



まようほく



令和5年6月5日

橋北地区市民センター
TEL 331-3787
FAX 330-0220
HP kyohoku.sakura.ne.jp

橋北地区ホームページ

検索

No. 5



人生 100 年時代！ 未来のための健康プロジェクト講座

健康長寿の秘訣～ながーく元気であるために～

世界のなかでも長寿国の『日本』では、人生 100 年時代が到来しています。
人生をずっと元気に過ごすための秘訣やポイント・制度を紹介します。
ぜひお気軽にご参加ください。

◇日 時 7月5日（水） 13:30～15:00

◇場 所 橋北地区市民センター 2階 会議室

◇内 容

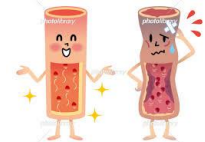
- ・自分の健康状態を知るために、大切な健康診断について学ぶ
- ・元気に過ごすために、必要な健康習慣を解説
- ・病気になる前に、備えておきたいことについて考える

◇定 員 15名（定員を超えた場合は抽選になります）

◇申込み 6月29日（木）までに 橋北地区市民センター（TEL 331-3787）まで

◇その他 講座終了後「血管年齢測定会」を予定しています。

参加費無料



敬老行事の実施にあたって



橋北地区では、高齢者の皆さんを敬愛し、長寿をお祝いするため、本年も自治会ごとに敬老行事が行われることになっています。

敬老行事の実施に当たり、橋北地区社会福祉協議会が中心となって、市に依頼し70歳以上の方の名簿（住所、氏名、生年月日、性別を記載）を閲覧することで、各自治会からの案内が対象の方にもれることなく送付されるようにしたいと考えています。

この名簿の個人情報については、敬老行事にのみ使用し、秘密保持の厳守を徹底いたしますので、私どもが開催します敬老行事が円滑に実施できますよう、皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

なお、名簿にお名前等をご載せたくない方は、誠にお手数ですが、6月30日（金）までに高齢福祉課（電話354-8455）へご連絡をいただきますようお願いいたします。その場合、敬老行事のご案内や敬老記念品をお届けできなくなりますのでご了承ください。昨年までにご連絡をいただいた方は、改めてご連絡いただく必要はありません。

回
覧



橋北中学校 2 年生 職業体験

5月24日（水）～26日（金）の3日間、2年生の吉田有^{ゆあな}彩奈さんが職業体験で橋北地区市民センターに来てくれました。

市民センターの業務のお手伝いをしてもらったり、グリーンカーテン講座に参加してもらいました。

また、道路側溝などの要望場所を確認するため、自治会長さんたちと一緒に地区内を回りました。

3日間、お疲れさまでした。



第10回よかパパフェスティバル

パパと子どもをはじめ、ママも、おじいちゃん、おばあちゃんも家族みんなで楽しめるイベント「よかパパフェスティバル」を開催します。今年は、親子体操、手作りおもちゃ、手形アート、心理相談など、いろんなブースがあります。是非ご家族で遊びに来てくださいね。

日 時 6月18日（日）10時00分～14時30分

*12時～13時は消毒時間です。

場 所 こども子育て交流プラザ<橋北交流会館4階（東新町26番32号）>

対 象 小学生以下の子どもと家族

定 員 一部定員あり（当日先着順）

参加費 無料

申込み 不要

問合せ先 四日市市こども未来課 TEL 354-8069 または
四日市市こども子育て交流プラザ TEL 330-5020



自動車文庫



6月30日（金）

橋北地区市民センター

10:00～10:40

滝川公園

10:50～11:20



市民税・県民税（第1期）

納期限は

6月30日（金）です



センターに新しい本が入ります！

□街とその不確かな壁	村上 春樹	□光のところにいてね	一穂 ミチ
□魔女と過ごした七日間	東野 圭吾	□赤と青とエスキース	青山 美智子
□汝、星のごとく	凧良 ゆう	□起業家ナース	大石 茂美
□レモンと殺人鬼	くわがき あゆ	□月と散文	又吉 直樹
□名探偵のままでいて	小西 マサテル	□老いてこそデジタルを	若宮 正子
□老害の人	内館 牧子	□ぼけの壁	和田 秀樹
□人間が生きているって こういうことかしら？	中村桂子・内藤いづみ		

6月12日(月)より貸し出しを始めます。



地域づくりマイスター養成講座 受講生募集 6月30日(金)申込締め切り

市民協働安全課では、今年度も「地域づくりマイスター養成講座」を開催します。
地域のまちづくりに興味をお持ちの方、ご応募をお待ちしております。

◆開催日時 (全て土曜日)	7月22日、8月19日、9月2日、16日、10月7日、21日、 11月11日、12月16日の全8回、9：30～12：00 (7月22日は、13：30～16：00、11月11日は9：30～16：30)
◆場 所	四日市市総合会館など
◆内 容	地域社会と住民自治に関する講義や事例紹介、効果的な取材・広報について、 地域資源のマッピング演習、レポート作成など
◆その他	定員40名(応募者多数の場合抽選)
◆申込方法	住所、名前、電話番号、性別、年齢を、はがきかファクス、Eメールで 〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号 市民協働安全課へ
◆お問合せ	市民協働安全課 TEL 354-8179/FAX 354-8316 メール：shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.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、また子どもの置かれている状況等を良く理解していただくために、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人はもちろん、すでに利用されている人で未受講の人
も、受講してください。

日 時 7月1日(土) 13：00～16：00

(講習会のみの方は14：40終了)

*講習会終了後、希望される人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

定 員 保育の都合により、20名程度といたします。(先着順に受け付けます)

申込方法 電話にてお申し込みください。

保 育 あり/無料(保育対象：満6か月～)※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 323-0023
(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)



羽津小学校・桜台小学校・楠小学校・塩浜小学校・県小学校・笹川小学校・
下野小学校 給食パートを募集（9月上旬からの勤務です）

◇募集職種：小学校給食調理員（給食パート）

◇業務内容：給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など

◇勤務日：給食実施日等（春・夏・冬休みは勤務なし）

◇勤務時間：8：30～15：15（労働時間6時間）

※桜台・塩浜小学校：8：40～15：25（労働時間6時間）

※下野小学校：8：45～15：30（労働時間6時間）

◇時間給：1070円（通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給）

◇その他：羽津小学校・笹川小学校勤務の場合、他の学校の調理員の欠勤状況により他の小学校に勤務することがあります。

社会保険加入あり。

◇申し込み：応募を希望される方は、教育総務課（TEL 354-8236）に電話のうえ、履歴書を提出してください。書類選考のうえ、面接を実施します。

◇応募期間：6月8日（木）～6月23日（金）



スマホで取り組む介護予防・フレイル対策教室



国立長寿医療研究センターが開発した、いつでも、どこでも、運動や健康づくりに取り組める無料の介護予防アプリ「オンライン通いの場アプリ」の使い方等を学ぶ教室です。

日時：7月7日、14日 2回シリーズ（いずれも金曜 14:00～15:30）

会場：四日市市総合会館 4階 機能回復訓練室（諏訪町2-2）

対象：おおむね65歳以上の市民で、教室で使用するアプリ「オンライン通いの場」のダウンロードが完了している方（※ダウンロードは無料です）

講師：四日市市高齢福祉課職員

内容：オンライン通いの場アプリの使い方に関する講義・体験など

定員：8名 ※応募多数の場合は抽選

参加料：無料

持ち物：ご自身のスマートフォン、筆記用具

留意点：スマートフォンの基本操作の使い方教室ではありません。

オンライン通いの場アプリのダウンロードは無料ですが、教室参加時に使用する通信に係る費用は自己負担となりますのでご了承ください（※フリー Wi-Fi はございません）
アプリの登録にはメールアドレスが必要となります。

申込：6月28日までに、下記 QR コードからお申し込みください。

担当：四日市市高齢福祉課 地域支援係 電話：354-8170

〈 アプリのダウンロードはこちら 〉

〈 アプリ紹介チラシはこちら 〉 〈 申込はこちら 〉

