



きょうほく



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

令和 7 年 10 月 20 日

No. 14



クリスマスのお菓子の家を作ろう!!

世界で一つだけのお菓子の家を作ってみませんか？

今年はクリスマスをイメージして作ります

作った後も、お部屋で飾って、食べて、最後まで楽しめますよ♪

日 時：12月6日（土）10：00～12：00

場 所：橋北地区市民センター 2階 会議室

講 師：山本 和美さん

定 員：15名程度（先着順）

対 象：橋北地区にお住まいの人

（小学3年生以下のお子様は、保護者が同伴してください）

材料費：1,000 円

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り用の袋など



10月27日（月）9:00 から、橋北地区市民センターにて受付を開始します。

電話または窓口にてお申し込みください。（申込み〆切 11月7日）

橋北地区市民センター TEL 331-3787

ヘルスリーダーによる イキイキ教室

☆日 時：11月14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：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

申込み不要・参加費無料
ご参加お待ちしております。



たみお

民生のつぶやき



季節の変わり目は、体調に気を付けてくださいね



民生委員児童委員は、地域の方々から推薦で候補者に選ばれ、市や県の推薦会を経て、国に推薦された人を厚生労働大臣から委嘱されます。任期は3年で、3年に1度の「一斉改選」で新しい委員が選ばれるんだ。今年は改選の年だから、12月1日から新しい民生委員児童委員に変わるね。



回 覧								

◆市民窓口サービスセンター臨時休業

メンテナンス作業のため、業務を一時停止します。ご理解とご協力をお願いします。

臨時休業

11月8日(土)・9日(日) 終日

◆コンビニ交付サービスの一時停止

メンテナンス作業のため、業務を一時停止します。ご理解とご協力をお願いします。

停止日時 11月7日(金) 19:00

～11月10日(月) 6:30

あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

市内商業施設において、出張によるマイナンバーカードの申請サポートを実施します

持ち物：ID付マイナンバーカード交付申請書、通知カードなどマイナンバーがわかるもの
サポート内容

- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
- ・インターネットでの申請のお手伝い
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け（無料）
- ・交付申請書送付用封筒(切手不要)のお渡し など



マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表（11月分）

月 日	場 所	受付時間
11月 1日(土)	アピタ四日市店	10:00～18:00
2日(日)	【2階休憩スペース（西側エスカレーター付近）】	
11月 15日(土)	イオンタウン四日市泊	
16日(日)	【1階中央イベント広場】	
11月 29日(土)	イオン四日市尾平店	
30日(日)	【1階東側エスカレーター付近】	

【問合せ】マイナンバーカードコールセンター TEL：0120-000-396

11月の楽々！元気の会

11月14日(金) 10:00～11:00 「運動して介護予防」 橋北地区市民センター
28日(金) 13:30～14:30 「運動して介護予防」 サクラスマイル



親睦《グラウンドゴルフ大会》のお知らせ

主催：橋北地区連合自治会

◎開催日時：11月30日(日) 雨天中止 受付 8:00～8:20 開会式 8:30～

◎開催場所：橋北交流会館 グラウンド

◎参加資格：橋北地区在住の方

◎競技方法：8ホール×4ラウンドの個人戦（ホールインワン賞・ラッキー賞あり）

◎申込み締め切り：11月21日(金)

◎問合せ・申込み：「ビバ・橋北」事務局 TEL：080-4840-9775 FAX：059-344-3505



参加費無料

ビバ・橋北《器械体操》ジュニア向け体験会

『跳び箱・鉄棒・マット運動等の体験教室』です。子供の成長に欠かせない運動をぜひこの機会に！！

◎開催日時：11月9日(日) ①9:30～10:20 ②10:30～11:20

◎開催場所：橋北交流会館 体育館

◎講師：器械体操クラブ「ガンバリズム」 真神田 玄武 さん

◎参加対象：幼児（年中児）～中学生（小学生以下は保護者同伴でお願いします）

◎募集人数：①②各 15人

◎持ち物：体操のできる服装、室内シューズ、飲み物、タオル

◎問合せ・申込み：「ビバ・橋北」事務局 TEL：080-4840-9775 FAX：059-344-3505

参加費無料



11月の 行事予定 	14日(金)	10:00~11:00	楽々!元気の会	橋北地区市民センター
	14日(金)	13:30~15:00	イキイキ教室	
	21日(金)	14:00~16:00	認知症サポーター養成講座	
	28日(金)	13:30~14:30	楽々!元気の会	サクラスマイル
	28日(金)	10:00~10:40	自動車文庫	橋北地区市民センター
		10:50~11:20		滝川公園

秋の火災予防運動 11月9日~11月15日

『急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし』

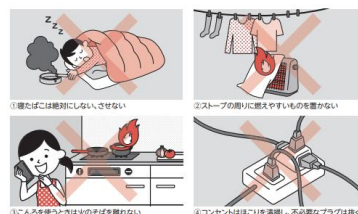
全国一斉に実施される秋の火災予防運動に伴い、火災を未然に防止するため当市においても同運動を行います。

●火災原因はたばこが1位

令和6年中の四日市市、朝日町、川越町で発生した火災は78件です。火災原因のうち最も件数が多かったのは、たばこで9件です。つづいてストーブ、こんろ、電気配線がそれぞれ6件となっています。火災の発生を防ぐために次の習慣を守りましょう。

《4つの習慣》

- ① 寝たばこは絶対にしない、させない
- ② ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ③ こんろを使うときは、火のそばを離れない
- ④ コンセントのほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く



問合せ：四日市市消防本部予防保安課 TEL 356-2008 FAX 356-2041
四日市市消防本部公式ホームページ <https://yokkaichisyoubou.jp/>

スマホサポート人材(ボランティア)育成のための教室を開催します

スマートフォンの基本的な使い方やLINE、市の電子申請システムの使い方などを学び、身近で困っている人に教えられようになってみませんか。

受講後は、今後市が開催するスマホ教室などにアシスタントとしてご参加いただいたり、身近で困っている人に教えてあげたりすることをお願いします。(活動は強制ではありません。)

□日時・場所：12月3日(水) 橋北地区市民センター

時 間	内 容
10:00~11:00	防災関係
11:15~12:15	LINE(ビデオ通話を含む)関係
13:15~14:15	インターネット検索、音声操作、アプリ追加など
14:30~15:30	市のLINE公式アカウント、市の電子申請システムについて

□定 員：先着3名 □参加費：無料 □対象者：上記の4コマ全てに参加できる方

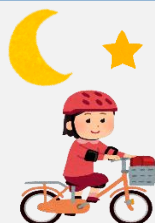
□持ち物：スマートフォン(お持ちでない人には貸出可能)

□申込み・問合せ 11月1日(土)から申込み受付開始

ソフトバンク(株) 0800-111-9442(9時~17時、土日祝も可・通話料無料)

※教室の開催時間中、スマホ相談窓口も同時開設します。

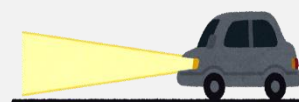
スマートフォンに関するお困りごとをご相談ください。(予約不要)



夕暮れ時、ちょっと早めの

ライト・オン運動

【実施期間】10月1日(水)~12月31日(水)



「四日市の小中学生のための こどもの居場所」～イベント開催のお知らせ～

四日市市では7月から、あさけプラザにて、小中学生を対象にさまざまな体験ができる居場所づくりを始めました。毎月第1水曜日と第3土曜日に居場所を開催しています。ぜひ、遊びに来てください！ 小中学生対象・参加費無料です。

【開催日時・内容】

11月5日(水)	14:30～16:30	常設コーナー 宿題や勉強、ミニ卓球、ボードゲーム、e-スポーツができます。おやつもありますよ。	定員/なし 予約/不要
11月15日(土)	13:30～16:00	【環境講座】木のペンダントをつくろう 木のオリジナルペンダントを作りましょう。 協力/四日市公害と環境未来館	定員/なし 予約/不要 持ち物/なし

【会 場】あさけプラザ（下之宮町 296-1）2 階

【問合せ】企画内容について：アクティオ株式会社 （TEL 359-5560）

事業内容について：四日市市こども未来課（TEL 354-8038）

男 性 電 話 相 談 の ご 案 内

心配や不安、困りごとはありませんか。離婚や仕事上の悩みなど、電話でご相談ください。男性の臨床心理士がお話をお聞きします。



○原則毎月第4土曜日 9:30～12:30（1人30分程度）

○相談電話番号 059-354-1070

※予約不要 ※匿名もOKです

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

TEL354-8331 FAX 354-8339

メール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

【開館時間】9:00～19:00

※小学生以下は17:00まで、中高生は19:00まで利用可能です。

【主なイベント日時・内容】

日 時	内 容	その他
11月1日(土)～ 11月30日(日) 9:00～17:00	オレンジリボン 雪だるまにオレンジのリボンをつけよう！	対象/どなたでも 定員/材料がなくなり次第終了
11月8日(土) 10:00～11:15 (受付 9:00～)	よかパパひろば 今回は、親子 de バランスボールをします。 動きやすい服装でお越しください。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20組 持ち物/水分補給ができるもの 講師/産後指導士・バランスボールインストラクター 横石 亜紀氏
11月8日(土) 14:00～15:00 (受付 12:00～)	子育てはチームプレー 助産師と一緒に子育てについて話しましょう。お子さんの発育相談もできます。	対象/子育てに関わる人、これから子育てをする人 定員/なし 講師/ママノトモ・奥 友美氏、助産師お日さま・佐竹 ひろみ氏

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

