



# 春の火災予防運動

3/1 (金) ~ 3/7 (木)

消すまでは 出ない行かない 離れない

橋北消防分団と橋北地区市民防災隊による合同放水訓練を実施します。  
みなさん、ぜひ見学に来てください。

\*日 時 3月3日(日) 9:30から10:30ごろまで  
\*場 所 三滝公園グラウンド

〔消防本部からのお知らせ〕

まだまだ寒い日は続き、ストーブ等の暖房器具で火を使用する機会が多いと思いますので、火の取り扱いには十分に注意してください。

また、家の中では次のことに注意してください。

- ストーブの近くに燃えやすいものを置かない。
- ストーブに給油するときは必ず火を消す。
- 寝タバコをしない。
- コンロの使用中はそばを離れない。
- 子どもにマッチやライターで遊ばせない。
- 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。
- 家のまわりに燃えやすいものを置かない。



《問い合わせ先》 消防本部予防保安課 TEL 3 5 6 - 2 0 1 0



の予定



橋北保育園	9:30 ~ 11:30	6日	13日
TEL 3 3 1 - 4 0 4 9	0歳 ~ 未就園児	(水)	(水)
橋北幼稚園	10:00 ~ 11:30	7日	14日
TEL 3 3 1 - 7 2 4 0	0歳 ~ 3歳	(木)	(木)
橋北幼稚園	10:00 ~ 11:30		12日
いちご組	3歳児		(火)



詳しくは、出かける前に各園にお尋ねしてくださいね。

3/21(木)  
13:30~15:00

# みんなで楽しく うたって元気！！

第4回



初めての方も、ぜひこの機会に参加してみませんか。

- ☆場所 橋北地区市民センター 2階 会議室
- ☆内容 先生の生伴奏で、童謡、唱歌、流行歌
- ☆講師 梶原 喜久子さん(おたまじゃくしの会)
- ☆持ち物 飲み物、動きやすい服装でお越しください。
- ☆定員 ありません。当日直接お越しください。



申込不要  
参加費無料

3/28(木)  
9:00~12:30

# 男の料理教室



初めての方も、お気軽に参加ください！

- ⇒場所 橋北地区市民センター 2階 調理室
- ⇒講師 社会保険病院 栄養士 三輪 陽子さん
- ⇒材料費 500円(当日徴収します)
- ⇒定員 18名(先着順、定員になり次第締め切ります)
- ⇒持ち物 エプロン、三角巾、布きん
- ⇒問い合わせ先 橋北地区市民センター TEL 331-3787

メニューは  
お楽しみ！！



3/28(木)  
13:00~16:30

# 認知症予防教室

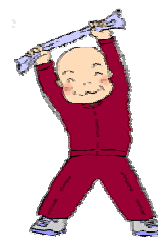


認知症予防対策として、手先と頭を使ったゲーム感覚の「健康マーじゃん」に参加しませんか？

- 場所 橋北地区市民センター 2階 会議室
- 定員 20名(先着順、定員になり次第締め切ります)
- 対象 概ね60歳以上の方
- 参加費 無料
- 問い合わせ先 橋北地区市民センター TEL 331-3787

地域の講師の方から手ほどきを受けていただきますので、初心者の方、女性の方、安心して参加してください。『健康マーじゃん』は、「飲まない、吸わない、賭けない」をキャッチフレーズに、初心者でも女性でも参加できるサロンマーじゃんです。

# “ 気がるに楽しく健康づくり！ ”四日市健康フェスティバル



健康に関する相談・体験ができる健康フェスティバルを開催します。この機会に健康づくりを始めませんか！

【日 時】 3月10日(日) 午前10時から午後3時

【場 所】 三重北勢健康増進センター(四日市市塩浜町1番地11)

【内 容】

- ⇒体験コーナー(血管年齢、血圧、骨強度、体脂肪測定、入れ歯クリーニング(先着20名)、歯周病検査(先着100名)、アルコールパッチテスト、介護予防チェックなど)
  - ⇒相談コーナー(薬、禁煙、鍼、灸、マッサージ、歯、姿勢、アルコールなど)
  - ⇒「小児はり」の紹介
  - ⇒健康ボランティアコーナー(元気で長生き料理の展示、介護予防ストレッチ、健康体操)
  - ⇒ふれあいのお店コーナー(パン、手工芸品の販売)
- 施設の無料開放も同時開催します(午前9時30分~午後6時)

【問い合わせ先】

三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ) TEL 349-3311

FAX 348-0017



## パソコン無料相談会



日 時: **3月22日(金) 13:00~15:30**

時間内のご都合の良い時間に気軽にお越しください。

場 所: 橋北地区市民センター 2階 調理室

対 象: パソコン初心者

担 当: ボランティアグループLG5

内 容: 日頃パソコンについてお困りのことを一緒に考え、アドバイスします。

申込み・問い合わせ先 橋北地区市民センター TEL 331-3787



パソコンはこちらでも用意しますが、ご自分のパソコンをお持ちにいただいても結構です。

# 四日市市議会

## 2月定例月議会 議会報告会の開催

四日市市議会では、定例月議会でのどのような議論がされたのかを、議員が直接市民の皆さまにお伝えしており、3月27日と28日の2日に分けて、常任委員会ごとに4会場で、18時30分から開催いたします。

また、報告後は、市民の皆さまとシティ・ミーティング（意見交換会）を開催します。お聴きしたご意見は今後の参考とし、より活力のある四日市を目指します。

どうぞお気軽にお越しください。

日時・会場

第1部：議会報告会 第2部：シティ・ミーティング（意見交換会）

月 日	3月27日（水）		3月28日（木）	
時 間	18:30～20:45		18:30～20:45	
常 任 委 員 会	総 務	産業生活	教育民生	都市・環境
所 管 事 項	市政の企画、財務、 危機管理など	商工業、農林水産業、 市民文化、消防など	教育、保健、福祉、 病院など	道路、住宅、上下 水道、区画整理、 環境衛生など
シティ・ ミーティング テーマ	本市の危機管理に ついて	産業振興・文化 振興について	不登校の状況分析 と対応について	防災対策について 交通施策について
会 場	保々小学校 1階視聴覚室	富田小学校 2階多目的会議室	楠総合支所 3階大会議室	内部地区市民センター 本館1階会議室

全会場、手話通訳いたします。

天候等により中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

対象者 市内に在住または通勤・通学する人

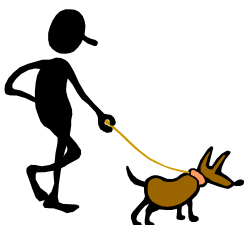
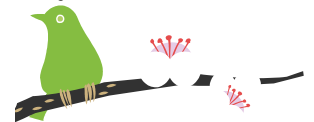
参加方法 参加を希望する会場へ直接お越しください。

問い合わせ先 四日市市議会事務局 議事課 広報広聴係

TEL 354 - 8340 FAX 354 - 8304

Eメール：shigikai@city.yokkaichi.mie.jp

ホームページ：http://www.city.yokkaichi.mie.jp/gikai/



散歩中のふんの始末は飼い主の義務です。  
必ず持帰りましょう。

# 新しい本が入りました

場所:橋北地区市民センター 1階 事務室

## 図書名

禁断の魔術 ガリレオ 8  
西南の嵐 - 銀座開化おもかげ草紙  
一途一心、命をつなぐ  
夢をかなえるゾウ2 ガネーシャと貧乏神  
64 (ロクヨン)  
海賊と呼ばれた男 上  
海賊と呼ばれた男 下  
人生がときめく片づけの魔法 1

## 絵本

おべんとうバス  
バレエをおどるいぬなんていない?  
くだものさん (仕掛け絵本)  
しろくまのパンツ (仕掛け絵本)

## 著者名

東野 圭吾  
松井今 朝子  
天野 篤  
水野 敬也  
横山 秀夫  
百田 尚樹  
百田 尚樹  
近藤 麻里恵  
  
真珠 まりこ  
アンナ ケンプ  
ツペラ ツペラ  
ツペラ ツペラ



## 本の貸し出しとリクエスト募集を行っています

橋北地区市民センターでは業務時間内に図書の貸し出しを行っています。窓口で手続き後、お一人につき、1回2冊まで借りることができます。ただし、貸し出し期間は2週間です。

また、随時、図書コーナーに置く本のリクエストを募集しています。リクエストのある方は、窓口におしゃっていただくか、備え付けのリクエストの用紙にご記入のうえ、リクエストボックスにお入れください。来年度の図書購入の参考とさせていただきます。