147、FAX 354-8452

Eメール syouhikeiryou@city.yokkaichi.mie.jp





「父親の子育てマイスター」養成講座募集

～父親の子育てマイスター事業～



子育てに関心のある男性を対象に「父親の子育てマイスター」養成講座を実施します。男女共同で子育てをすることに興味のある市内在住の18歳以上の男性を募集します。

日時	内容
9/2(日)	講演(講師:安藤哲也氏) NPO法人ファザーリングジャパン
9/30(日)	妊婦さん体験
10/20(土)	子ども向けおやつ作り
11/17(日)	支援センターであそぼう
12/15(土)	講演(講師:榊原輝重氏)
1/19(土)	パパトーク
2/16(土)	認定式 活動計画発表

9/2 = 13:00~16:00 他=9:30~11:30

場所 四日市市勤労者・市民交流センター他

定員 20人程度(応募多数の場合は抽選)

参加費 無料 その他 託児有(事前に申し込みが必要)

問い合わせ先 家庭児童相談室 TEL 354-8276 FAX 357-5260

申込み 7/2(月)~8/17(金)までに
電話もしくは所定の申込書を郵送、ファ
クス、Eメールで家庭児童相談室へ

([kodomo-hot@city.yokkaic
hi.mie.jp](mailto:kodomo-hot@city.yokkaic
hi.mie.jp))

申込書は男女共同参画センター、健康づ
くり課、保育園、家庭児童相談室他にあ
ります。児童福祉課ホームページからも
ダウンロードできます。

([http://www5.city.yokkaichi.mi
e.jp/menu73367.html](http://www5.city.yokkaichi.mi
e.jp/menu73367.html))

平成24年度四日市市文化功労者・市民文化奨励賞候補者を募集します

1. 募集対象

(1) 文化功労者

長年(概ね20年以上)にわたり学術、芸術、その他文化の振興に寄与し、その功績が顕著である個人(60歳以上)または団体

(2) 市民文化奨励賞

市民文化を振興するため、文化における活躍と文化振興への寄与が、将来においてさらに期待される個人または団体

ただし、本市在住、在勤、出身、本市にゆかりがあるかまたは、活動拠点が市内にある個人、団体

4. 募集期間

7月2日(月)から8月3日(金)(消印有効)

詳しくは文化国際課(TEL 354-8239)へお問い合わせください。

高齢者をターゲットにした



健康講座商法に注意!

「空き店舗に人が集まっていた。誘われて行ってみると、パンや卵などの格安の商品を販売していた。そこで健康講座を聞いているうちに、最終的には高額な健康機器を売りつけられた。」との相談が、四日市市内でもあります。

被害に遭わないためのアドバイス

1. 粗品や引換券等を配っていても、怪しげな会場へは近づかない。
2. 契約を勧められても、その場ですぐ返事をせずに、家族や身近な人に相談する。
3. いらぬ時は、ハッキリ断る。

心配なとき、困ったときはすぐにご相談ください。

問い合わせ先 四日市市役所 市民・消費生活相談室(市役所1階)

相談専用: TEL 354-8264

相談受付時間: 月~金 9:00~12:00 13:00~16:00



平成24年度「体験!お達者クラブ」参加団体募集

皆さんの日ごろの活動に健康づくりを取り入れてみませんか?

介護予防に興味のある団体・サロンに健康づくり課職員が出向き、皆さんに「体を動かす大切さ」や簡単なストレッチ・筋力トレーニングなどお伝えします。健康づくりは、毎日毎日の積み重ねが大切になります。

*期間 8月から平成25年3月までの間で2回

*日時 月~金曜の午前または午後 1時間程度 (詳細は相談の上決定)

*料金 無料

問い合わせ先 健康づくり課 TEL 354-8291 FAX 353-6385



運動重点

子どもと高齢者の交通事故防止
自転車の安全利用の推進

夏の交通安全県民運動

期間: 7月11日(水)~20日(金)



すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
飲酒運転の根絶