きょうほく

令和５年 12 月 20 日　　No. １８

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

100歳　おめでとうございます

祝

岩田　倭文子（いわた　しずこ）さん（浜一色町）
今年 12 月に満１００歳を迎えられました。
これからも末永くお元気でお過ごしください。

～腰痛予防体操講座～

体幹トレーニング de アクティブ・ライフ!!

簡単な体操や、ストレッチなどで腰痛予防の健康知識を学んでいただきます。
お気軽にご参加ください。

日　時：１月３１日（水）１４：００～１５：００
場　所：橋北地区市民センター　２階　会議室
講　師：さぽーと整体整骨院　北出 真彦さん
定　員：１５名程度（先着順）
持ち物：タオル（約 35 ㎝×70cm のもの、体操に使います）、飲み物等

参加費 無料

１月９日（火）9:00 から、橋北地区市民センターにて受付を開始します。
電話・窓口にてお申し込みください。　　橋北地区市民センター TEL 331-3787

「まもってくれてありがとう運動」モデル校に橋北小学校が指定されました

１２月４日に、モデル校指定式が開催され、橋北小学校が指定されました。
この運動は、思いやりを通して交通事故防止をめざすものです。横断歩道を渡るとき、停止してくれた車両の運転手に「ありがとう」を言ったり、会釈したりしてお礼の気持ちを表します。
地域の皆様、交通安全運動にご理解とご協力をよろしくお願いします。

回覧								

～年末年始の業務のご案内～

１２月２９日（金）から令和６年１月３日（水）まで、地区市民センターはお休みです。なお、戸籍の届出などは、次の場所で受け付けます。
１月４日（木）から、平常業務となります。

	受付業務	受付場所
戸籍関係	・死亡届、出生届、婚姻届、離婚届などの受付 ・埋火葬許可証の交付	市役所地下１階　夜間.・休日受付 ＴＥＬ　３５４－８１７７ ＦＡＸ　３５４－８３１１
水道・下水道関係	・上下水道局が管理する、水道、下水道の故障や事故の復旧など	上下水道局　夜間・休日窓口 ＴＥＬ　３５１－１２１１ ＦＡＸ　３５４－８３７３

センターに新しい本が入りました・・・12 月 25 日(月)から貸し出しを始めます

襷がけの二人……島津　輝
その扉をたたく音……瀬尾　まいこ
あなたが誰かを殺した……東野　圭吾
裁判官の爆笑お言葉集……長嶺　超輝
プレミアムなほぼ 100 円おかず……タサン　志摩
紫式部と藤原道長……倉本　一宏
君のクイズ……小川　哲
椿の恋文……小川　糸
家康の誤算「神君の仕組み」創造と崩壊……磯田　道史
THE 藤井定食　朝ごはんにも晩ごはんにもなる……藤井　恵
あちこちガタが来てるけど心は元気！80 歳で見つけた生きる幸せ……G3sewing
（児童書）パンどろぼうとほっかほっカー……柴田　ケイコ

認知症早期診断事業（もの忘れ検診）をご存じですか？

広報よっかいち11月下旬号と一緒に、認知症早期診断事業（もの忘れ検診）のご案内のリーフレットを配布しています。

認知症は誰にでも起こりうるものであり、早期診断・早期治療が大切です。「最近頻繁に物をなくす」「約束の日時や場所を間違えるようになった」等、日常生活に心配がある人は、リーフレット内の「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」で自己チェックしてみませんか？

詳細は、リーフレットもしくは市ホームページをご参照ください。
お手元にリーフレットがない方は、お問い合わせください。
【問合せ】高齢福祉課　TEL：３５４－８１７０　FAX：３５４－８２８０

１月の行事予定

１２日（金）	10:00～11:00	楽々！元気の会	サクラスマイル
１３日（土）	9:00～17:00	マイナンバーカード申請サポート	橋北地区市民センター
１５日（月）	14:00～15:30	認知症サポーター養成講座	
１７日（水）	10:00～11:30	もっと使ってみよう LINE 講座	
１９日（金）	13:30～15:00	イキイキ教室	
２６日（金）	13:30～14:30	楽々！元気の会	
３１日（水）	14:00～15:00	体幹トレーニング	
３１日（水）	10:00～10:40	自動車文庫	
	10:50～11:20		滝川公園

女性のための自己尊重講座・・受講料無料

自分の“こころ”と“からだ”を大切にするために

～マインドフルネスを学ぶ～

◇日　時　令和6年2月3日(土)・2月10日(土)　13：00～16：00
◇場　所　本町プラザ2階　第1会議室
◇対　象　全回参加できる市内在住・通勤・通学の女性
◇講　師　公認心理師・臨床心理士　仲 律子さん
◇定　員　20人程（先着順）
◇託　児　無料（6ヶ月から小学校3年生程度まで）先着5人程
　1月20日（土）までに事前申込み
◇持ち物　飲み物、バスタオルやマットなどの床敷き、身体を動かしやすい服装でご参加ください。
◇申込み　12月23日（土）9時以降に、講座名、住所、名前、年齢、電話番号、メールアドレス、託児希望の有無（希望の場合は、子どもの名前と年齢）を、専用フォーム、Eメール、電話、ファクス、または直接「はもりあ四日市」へ

四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」
四日市市本町9番8号　本町プラザ3階　TEL 354-8331　FAX 354-8339
メール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

地域マネージャーの募集

■ 募集内容　地域マネージャー（会計年度任用職員フルタイム）
■ 募集人数　8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6年4月1日から令和7年3月31日（再任用する場合もあります。）
■ 勤 務 地　各地区市民センター（中部、塩浜、神前、保々、四郷、桜、八郷、楠）
■ 受験資格　昭和34年4月2日以降に生まれた人、地域活動に取り組んだ経験がある人等、その他詳しくは、お問い合わせください。
■ 募集期間　令和6年1月4日（木）～1月23日（火）（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から17:15までにお願いします。
■ 問 合 せ　市民生活課　TEL 354－8146

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

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。

場　　所：三浜文化会館（四日市市海山道町一丁目1532－1）
申込方法：電話にて1月13日(土)までにお申し込みください。
テキスト代：2,000円
そ の 他：託児あり（無料）※事前申込要
日　　程：1/20(土)・21(日)・27(土)、2/3(土)・4(日)
　※時間・内容はお問い合わせください。

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）

結婚祝金給付制度のご案内

結婚を祝福し、夫婦の新しい人生を応援するため、結婚祝金を交付しています。ぜひご活用ください。

■対　象：次の条件をすべて満たす人
（１）令和５年４月１日以降に結婚されたご夫婦
（２）婚姻届提出日時点で、ご夫婦ともに３９歳以下でいずれもこの結婚祝金の交付を受けていない人
（３）結婚祝金の交付を申請する時点で、ご夫婦が市内に居住し住所登録がある人
（４）結婚祝金の交付決定日から２年以上、ご夫婦が四日市市に定住する意思がある人
（５）ご夫婦ともに税金を完納している人

■交付額：１０万円（１夫婦あたり）
■問合せ：こども未来課　TEL　３５４－８０３８

市ホームページ　「四日市市結婚祝金給付制度のご案内」　QR コード

《 海蔵川への転落防止対策を行いました 》

橋北地区青少年育成協議会では、万が一、人が海蔵川へ転落した際の救助用に、以前から河川敷にブイを設置しています。

しかし、草むらに紛れてブイが見つけにくく、また草が絡まりやすい状況でした。

そこで、11 月 27 日に同協議会の皆様で鉄杭を打っていただき、有事の際にブイが見つけやすいようにしていただきました。ありがとうございました。

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

四日市市 こども子育て交流プラザ

【開館時間】
＜第１部＞　９：００～１２：３０　＜第２部＞１４：００～１９：００
（小学生以下は１７：００まで中高生は 19：00 まで利用可能）

日時	内容	その他
１月６日（土） 10:00～11:15 （受付当日 9:00～）	**よかパパひろば** 今月は、ボールあそびをします。おしゃべりタイムではパパ同士交流しましょう。	対象／どなたでも 定員／おおむね１５組（当日先着）
１月９日（火） 9:30～11:00 （受付 9:00～10:30）	**赤ちゃん広場** 体重測定や助産師に発育相談ができます。	対象／０歳～18 か月、出産予定の人 定員／１０組（当日先着） 持ち物／母子手帳、バスタオル
１月 21 日（日） 10:00～11:30 （受付９：00～）	**手形カードをつくろう** 家族で手の大きさくらべをしよう。お子さんの成長記録にもなります。	対象／どなたでも 定員／１５組（当日先着） １家族１枚
１月 27 日（土） 10:30～11:00 （受付９：00～）	**えほんのひろば** 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／１０組（当日先着）

料金：無料　※詳細はホームページをご確認ください。HP: https://cocoplaza-yokkaichi.jp/
問合せ：こども子育て交流プラザ　四日市市東新町 26 番 32 号　橋北交流会館４階
TEL　３３０－５０２０　FAX　３３４－０６０６
※行事の内容等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いただくか、電話にてお問合せください。