



# まようほく



令和6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

## 表彰おめでとうございます

令和6年度 都市緑化関係功労者として、橋北地区から次の団体が表彰されました。

### 【橋北通りにおける緑化美化奉仕活動】



KFC 多年草 のみなさん



### 今から取り組もう！防災講座

参加費無料

### ～備えて安心！在宅避難のススメ～

地震や台風・大雨など、災害への備えは重要です。

「日々の備え」から、家族の防災力を高めるためのポイントをご紹介します。

皆さまお誘いあわせのうえ、お気軽にお申込みください。

- ◇日 時 7月10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
  - ・避難所生活の課題と適切な避難先の選び方を学ぶ
  - ・在宅避難の特徴と、在宅避難が可能となる条件を知る
  - ・在宅避難のために備えておきたい防災グッズを紹介
- ◇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27日(木)までに 橋北地区市民センター(TEL 331-3787)へ
- ◇その他 講座終了後に「健康測定会：骨健康チェック」も実施します！



|        |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 回<br>覧 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|        |  |  |  |  |  |  |  |  |



## 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。

敬老行事の実施にあたり、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、開催される敬老行事が円滑に実施できますよう、皆さんのご理解、ご協力をお願いいたします。

なお、名簿にお名前等を載せたくない方は、誠にお手数ですが、6月28日（金）までに、ご本人様から高齢福祉課（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。

## センターに新しい本が入りました！

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| □スピノザの診察室           | 夏川 草介（なつかわ そうすけ） |
| □『存在のすべてを』          | 塩田 武士（しおた たけし）   |
| □成瀬は天下を取りにいく        | 宮島 未奈（みやしま みな）   |
| □リカバリー・カバヒコ         | 青山 美智子（あおやま みちこ） |
| □星を編む               | 凧良 ゆう（なぎら ゆう）    |
| □くもをさがす             | 西 加奈子（にし かなこ）    |
| □家族解散まで千キロメートル      | 朝倉 秋成（あさくら あきなり） |
| □マンガでわかる防災のトリセツ     | アベ ナオミ（アベ ナオミ）   |
| □まいまいつぶろ            | 村木 嵐（むらき らん）     |
| □俺たちの箱根駅伝（上・下）      | 池井戸 潤（いけいど じゅん）  |
| □ブラック・ショーマンと覚醒する女たち | 東野 圭吾（ひがしの けいご）  |



6月10日（月）から貸し出しを始めます。

新刊は、おひとり様1冊・貸出期間2週間をお願いします。

## 自動車文庫

6月28日（金）

橋北地区市民センター  
滝川公園

10:00～10:40  
10:50～11:20



橋北地区市民センター バスによる集団がん検診  
締切日が近づいています。

| 日 程      | 検診種類                        | 申込み締切日   |
|----------|-----------------------------|----------|
| 7月23日(火) | 【午前】乳がん(マンモグラフィ)<br>【午後】肺がん | 6月10日(月) |
| 7月25日(木) | 【午前】胃がん、大腸がん、子宮頸がん          | 6月20日(木) |

【問合せ】 健康づくり課 成人検診係 TEL 354-8282

FAX 353-6385

※定員に達した場合は締切日より早く締切ることがあります。



ステキ健康サポーター養成講座

参加者募集!

参加無料

健康づくりのため、生活習慣病予防の運動と食事について学び、  
緑あふれる公園で仲間と楽しく活動しませんか?

対象

体を動かすことが好きな方や健康に関する知識を人に伝える意欲がある方で、  
地域での健康づくり活動に興味があり、  
講座終了後ステキ健康サポーターとして、ボランティア活動ができる市内在住の18歳以上の方

日時

7月26日、8月2日、9日、23日、30日(全5回、金曜日)

午前9時30分~11時30分

場所

あさけプラザ <下之宮町296-1>

定員

30人(応募者多数の場合は、抽選)

内容

健康づくりに関する講義や運動実習、  
食に関する講義など

締切

6月28日(金)【必着】

申込

右記二次元コードから申込む、もしくは、健康づくり課窓口(市役所7階)へ  
※地区市民センターにも所定の申込用紙があります



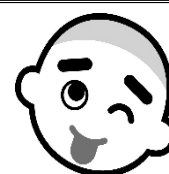
問合せ

健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5 電話: 354-8291

市民税・県民税  
・森林環境税  
(第1期)

納期限は

7月1日(月)です



## 6月の楽々！元気の会



6月14日（金） 10：00～11：00 滝川町集会所 運動して介護予防  
28日（金） 13：30～14：30 橋北楽々館 運動して介護予防

## ヘルスリーダーによる イキイキ教室

申込み不要  
参加費無料

日時：6月21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：概ね65歳以上の市民の方

持ち物：タオル、飲み物、必要に応じてマスク

問合せ：高齢福祉課 TEL 354-8170

※動きやすく、体温調節しやすい服装でおこしてください。



## 地域づくりマイスター養成講座 受講生募集

市民協働安全課では、「地域を元気にしたい」、「顔の見えるご近所関係を築いていきたい」という方に、必要な知識・スキル等の習得を目的とした、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   | 7月27日、8月24日、9月7日、21日、10月5日、26日、11月16日、12月14日の全8回、9：30～12：00<br>(7月27日は13：30～16：00、10月5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                                            |
| ◆修 了    | 全8回中5回以上の出席で、修了証を交付                                                                                 |
| ◆定 員    | 40名（応募者多数の場合抽選）                                                                                     |
| ◆申込締切り  | 7月12日（金）                                                                                            |
| ◆申込方法   | 住所、名前、電話番号、年齢を、はがきかファクス、Eメールで<br>〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号 市民協働安全課へ                                     |
| ◆問い合わせ先 | 四日市市役所 市民協働安全課 電話 354-8179/FAX354-8316<br>メール：shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp              |