



# きょうほく

橋北地区市民センター  
TEL 331-3787  
FAX 330-0220

kyohoku.sakura.ne.jp

橋北地区ホームページ

検索

令和3年 8月 20日

№ 10

## 9月の行事予定



9月 8日 (水)	腸活ヨガ講座〈HOKKORI〉	10:00~11:30
9日 (木)	橋北地区市民センターで行う 胃・大腸・子宮頸がん検診	
10日 (金)	橋北地区市民センターで行う 乳がん検診	
17日 (金)	イキイキ教室	13:30~15:00
18日 (土)	橋北地区市民センターで行う マイナンバーカード休日申請受付	
29日 (水)	橋北地区市民センターで行う 肺がん検診	
30日 (木)	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



楽しく笑って！  
おしゃべりして！  
介護予防！！

## ヘルスリーダーによる イキイキ教室



日 時：9月17日（金） 13:30~15:00  
 場 所：橋北地区市民センター 2階 会議室  
 対 象：おおむね65歳以上の市民の方  
 持ち物：マスク、タオル、飲み物  
 ※動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください。



※体調の悪い方は参加をお控えください。参加される方は、マスクの着用や手指消毒、検温にご協力ください。

※感染拡大の状況や、天候・災害などによる警報が発令された場合には、中止・日程の変更になることがありますので、ご了承ください。

〈お問合せ〉 高齢福祉課  
TEL: 354-8170



## 地区市民センターの敷地内全面禁煙について

「健康増進法」の一部改正に伴い、望まない受動喫煙の防止を図るため、地区市民センター敷地内（駐車場も含む）は全面禁煙になっています。皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

回 覧								

# 中央老人福祉センター改修工事による一時休館・リニューアルと西老人福祉センター閉館のお知らせ

本市が運営する四日市市中央老人福祉センター（日永東一丁目）と四日市市西老人福祉センター（西坂部町）は、開設から40数年間の長きに渡り高齢者の皆さまに健康増進やレクリエーション等の機会を提供してまいりました。

その間、本市では少子高齢化が著しく進むことなどによって、介護予防や認知症等に関する様々な課題が生じてきています。このように、老人福祉センターの開設当時と現在では高齢者を取り巻く状況が大きく変化していることや、老朽化する施設の状態を考慮すると、市としては公的施設としての老人福祉センターの役割を見直す時期に来ていると考えています。

これらのことを踏まえて、このたび以下により、西老人福祉センターを閉館し中央老人福祉センターを新たな介護予防等拠点施設としてリニューアルする運びとなりましたのでお知らせいたします。

## ＜中央老人福祉センター（日永東一丁目）＞

- ・令和4年8月末（予定）をもって一時休館。令和5年3月までの予定で改修工事を実施
- ・令和5年度当初に介護予防等拠点施設としてリニューアルオープン

※新たな施設は、従来の老人福祉センターとは異なり、介護予防機能と認知症支援機能を備えた施設とし、入浴等のレクリエーション施設は整備しない予定です。

## ＜西老人福祉センター（西坂部町）＞

- ・令和5年1月末（予定）をもって閉館

〈お問合せ〉 健康福祉部 高齢福祉課  
TEL：354-8170

## ◇◇三重県知事選挙のお知らせ◇◇

◎投票日 9月12日（日） 7：00～20：00

◎投票所 西橋北（橋北小学校）  
東橋北（橋北中学校）



※入場券には投票所が書いてあります。自分の投票所をご確認の上、投票日には各自の入場券を持って所定の投票所へお出かけください。入場券に記載されている投票所以外では投票できませんのでご注意ください。

◎投票日当日に投票に行けない人は期日前投票を！

総合会館	8月27日（金）～9月11日（土）	8：30～20：00
防災教育センター	8月28日（土）～9月11日（土）	8：30～20：00
南消防署南部分署		
北消防署北部分署		

※三重北勢健康増進センター及び中消防署中央分署は開設しませんのでご注意ください。

〈お問合せ〉 四日市市選挙管理委員会事務局  
諏訪町1番5号 TEL：354-8269

# ♪食生活改善推進員 養成講座「栄養教室」 受講生募集♪



「食」を通じた健康づくりのボランティア『食生活改善推進員』を養成するため、栄養教室を開講します。

食生活改善推進員は、自分自身や家族、地域の健康づくりのため「日頃の食生活の大切さ」を伝える活動をしています。



対象者：受講後に四日市市食生活改善推進協議会の会員としてボランティア活動ができる、市内在住の20歳以上の人（※過去に受講したことのない人）

日時：①9月29日、②10月20日、③11月17日、④12月1日、⑤12月15日、⑥1月12日、⑦1月26日（全7回）  
いずれも水曜日 9：30～12：30

場所：四日市市総合会館（7階 第3研修室など）

内容：健康づくりや食生活、調理等に関する講義  
（※今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、調理実習は行いません。）

定員：15人（4人以上の申し込みで開催。申込多数の場合は抽選。）

料金：1,000円

申し込み：9月13日（月）〈必着〉までに、健康づくり課窓口かはがき、電話、ファクスで、名前（ふりがな）、年齢、住所、電話番号、「栄養教室受講希望」と明記の上、お申し込み下さい。参加の可否は全員へ通知します。

※災害・感染症等により、内容の変更や教室を中止する場合があります。

〈お問合せ・お申込み〉

〒510-8601 諏訪町1-5 健康づくり課

TEL：354-8291 FAX：353-6385

無料

## Instagram オンラインセミナー2021

「四日市Stylist」になって四日市の魅力を発信



YOKKAICHI\_STYLE

市公式Instagram

Please Follow!

日時：10月10日（日） 10：00～11：15 〈初級編〉  
10月24日（日） 10：00～11：15 〈中級編〉

— 初級編の主な内容 —

- ▶プロフィールの作り方
- ▶「インスタ映え」の撮影・加工方法
- ▶キャプション・ハッシュタグの作り方 など

— 中級編の主な内容 —

- ▶フィードのアルゴリズムについて
- ▶ストーリーズの活用方法
- ▶Instagram最新機能の紹介 など

講師：株式会社merchu  
おりたかみで  
代表取締役 折田楓さん

申込方法：9月30日（木）までに、申し込みフォーム（<https://logoform.jp/f/r102X>）からお申込みください。

▼申し込みフォーム

\*定員は各100人（応募多数の場合は抽選）

\*当日は、Instagramがインストールされたスマートフォンおよび、Zoomで使用するタブレットまたはパソコンをご用意ください

\*Instagramアカウントをお持ちでない人は、事前にアカウントを作成の上、ご参加ください



〈お問合せ〉 広報マーケティング課

TEL：354-8244 FAX：354-8315

Eメール：kouhou@city.yokkaichi.mie.jp

# 四日市市子ども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

【主なイベント日時・内容】

9月 1日 (水) ～ 9月14日 (火)	9:00～17:00	<b>防災月間</b> 防災に関するイラストやクイズなどで防災力を身につけよう。	対象/どなたでも 定員/1グループ5名まで
9月 1日 (水) ～ 9月17日 (金)	10:00～11:30 12:30～14:00 15:00～17:00	<b>おじいちゃん・おばあちゃんに 手紙を書こう</b> プラザで撮影した写真を貼って、おじいちゃん・おばあちゃんにはがきを出します。	対象/18歳までの子ども と保護者 定員/先着50名 持ち物/宛名住所が わかるもの
9月11日 (土)	15:30～16:00	<b>フリスビー</b> 飛距離を競ったり、フープにくぐらせよう。	対象/小学生 定員/先着10名
9月25日 (土)	10:30～11:00	<b>えほんのひろば</b> おはなしとわらべうたであそびましょう。	対象/どなたでも 定員/先着10組

料金 無料

※新型コロナウイルス感染症対策のため、運営内容を変更する場合があります。  
 開館状況、イベント実施状況など詳しくは、ホームページをご覧くださいか、  
 お電話にてお問合せください。



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/

## 子育てを地域で支えあう 四日市市ファミリー・サポート・センターからのお知らせ

### 「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、また現在の子育て環境、子どものおかれている状況や、子どもを主体者としてみる考え方を知っていただくために、依頼会員向けの講習会を実施します。

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で未受講の方も、受講してください。

日 時：9月11日(土) 13:00～16:00  
 登録済みの方は14:30(講習会終了)まで。  
 ※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 2階 視聴覚室  
 定 員：会場の都合により、20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、FAXにてお申し込みください。

保 育：あり/無料 ※事前にお申し込みください。



〈お申込み・お問合せ〉

四日市市ファミリー・サポート・センター  
 TEL/FAX：323-0023