



橋北地区市民センターに

# 新しい本が入りました。



一部、近日配架のものもあります。

図書名	著者名	出版社名
KAGEROU	齋藤 智裕	ポプラ社
桐島 部活やめるってよ	朝井 リョウ	集英社
くじけないで	柴田トヨ	飛鳥新社
もし高校野球の女子マネージャーがドラッカーの『マネジメント』を読んだら	岩崎夏海	ダイヤモンド社
白夜行	東野圭吾	集英社
体脂肪計タニタの社員食堂 500kcal のまんぷく定食	タニタ	大和書房
ノルウェイの森 上	村上春樹	講談社
ノルウェイの森 下	村上春樹	講談社
きことわ	朝吹真理子	新潮社

橋北地区市民センターでは、事務室において、業務時間内(8:30~17:15)に図書の貸出を行っています。1回につき2冊までで貸出期間は2週間です。ご希望の方は、窓口までお申し出ください。

## 消防本部からのお知らせ

### 春の火災予防運動 3月1日(火)~7日(月) 「消したかな」あなたを守る 合言葉

まだまだ寒い日は続き、家庭や職場でストーブ等の暖房器具で火を使用する機会は多くあります。春は、秋と同様にとても空気が乾いており、ちょっとした不注意から火災が発生しやすくなります。次のことに気をつけましょう。

ストーブには、燃えやすいものを近づけない。  
天ぷらを揚げるときは、その場を離れない。  
家のまわりに燃えやすいものを置かない。  
寝タバコをしない。  
子供には、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。



問い合わせ 消防本部予防保安課 TEL 356-2010

## 3月のお達者クラブ

3月4日 金

参加費無料。  
申し込み不要です。

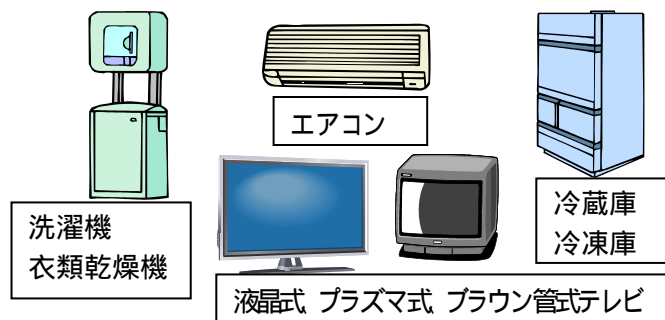
- 場所 橋北地区市民センター2F 会議室
- 時間 13:30~15:00
- 対象者 おおむね65歳以上の市民
- 持ち物 健康手帳(あれば) 軽い体操ができる服装



## 市では収集・処理しない「ごみ」について

次のものは市のごみ置き場へ出せないことになっています。買い替え時等には、最新版の「ごみ収集日程表」に記載されている内容をよくご覧になり、正しく処理を行いましょう。

家電販売店に引取りを依頼するなどする。



メーカーに回収の依頼をする。



家庭系の、デスクトップパソコン(本体)、ノートパソコン、ディスプレイ、標準添付品

販売店、メーカー、許可を持った専門の処理業者等に相談し、処理を依頼してください。



廃棄二輪車取扱店等へ引き取りを依頼してください。



問い合わせ 市役所 生活環境課 TEL 354-8192  
北部清掃事業所 TEL 331-3228  
南部清掃事業所 TEL 345-3666

# 四日市健康フェスティバル

**開催日:**平成23年3月13日(日) 午前10時~午後3時まで  
**場所:**三重北勢健康増進センター(四日市市塩浜町1番11号) 近鉄塩浜駅から徒歩約10分  
 駐車場有(約150台)

## 健康相談コーナー

- \* 歯の健康相談
- \* 医師による健康相談
- \* お薬相談、禁煙相談
- \* アルコール相談
- \* 鍼・灸・マッサージ相談

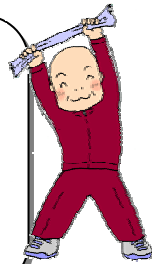


## 子どもの健康コーナー

- \* 刺さない・気持ちよい「小児はり」の体験・相談・指導
- \* 子ども特有の夜泣き・かん虫・おねしょによる「小児はり」を紹介 ちゅんちゅん体験
- \* 赤ちゃん~小学生のお子さんと一緒にご参加下さい

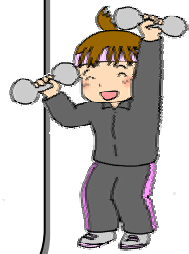
## ふれあいのお店コーナー

- 福祉団体のメンバーが作った手作り品が勢揃い!!
- \* 授産品(手作り石鹸、飾りバサミ、ぼかし)など
- \* ヘルシーなパン
- \* みたらし



## 健康体験コーナー

- \* 血圧・骨強度・血管年齢・体脂肪測定
- \* 介護予防運動 \* 鍼灸マッサージ
- \* 高齢者元気度チェック
- \* 歯みがき指導
- \* 入れ歯クリーニング(先着20名)
- \* アルコールパッチテスト
- \* 姿勢相談コーナー
- \* 気功健康体操 10:30~ 13:00~



## 健康ボランティアコーナー

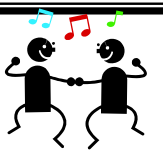
- \* 元気で長生き料理の料理展示と試食
- \* 活動写真パネル展示
- \* 減塩味噌汁試飲
- \* 減塩テープ(塩分濃度チェック)配布
- \* 転倒予防体操
- \* 生活習慣病予防のための健康体操

ヘルスプラザ運動施設の無料開放も同時開催  
 午前9時30分~午後6時

問い合わせ 三重北勢健康増進センター 電話 349-3311

近鉄塩浜駅東側ロータリーから無料送迎あり。午前10時~午後3時まで1時間毎運行

3月は はもりあ四日市に  
 ぜひお出かけください



3月の“はもりあ四日市”は、2週間通しての展示や手作り品の販売、映画上映などお楽しみや出会いがいっぱい。ぜひお越しください!!

## 展示

私たちこんな楽しい活動しています!



1日(火)~12日(土)

登録団体47グループの活動紹介

## チャレンジショップ

### チャレンジショップ

手作り品の販売。各日31店出店!

5日(土)6日(日)  
 10:00~15:00

適職診断・チャレンジ相談

女性対象、予約不要



## 映画の夕べ

### 『みず』上映会

8日(火)  
 18:30~20:30

定員:30名(先着順)  
 参加費:無料  
 託児あり(要予約)



## さんかくかふえ

### 『地域での男女共同参画』

10日(木)18:30~20:30  
 定員:8名(抽選3日締切)  
 参加費:300円 託児あり(要予約)



## ランチ・カフェ

### 手作りランチ・カフェ

5日(土)6日(日)12日(土)  
 限定販売の  
 おいしい  
 ランチ・カフェが  
 出店します



## 講演会

3月12日(土) 13:30~15:30

オープニング ミニコンサート

参加費:無料

(女声ボーカルアンサンブル ミレニアム)

## 講演

『妻が僕を変えた日』

中央大学法学部教授 ひろおかもり 廣岡守穂さん



夫婦関係を保ちながら家事や育児を協力し合うには...  
 5人の子どもの父親である講師から体験に基づいたお話を伺います。

問い合わせ・申込み: はもりあ四日市

TEL 354-8331 FAX 354-8339 (日・月曜・祝日は休館)

メール kyoudousankaku@city.yokkaichi.ne.jp