



健康ボランティア四日市市ヘルスリーダーの会による

イキイキ教室



3月4日(月) 13:30~(60分程度) 富田地区市民センター 2階ホール

介護予防 !! 動きやすい服装でお越しください。

- 対象：おおむね65歳以上の市民の方
- 申込み・参加費不要
- 持ち物：タオル・飲み物
- 問合せ：高齢福祉課 ☎354-8170



♪富田こども園 あそぼう会 9:30~11:30
4日(月)・7日(木)・11日(月)・14日(木)
18日(月)・25日(月)

園庭開放 9:30~11:30
6日(水)・13日(水)

♪富田幼稚園 遊び会 カンガルー 0~1歳児 10:00~11:30
6日(水)

パンダ 2~3歳児 10:00~11:30
4日(月)・11日(月)

保育園・
幼稚園で
遊びましょう!

♪富田文化幼稚園 フレイランド 未就園児 10:00~11:30
4日(月)・11日(月)

園開放
8日(金)・15日(金)

自動車文庫

富田浜会館 3月 1日(金) 10:50~11:20

富田地区市民センター 3月 5日(火) 10:10~11:10

よってこ屋 **健康は食事から!**

~健康のための大切な習慣~

日時：令和6年3月19日(火) 10:00~12:00

場所：サロン よってこ家(富田3丁目14-14)

内容：健康は食事から! 健康のための大切な習慣

講師：株式会社明治 中部支社 管理栄養士 永谷 美沙氏、栄養士 荒木 紀子氏

定員：15人程度(定員になり次第〆切)

持ち物：飲み物、筆記具等

申込み：3月15日(金)までに、住所、名前、電話番号を下記までお伝えください。

四日市市社会福祉協議会 四日市市ボランティアセンター

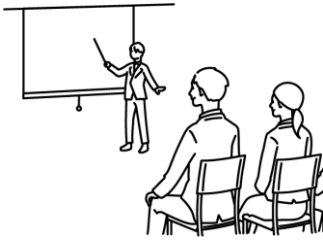
TEL 354-8144 FAX 354-6486 Eメール y-vc@m3.cty-net.ne.jp



認知症サポーター養成講座

日時：令和6年3月18日（月）
午後2時00分～3時30分
場所：富田地区市民センター 2Fホール

認知症サポーターとは・・・認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り支援していただく応援者です。
「認知症ってどんな病気？」「こんな時はどうしたらいいの？」などこの講座がみなさんの疑問解決のヒントになればと思います。



申し込みはこちらまで
3月1日より受付開始
富田在宅介護支援センター
☎365-5200

予約制
先着
25名

コロナウィルス感染予防対策へのご協力をお願い

下記の方は参加をご遠慮ください。

- ・予約なしでの当日参加
 - ・持病のある方、体調に不安のある方
- 体温測定とマスク装着をしたうえでご参加ください。

主催・講師 富田在宅介護支援センター 共催 富田地区市民センター ☎ 365-1141

スマホ初心者・安全安心 体験講座

スマートフォンの操作に関して不安のある方、もしくは初めての方を対象に丁寧に教えていただけますので、興味のある方はこの機会にぜひご参加ください。

日 時	3月13日（水）10：00～11：30
場 所	富田地区市民センター 2階ホール
講 師	特定非営利活動法人 愛ママズIT 倶楽部
対 象	富田地区在住の方
定 員	12名（先着順）
参 加 費	無料
持 ち 物	筆記用具、ご自分のスマホでご参加いただけます
申 込 み	3月1日（金）9：00より電話のみで受付開始



※発熱・咳・のどの痛み・下痢などの症状がある場合は、参加を見合わせてください。

問合せ・申込み先 富田地区市民センター 電話365-1141



◆◇◆新しい本が入りました◆◇◆



※貸し出し期間は2週間、おひとり5冊まで。内、新刊は1冊までです。

ジャンル	タイトル	著者
【一般書】	星を編む	凧良 ゆう
	人間標本	湊 かなえ
	続 窓際のトットちゃん	黒柳 徹子
	八月の御所グラウンド【直木賞受賞作】	万城目 学
	可燃物	米澤 穂信
	頭のいい人が話す前に考えていること	安達 裕哉
【児童書】	大ピンチずかん	鈴木 のりたけ
	大ピンチずかん 2	鈴木 のりたけ
	パンどろぼうとほっかほっかー	柴田 ケイコ

あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

マイナンバーカードを作りたいけど、申請の仕方がわからない方のために、地区市民センターや皆様により身近な商業施設などで、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ています！

サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント！

予約不要ですので、この機会にぜひ出張申請サポートをご利用ください！

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
- ・マイナンバーカードに関する相談・案内など



マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表（令和6年3月分）

曜日	場所	受付時間
1日（金）	日永カヨー【1階中央広場】	10:00～18:00
2日（土）	アピタ四日市店	10:00～
3日（日）	【2階休憩スペース（西側エスカレーター付近）】	18:00
7日（木）	スーパーサンシいくわ店	10:00～
8日（金）		18:00
9日（土）	県地区市民センター	9:00～17:00
16日（土）	下野地区市民センター	9:00～17:00
21日（木）	JAファーマーズ四日市	10:00～18:00
22日（金）	【ファムタウン四日市上海老内】	

【問い合わせ先】四日市市マイナンバーカードサービスセンター

電話 340-8371

「第7回婚活イベント」のお知らせ

～婚活初心者大歓迎！じっくり1対1トーク婚活～

■日時：令和6年3月17日（日）午前9時30分～午後5時30分

	時間
第1部	9時30分～11時30分
第2部	12時30分～14時30分
第3部	15時30分～17時30分



■場所：ラセーナ マリアージュ四日市（四日市市伊倉一丁目）

■対象：市内に在住、または在勤するイベント当日に20～39歳の独身男女

	対象年齢
第1部	33～39歳
第2部	28～35歳
第3部	20～30歳

■内容：じっくり1対1トークで価値観をマッチング。フールドリンクとスイーツで素敵な時間を楽しんでいただきます。

■定員：各部20人（男女各10人） ※応募多数の場合は抽選

■参加費：1,500円

■服装：男性はジャケット着用、女性はスマートカジュアル

■その他：参加者を対象にした事前ガイダンス（3月14日（木）午後7時）あり

■申し込み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページの応募フォームから

<申込期間>令和6年3月7日（木）午後5時まで

四日市マリッジサポート事務局

（四日市市安島一丁目 トナリエ四日市4階（株）デルタスタジオ内）

☎355-1320 FAX355-1321

専用ホームページ <https://yokkaichi-marriagesupport.jp>



■担当課：こども未来課 ☎354-8038



これからの日本のカタチ ～多文化共生のその先へ～

令和6年 3.19(火)

18:30~20:30(受付 18:00~)

四日市市総合会館 8階 視聴覚室

定員: 100名 主催: 四日市市

- 手話通訳・要約筆記あります。
- 車でお越しの方は、市営中央駐車場をご利用ください。



講師 土田 千愛

東京大学地域未来社会連携研究機構

三重サテライト特任助教

14歳のときに偶然見たニュースでグローバル化への疑念を抱く。専門分野は、移民・難民研究、国際関係論。東京大学大学院総合文化研究科国際社会科学専攻博士課程修了。博士号取得。著書に「日本の難民保護—出入国管理政策の戦後史」(単著、慶應義塾大学出版会、2024年)など

お申し込み方法

3月15日(金)までに電話、ファックス、メール、または下記URLの応募フォームからお申し込みください。



申し込み・問い合わせ先
 四日市市市民生活課 多文化共生推進室
 TEL354-8114/FAX354-8316
 メール kyouseisuishin@city.yokkaichi.mie.jp

<https://logoform.jp/form/7p72/474929>



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】 <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まで利用可能です。

各部の間に消毒を行います。その間、施設の利用はできません。

所在地: 四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階 TEL330-5020 FAX334-0606

【主なイベント日時・内容】 **料金** 無料 HP: <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>



3月3日 (日)	10:00~ 11:15	よかパパひろば 今回は、お楽しみ会をします。パパトークでは保護者同士交流しましょう。	対象/どなたでも 定員/おおむね15組 (先着順・受付当日9:00~)
3月17日 (日)	10:00~ 11:30	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。(1家族1枚)	対象/どなたでも 定員/当日先着15組(受付9:00~)
3月23日 (土)	10:30~ 11:00	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/当日先着10組 (受付9:00~)
3月25日 (月)	14:30~ 16:00	簡単!毛糸のシュシュ ストローを使って、シュシュをつくろう。	対象/小学生 定員/当日先着10名 (受付14:00~)

※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ください。電話にてお問合せください。

春の火災予防運動を実施します 3月1日～3月7日

火を消して 不安を消して つなぐ未来

3月1日～3月7日までの7日間にわたり全国一斉に実施される春の火災予防運動に伴い、火災を未然に防止するため本市においても同運動を行います。

令和5年中の四日市市、朝日町、川越町で発生した火災は84件です。このうち建物火災が36件で、主な出火原因は、たばこ、放火（放火の疑いを含む）、たき火になります。大切な命や財産を守るために以下の10のポイントを実施していきましょう！

●住宅防火 いのちを守る 10のポイント

《4つの習慣》

- ① 寝たばこは絶対にしない、させない。
- ② ストープ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 コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。



《6つの対策》

- ① 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ② 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ③ 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。
- ④ 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤ お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥ 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

※住宅用火災警報器についての点検方法は四日市市消防本部のホームページでご確認ください

お問い合わせ 四日市市消防本部予防保安課
(☎356-2010、FAX356-2041)



四日市市消防本部公式ホームページ

<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/syoubou/index.php>

4月からの「ゴミ収集日程表」が配布されます



令和6年度『ゴミ収集日程表』が、広報「よっかいち」3月上旬号と一緒に配布されます。1年間使用します。大切に活用ください。

※問合せ先：環境事業課 ☎ 340-3308

※災害・感染症等により、内容の変更や中止をする場合がありますので、ご了承ください。

富田地区市民センター ☎365-1141
富田地区公式ホームページ <https://tomida.org/>





令和6年2月20日発行 Vol.60



くうちゃんだより

◆ 水谷茉那香（まなか）さん、おめでとうございます！◆

第32回全国小学生作文コンクール「わたしのまちのおまわりさん」低学年の部において、富田小3年の水谷茉那香さんが県内100点以上の応募の中から最優秀賞を受賞しました。すごいね！やったね！



◆ よってこ家で「知っておきたい応急手当」講座開催 ◆

回覧とみだ1月9日号で募集した「大切な人の命を救うために～知っておきたい応急手当」講座（1月23日）の報告です。講師は市消防救急課の藤田さん。救急車の上手な使い方、こわいこわい冬のお風呂場、窒息した時の対処法などを学びました。さてここで問題です。

講師・藤田さんの救急処置した窒息者が実際にのどに詰まらせた食べ物は、次のうち何が一番多かったでしょうか？

① お肉、② おもち、③ お寿司 （答えは裏面の一番下だよ。）



◆ 1月24日 鳥出神社で消防訓練がありました ◆

当神社は江戸時代から伝わる文化財・奉納御座船模型2隻を所蔵しています。1月26日の文化財防火デーに合わせて、北消防署、消防団富田分団、神社の皆さんが参加して訓練を行い、災害から文化財を守る意識を高めました。大粒のボタン雪にも負けない熱のこもった訓練お疲れさまでした。



●動画編集ソフトのPowerDirector（パワーディレクター）は初心者からプロまでのYouTuberが使っているソフトです。富田地区市民センターの公式HPに掲載している動画もコレを使っています。このPowerDirectorを使って、スマホで撮影した動画を編集してYou-Tubeにアップするまでをマンツーマンで指導します。先着5名様限り！受講料は無料です！



📞 問合せ&申込みは まちづくり協議会へ TEL366-1513

◆ コロナ禍のため休止していた連合自治会研修旅行が4年ぶりに復活！ ◆

視察の目的地は、スマホを使った電子回覧板を先駆けて導入している愛知県豊川市。通常は紙のものを回している回覧板を、スマホを使って一括配信するという取り組みを視察しました。スピードの面で優れているなど導入するメリットは確かにありますが、閲覧率が伸びないなど多くの課題があることを実感しました。視察後は短い時間でしたが幾つかの観光地を巡って楽しい一日となりました。旅行委員の皆様と参加者の皆様、お疲れさまでした。



活発な質問・意見が出された説明会



豊川稲荷のガイドさんと共に



岡崎ではみそ蔵を見学しました

◆ 長興寺の節分行事も復活！ ◆

2月3日（土）富田三丁目の富田山長興寺に大勢の富田っ子が集まり節分会が開かれました。「福はうち！福はうち！」（「鬼は外」とは言いません）の威勢のいい掛け声と共にお豆が振る舞われました。お豆の袋には当たりが入っており景品が当たった人もいたそうな。いきなり福が舞い込んだ！



◆ 安全と景観のため十四川の桜並木を手入れしました ◆

十四川の桜は富田っ子の宝です。なんと600本近くあります。植樹が始まったのは1925年なので来年で100年を迎えます。ところがソメイヨシノは病気や害虫に弱く、その寿命は一般的に60~80年とされています。3月末からの桜まつりを前にした2月10日に「十四川と環境を守る会」の皆さんが中心になって花見の安全と景観を考えて、老木古木に気合を注入（伐採と剪定）してくれました。春はもう、すぐそこまで来てますよ！



●マネージャーのひとり言 ~~~

太りました。ここ半年で4Kgも。先日久しぶりに礼服をきたら腰回りがキツイのなんの。冬にはミートテックは暖かいですが余分なミートは要りません。同年輩の中では運動量が多い方だと思っています。けどね、まだまだ足りないみたい。いつまで続くか分かりませんがウォーキングを始めました。貯金と同様に中高年には“貯筋”も大切らしいので。 🙌 🙌

オモテ面の答えは、③のお寿司。「特にイカとサーモンに注意してください。」とのことでした。