



# 春の中華でバランスメニュー

新元号「令和」となり、初めて開く料理教室です。沢山の参加をお待ちしています。



日 時： 5月30日（木） 10：00～  
場 所： 橋北地区市民センター 2階 調理室  
定 員： 20名  
参 加 費： 600円  
持 ち 物： エプロン・三角巾・布巾・筆記用具  
主 催： 食生活改善推進委員会（ヘルスマイト）

## メニュー

- ・春がびよっこり揚げギョウザ
- ・甘酢野菜炒め
- ・チンゲンサイのピリ辛和え
- ・ジンジャーミルクプリン

※橋北地区市民センターにて  
受け付けております。  
お電話・窓口にてお申込み下さい。

橋北地区市民センター TEL：331-3787

## 第1回 生ごみの堆肥化講座

### 《ダンボール箱でできる堆肥づくり》

毎日の生ごみをコンポストに入れるだけの簡単な作業なので、誰でも気軽に始められます。気になる臭いもありません。家庭から出る生ゴミが減り、できた堆肥を家庭菜園などで利用することで生ゴミが資源に変わります。

ダンボールコンポストで、地球と体にやさしい循環型生活を始めてみませんか。

日 時： 1回目 6月 4日（火） 9：30～11：00 （作り方の説明）  
2回目 6月18日（火） 9：30～11：00 （アフターフォロー講座）

場 所： 橋北地区市民センター 1回目：2階 会議室 2回目：和室

講 師： 四日市ダンボールコンポストの会

対 象： 地区在住の成人の方

定 員： 12名

5月8日（水）より受付します。（定員になり次第締切）

ダンボール箱と材料を持ち帰っていただきます。

参加費・材料費無料



できる限り両日とも参加いただける方が対象です。

参加できない方は、1回目6月4日（火）だけでも参加をお願いします。

〈お問合せ〉 橋北地区市民センター TEL：331-3787



## 第8回 全国ファミリー音楽コンクール in よっかいち

### 出場ファミリー募集

「家族」と「絆」をテーマとした全国に公募を行う音楽コンクールを開催します。

本選：10月20日（日） 文化会館第1ホール

司会・進行：青島広志（あおしま ひろし）さん

応募資格：家族による2人以上のアンサンブル（合奏・合唱）で、ジャンルは問いません

参加料：1グループにつき2,000円

応募方法：応募期間内に、参加料の入金、必要事項を記入した所定の申込用紙および応募資料を下記実行委員会まで送付してください。

締切…7月18日（木）（必着）

※詳しくは、募集要項をご確認のうえご応募ください。募集要項は、市役所文化振興課、文化会館、各地区市民センター等に置いてあり、ホームページでもご覧いただけます。



〈お問合せ〉

全国ファミリー音楽コンクール実行委員会  
（四日市市 文化振興課内）

〒510-8601 四日市市諏訪町1-5

TEL：354-8239 FAX：354-4873

ホームページ：<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/music/>

メールアドレス：[concours@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:concours@city.yokkaichi.mie.jp)



## 毎年5月12日は「民生委員・児童委員の日」です

本市では602人（定数）の民生委員・児童委員と主任児童委員が活動しています。

民生委員は、住民の中から選ばれたボランティアで、厚生労働大臣から委嘱されています。また、児童委員は、児童福祉法によって民生委員が兼ねており、主に児童福祉問題を担当する主任児童委員がいます。

民生委員・児童委員、主任児童委員は、自らも地域住民の一員として、それぞれが担当する区域で、住民の生活上のさまざまな相談に応じています。行政をはじめ、適切な支援やサービスへの「つなぎ役」として、さまざまな活動に取り組んでいます。福祉に関する悩みがある人は気軽にご相談ください。

〈お問合せ〉 健康福祉課 TEL：354-8109 FAX：359-0288

## 在宅医療市民啓発活動事業を補助します

### 対象事業

令和元年7月1日（月）～令和2年3月31日（火）に実施される事業  
（※同一申請者（団体）による申請は、年度2回までとします）

### 応募資格

市民又は、四日市市を活動拠点とする市民活動団体など

### 補助限度額

活動に直接必要な経費の2分の1（講師料については全額補助）  
ただし、補助金額には上限があります

### 募集スケジュール

5月24日（金）までに必要書類を、郵送か直接、健康福祉課（市役所3階）へご提出ください。  
申請の内容を審査し、補助金交付が決定した場合は、決定通知をお送りいたします。

### 応募書類

募集要項等の応募に必要な書類は、健康福祉課、各地区市民センターにあります。  
また、市のホームページからもダウンロードできます。

〈お問合せ〉 健康福祉課 TEL：354-8281





# 四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！



平成29年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。主に小学生～高校生を対象にした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。また乳幼児と保護者が楽しめる「すくすく広場」や「親子クラフト」も実施しています。ボール遊びやバドミントン等ができる広い多目的ホール、クッキングルーム、工作室や図書室などの設備が充実した施設で雨の日も遊べます。ぜひ、ご来館ください！！



## 【主なイベント日時・内容】

5月 2日(木) 3日(金)	10:30 ~ 15:00 *12:00~ 13:30は 休憩時間	<b>ダンボールハウス作り</b> みんなでダンボールを自由に切って、 つなげて「家」を作ろう！ 	対象/どなたでも 持ち物/軍手 *カッターは保護者同伴 の場合のみ貸出します。 *材料はなくなり 次第終了
5月 6日(月)	開場 13:40~ 上映開始 14:00~	<b>プラザ上映会</b> 友だちや家族と一緒に大きなスクリーンで 映画を楽しもう。上映内容はプラザに来て くれた、みんなの投票で決まるよ。 *投票期間: 4/15(月)~4/30(火)	対象/どなたでも 
5月18日(土) 	13:30 ~ 15:00	<b>卓球大会</b> トーナメント戦で卓球のチャンピオンを 目指そう！	対象/小学生~ 中学生 持ち物/上ぐつ、 動きやすい服装
5月19日(日)	13:30 ~ 15:00	<b>お茶の季節を楽しもう</b> 手もみのお茶づくり体験を中心に、家族で お茶に親しみましょう。 	持ち物/エプロン、 三角巾、手ふき 対象/小中学生と その家族 (幼児は4歳児から、 保護者同伴) 定員/30名*申込制 協力/四日市市 茶業振興センター

料金

無料

所在地: 東新町26番32号 橋北交流会館4階

TEL: 330-5020 FAX: 334-0606

HP: <http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

## シルバー人材センター 定期入会説明会のお知らせ

対象: 市内に在住する原則60歳以上の人で、健康で働く意欲のある人

開催日時	開催場所
5月 8日(水) 13:30~	シルバー人材センター(十七軒町)
5月22日(水) 13:30~	あさけプラザ 2階 第1小ホール
6月12日(水) 13:30~	シルバー人材センター(十七軒町)
6月26日(水) 13:30~	あさけプラザ 2階 第1小ホール

持ち物: 筆記用具と、当日入会される場合は、次の①~④をご持参下さい。

- ①印鑑
- ②年会費3,600円
- ③銀行か郵便局の通帳(本人名義のもの)
- ④運転免許証、保険証など本人確認ができるもの



〈お問合せ〉 シルバー人材センター TEL: 354-3670 FAX: 351-4830

# 新規援助会員講習会のお知らせ

ファミリー・サポート・センターは、子育てを地域で支えあう会員組織です。

あなたの力を子育て支援に活かしてみませんか？

受講開始から1年以内に受講を完了すれば、援助会員として登録できます。1講座からでも受講できます。

求む！

地域の子育て応援団



あなたがお住まいの地域には『助けてほしい人』がたくさんいます。空いた時間でサポートしてみませんか？



場 所：四日市市三浜文化会館

申 込 方 法：電話にて5月11日(土)までにお申し込みください。

テキスト代：2,050円

そ の 他：託児あり(無料)※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/FAX：323-0023

日時		内容
5月18日(土)	9:30~16:00	相互援助活動の趣旨・子どもの栄養と食生活
5月25日(土)	10:00~15:30	子どもの安全と事故・救急法 子どもの世話(あそび)
6月1日(土)	10:00~16:00	子どもの心と身体の発達・小児看護
6月8日(土)	10:00~16:00	発達障害について~その子どもとの接し方~ 子どもの心に寄り添う
6月9日(日)	10:00~15:00	子どもの病気 援助活動を円滑に進めるために 講習のまとめ

## 「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もちろん、すでにご利用されている方も、受講してください。

日時：7月6日(土) 13:00~15:00

\*講習会終了後、希望される方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(予定)

定 員：会場の都合により、30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。

託 児：有り/無料 ※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/FAX：323-0023  
(NPO法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)



## 700MHz帯携帯基地局から試験電波が発射されます。

携帯電話が新しく700MHz帯の電波を使用するのにあたり、5月23日(木)から4週間程度試験電波が発射される予定です。

この電波によりテレビ受信に影響が生じるおそれのある地域のテレビ視聴者の方に4月下旬から5月中旬にかけてダイレクトメールが発送されます。

詳しくは下記にお問い合わせください。

〈お問合せ〉 一般社団法人700MHz利用推進協議会  
TEL：0120-700-012

## 平成31年度 検診予定表

日程	場所	時間	検診内容
9/9 (月)	橋北地区 市民センター	9:00~11:30	肺がん・結核検診
9/12 (木)		午前 午後 午前・午後 午前・午後	胃がん検診 子宮頸がん検診 大腸がん検診 乳がん検診 (マンモグラフィ)

日程	場所	時間	検診内容
6/26 (水)	なやプラザ	9:30~11:30 13:00~15:30	肺がん・結核検診
7/6 (土)	なやプラザ	胃がん/午前	胃がん検診
9/29 (日)		子宮頸がん/午後	子宮頸がん検診
12/13 (金)		大腸がん/午前・午後 乳がん/午前・午後	大腸がん検診 乳がん検診 (マンモグラフィ)
8/3 (土)	なやプラザ (エコー)	子宮頸がん/午後 乳がん/午前・午後	子宮頸がん検診 乳がん検診 (エコー)
11/2 (土)			
11/8 (金)			
12/5 (木)			

※ 検診を受診するためには申し込みが必要です。詳細は、広報よっかいち4月下旬号別冊の平成31年度 検診のお知らせ (保存版) でご案内します。

### 肺がん・結核検診について

平成29・30年度に四日市市の集団がん検診による肺がん・結核検診を受診された人には、6月中旬ごろ受診券を発送します。お手元に集団肺がん・結核検診の受診券が届いている人は申し込み不要です。

〈お問合せ〉 健康づくり課 成人健診係      TEL: 354-8282  
FAX: 353-6385

## 地域マネージャーの募集

募集人数：1人

職務内容：地区市民センターにおける地域社会づくりに関する業務

任 期：令和元年7月16日から令和2年3月31日 (再任用する場合があります)

勤 務 地：日永地区市民センター (四日市市日永西三丁目2番18号)

主な受験資格：次の要件を全て満たす人

- ① これまでに地域活動に取り組んだ経験がある人。
- ② 地域社会づくりに深い認識と理解を持ち、自ら積極的に取り組む意欲がある人。
- ③ 民間企業等で職務経験がある人。ただし、公務員は、正規職員を定年等で退職後、3年以上経過していること。
- ④ 夜間、休日の会議、行事等への参加が可能な人。
- ⑤ 四日市市に在住する人。

募集期間：4月22日 (月) から5月20日 (月) (必着)

応募方法：市民生活課、各地区市民センターにある募集要項の所定の用紙に必要書類を添え、市役所5階市民生活課へ郵送または直接お持ちください。

持参の場合は、月曜日から金曜日 (祝日を除く) の8:30~17:15までにお願ひします。

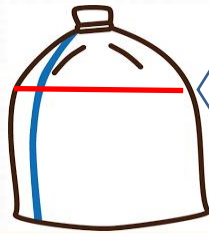
〈お問合せ〉 市民生活課 TEL: 354-8146



## 水路および下水枡の清掃



5月18日（土）、19日（日）に水路および下水枡の清掃を行います。  
土のう袋は、各自治会長を通じてお渡しします。よろしくお願いします。



土のう袋に砂、汚泥を入れるときには赤のライン（目印）程度までにしてください。

## 市内全域の防災行政無線および

## CTY-FM放送の試験放送を実施します

(1) 実施日時  
5月15日（水）11:00から

(2) 試験放送内容

放送機器	放送・吹鳴内容
防災行政無線 (固定系)	<p>市内全て(※)の防災行政無線（固定系）屋外拡声子局およびCTY-FMラジオ放送から一斉に次のように放送されます。</p> <p><b>【放送内容】</b></p> <p>上りチャイム音(♪ピンポンパンポン ♪ )</p> <p>「これは、Jアラートのテストです。」×3</p> <p>「こちらは、こうほうよっかいちです。」</p> <p>下りチャイム音(♪ピンポンパンポン ♫ )</p>

地域住民の皆さんに参加していただく試験放送ではありません。

- 音声試験放送のため、サイレンは吹鳴しません。
- 351-4004（自動電話応答機能）にTELしていただくと放送内容が確認できます。

※ 屋外拡声子局 市内119箇所



平成31年度は4回の試験放送を予定しています。

5月15日（水）11:00から

8月28日（水）11:00から

12月 4日（水）11:00から

2月19日（水）11:00から

〈お問合せ先〉 危機管理室 TEL: 354-8119

## 5月行事予定

- |          |                    |            |             |
|----------|--------------------|------------|-------------|
| 5月17日（金） | イキイキ教室             |            |             |
| 18日（土）   | } 水路および下水枡の清掃      |            |             |
| 19日（日）   |                    |            |             |
| 21日（火）   | グリーンカーテン講座         |            |             |
| 24日（金）   | 楽々！元気の会            |            |             |
| 29日（水）   | 自動車文庫              | 橋北地区市民センター | 10:00~10:40 |
|          |                    | 滝川公園       | 10:50~11:20 |
| 30日（木）   | 春のバランス料理教室（ヘルスマイト） |            |             |



## 地区内の道路工事に伴う交通規制について

午起末永線(橋北通り)の道路舗装工事において交通規制が行われます。  
工事期間中は、周辺道路の通行にご注意ください。また、交通規制中は、ガードマン、  
工事用信号の誘導に従ってください。  
ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力いただきますようお願いいたします。

