

すいざわ

センターだより

水沢地区市民センター ☎329-2001
水沢地区団体事務局 ☎329-2323

「すいざわ センターだより」がカラーで見れます。

水沢地区のホームページのアドレスは <https://suizawa-yokkaichi.com> ご意見・投稿などは suizawahp@gmail.com自動車文庫巡回日
9月3日（金）7月から自動車文庫の駐車場の巡回時間帯が
変更になっています。

時間をご確認の上、お越しください。

水沢地区市民センター 12:50~13:20
水沢三本松公民館前 13:30~14:00
水 沢 病 院 14:10~14:50

あそびにおいでよ ひよこクラブへ

うだるような暑さでお疲れモードになっていませんか？

保育園の子どもたちは、虫探しやどろんこあそび等に夢中になっています。

また、大切に育てた夏野菜（きゅうり、トマト、オクラ、なすなど）を収穫して
おいしくいただき、暑い夏を楽しく過ごしています。

【9月開催日】 10:00~11:30 8日・22日 【第2・第4水曜日】

水沢保育園 ☎ 329-2166

♪食生活改善推進員 養成講座「栄養教室」 受講生募集♪

「食」を通じた健康づくりのボランティア『食生活改善推進員』を養成するため、栄養教室を開講します。

食生活改善推進員は、自分自身や家族、地域の健康づくりのため「日頃の食
生活の大切さ」を伝える活動をしています。

- ◆対象者：受講後に四日市市食生活改善推進協議会の会員としてボランティア活動ができる、市内在住の20歳以上の人（※過去に受講したことのない人）
- ◆日 時：①9月29日、②10月20日、③11月17日、④12月1日、⑤12月15日、
⑥1月12日、⑦1月26日（全7回） いずれも水曜日 9:30~12:30
- ◆場 所：四日市市総合会館（7階 第3研修室など）
- ◆内 容：健康づくりや食生活、調理等に関する講義
（※今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、調理実習は行いません。）
- ◆定 員：15名（4名以上の申し込みで開催。申し込み多数の場合は抽選。）
- ◆申し込み：9月13日（月）（必着）までに、健康づくり課窓口かはがき、電話、ファックスで
名前（ふりがな）、年齢、住所、電話番号、「栄養教室受講希望」と明記の上お申し込み
ください。参加の可否は全員に通知します。
- ◆申し込み先：〒510-8601 諏訪町1-5 健康づくり課
☎ 354-8291 FAX 353-6385

健康づくり
Tours 対象

※災害、感染症等により、内容の変更や教室を中止する場合があります。

— 地域レビューの入り口は、体のことから —
「介護予防ボランティアヘルスリーダー養成講座」のご案内

ヘルスリーダーは、四日市市が養成している介護予防のボランティア団体です。
 20～80歳代の150名を超えるヘルスリーダーが協力し合い、主に高齢者を対象として、
 地区市民センター等の身近な場所で運動やレクリエーションを行っています♪

- ♪日 時：10月29日、11月5日、12日、19日、26日
 全5回シリーズ（いずれも金曜日 14：00～16：00）
- ♪会 場：なやプラザ 第3音楽室（四日市市蔵町4-17）
- ♪対 象：受講後にヘルスリーダーとしてボランティア活動ができる方
- ♪講 師：日本福祉大学 社会福祉総合研修センター 荒深裕規 さん
- ♪内 容：介護予防に関する講義や運動の実習など
- ♪定 員：15名程度 ※応募多数の場合は抽選
- ♪参 加 料：無料



- ♪持 ち 物：マスク、飲み物、中履き、運動しやすい服装でお越し下さい。
- ♪申し込み：10月15日（金）（必着）までに、講座名、郵便番号・住所、名前（ふりがな）、
 年齢、電話番号を、はがき・電話・FAXのいずれかの方法で申込先へお知らせいた
 だくか、ホームページの申し込みフォームまたは下記 QR コードからお申し込みく
 ださい。
- ♪そ の 他：発熱や咳などの風邪症状がある方、基礎疾患をお持ちの方で感染リスクを心配される
 方は参加をお控えください。また、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中
 止となる場合がございます。

♪申 込 先：高齢福祉課 〒510-8601 四日市市諏訪町1-5
 ☎ 354-8170 FAX 354-8280
 ホームページからの申し込み



四日市ヘルスリーダー養成講座 **検索**

**中央老人福祉センター改修工事による一時休館・リニューアルと
 西老人福祉センター閉館のお知らせ**

本市が運営する四日市市中央老人福祉センター（日永東一丁目）と四日市市西老人福祉センター（西坂部町）は、開設から40年数年間の長きに渡り高齢者の皆さまに健康増進やレクリエーション等の機会を提供してまいりました。

その間、本市では少子高齢化が著しく進むことなどによって、介護予防や認知症等に関する様々な課題が生じてきています。このように、老人福祉センターの開設当時と現在では高齢者を取り巻く状況が大きく変化していることや、老朽化する施設の状況を考慮すると、市としては公的施設としての老人福祉センターの役割を見直す時期にきていると考えています。

これらのことを踏まえて、このたび以下により、西老人福祉センターを閉館し、中央老人福祉センターを新たな介護予防等拠点施設としてリニューアルする運びとなりましたのでお知らせいたします。

<中央老人福祉センター（日永東一丁目）>

- ・令和4年8月末（予定）をもって一時休館。令和5年3月までの予定で改修工事を実施
- ・令和5年度当初に介護予防等拠点施設としてリニューアルオープン
- ※新たな施設は、従来の老人福祉センターとは異なり、介護予防機能と認知症支援機能を備えた施設とし、入浴等のレクリエーション施設は整備しない予定です。

<西老人福祉センター（西坂部町）>

- ・令和5年1月末（予定）をもって閉館

【問合せ】健康福祉部 高齢福祉課
 ☎ 354-8170

「自治会の役割と自治会役員さんへのお礼」

市では、暮らしに身近な課題を解決し、住みよいまちを実現するために自治会の力をお借りしています。

例えば、防犯外灯の維持管理、ごみ集積場の管理や見守り、集会所の管理、道路の管理修繕に関する調整など皆さんの暮らしに身近なところで自治会に活躍していただいています。自治会の役員の方、いつもありがとうございます。

所管区域の広い水沢地区では地区市民センターでは眼の行き届かないところに関する連絡をいただき、事故の未然防止に繋げていただいていることを実感します。

館長大谷のつぶやき

No.2



【道路損傷現場】

地域の皆さん！自治会への加入、自治会活動への参加にご理解、ご協力をお願いします。

(補修前)

(補修後)

(補修前)

(補修後)



無料 Instagram
オンラインセミナー
2021
「四日市 Stylist」になって
四日市の魅力を発信

DAY

■初級編

10月10日(日) 10:00~11:15

■中級編

10月24日(日) 10:00~11:15



講師：株式会社 merchu
代表取締役 折田楓さん

— 初級編の主な内容 —

- ▶プロフィールの作り方
- ▶「インスタ映え」の撮影・加工方法
- ▶キャプション・ハッシュタグの作り方 など

— 中級編の主な内容 —

- ▶フィードのアルゴリズムについて
- ▶ストーリーズの活用方法
- ▶Instagram最新機能の紹介 など

市公式インスタグラム
Please Follow!



YOKKAICHI_STYLE

■申し込み方法

9月30日(木)までに、申し込みフォーム (<https://logoform.jp/f/r102X>) からお申込みください。

▼申し込みフォーム

- *定員は各100人(応募多数の場合は抽選)
- *当日は、Instagramがインストールされたスマートフォンおよび、Zoomで使用するタブレットまたはパソコンをご用意ください
- *Instagramアカウントをお持ちでない人は、事前にアカウントを作成の上、ご参加ください



【問合せ】広報マーケティング課 ☎ 354-8244 FAX 354-8315

✉ kouhou@city.yokkaichi.mie.jp

🌸人権標語🌸

〇気を付けよう その一言で 変わるから (萩村 菜愛) 〇認めよう キラキラ輝く その個性 (高橋 香帆)

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

☎ 330-5020 FAX 334-0606 HP: <http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

所在地：四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階

こども子育て交流プラザは、年末年始を除き毎日開館しています。

主に小学生～高校生を対象にした季節の行事やスポーツ活動、創作活動など、さまざまなイベントを開催しています。

また乳幼児と保護者が楽しめる「すくすく広場」や「赤ちゃん広場」も実施しています。

ボール遊びやバドミントン等ができる広い多目的ホール、工作室や図書室などの設備が充実した施設で雨の日も遊べます。ぜひ、ご来館ください！！

【開館時間】

<第1部> 9:00～11:30 <第2部> 12:30～14:00 <第3部> 15:00～17:00
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。

【主なイベント日時・内容】

9月 1日(水) ～14日(火)	9:00～17:00	防災月間 防災に関するイラストやクイズなどで防災力を身につけよう	《対象》どなたでも 《定員》1グループ5名まで
9月 1日(水) ～17日(金)	10:00～11:00 12:30～14:00 15:00～17:00	おじいちゃん・おばあちゃんに手紙を書こう プラザで撮影した写真を貼って、おじいちゃん・おばあちゃんに手紙を出します。	《対象》 18歳までの子どもと保護者 《定員》 当日先着50名 《持ち物》 宛名、住所がわかるもの
9月11日(土)	15:30～16:00	フリスビー 飛距離を競ったり、フープにくぐらせよう。	《対象》小学生 《定員》先着10名
9月25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》先着10名

料金 無料

※新型コロナウイルス感染症対策のため、運営内容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。電話にてお問い合わせください。

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、良く理解をしていただくため、また現在の子育て環境、子どものおかれている状況や、子どもを主体者としてみる考え方を知っていただくために、依頼会員向けの講習会を実施します。

新たに依頼会員として登録される方はもちろん、すでにご利用されている方で未受講の方も、受講してください。

【日 時】9月1日(土) 13:00～16:00 (登録済みの方は14:30 (講習会終了まで))

*講習会終了後、希望される方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 2階 視聴覚室

【定 員】会場の都合により、20名程度といたします。(先着順に受け付けます)

【申し込み方法】電話、FAXにてお申し込みください。

【保 育】有り/無料 ※事前にお申し込みください。

【申し込み・問合せ】四日市市ファミリー・サポート・センター ☎/FAX 323-0023
(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)

