

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

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、また、気象に関する警報が発令された場合には、掲載した行事などが中止・延期・内容変更、各種募集が取り止めになる場合があります。詳しくは、各問合せ先にご確認ください。お出かけの際は、感染症対策(マスク着用など)をしてお越しください。

骨粗しょう症予防講座

年齢とともに骨の強度が低下して、骨折しやすくなる骨の病気を「骨粗しょう症」と言います。この「骨粗しょう症」にならないため、予防できることに取り組んでみませんか？

- ★日 時：11月19日(土) 10:00~11:30
 - ★場 所：水沢地区市民センター 2階調理室
 - ★講 師：食生活改善推進員(水沢ヘルスマイト)
 - ★内 容：●骨粗しょう症予防のお話 ●カルシウムアップメニューの実演
 - ★定 員：10名(先着順)※定員になり次第締め切ります
 - ★持ち物：筆記用具
 - ★申込み期：11月10日(木)~17日(木)
 - ★その他：発熱やせきなど風邪症状のある方、基礎疾患のある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。
- 【申込み】水沢地区市民センター ☎329-2001

参加費:無料



クリスマスを彩る

クリスマスリースづくり

参加費:無料



自然の素材を使ったクリスマスリースを作ませんか

写真はイメージです

- ☆日 時：12月8日(木) 10:00~11:30
- ☆場 所：水沢地区市民センター 2階大会議室
- ☆講 師：四日市公害と環境未来館スタッフ
- ☆定 員：10名 ※定員になり次第締め切ります



《一人1作品になります》

- ☆持ち物：剪定はさみ、作品を持ち帰る袋(作品がくずれないようにできればマチが大きい紙袋)
- ☆申込み：11月16日(水)から下記までお申し込みください。

【問合せ】水沢地区市民センター ☎329-2001



市内に設置されている防災行政無線の試験放送を実施します

市内121箇所全ての防災行政無線の屋外拡声子局の試験放送を実施します。

試験放送に併せて、CTY-FMラジオ放送、四日市市Sアラートなどからも一斉に放送いたしますので、ご承知おきください。

(1) 実施日時：11月16日(水) 11:00ごろから数分程度

(2) 試験放送内容：
上りチャイム音(♪ピンポンパンポン)「これは、Jアラートのテストです」×3
「こちらは、こうほうよっかいちです。」下りチャイム音(♪ピンポンパンポン)

※地域住民の皆さんに参加していただく試験放送ではありません。

●☎059-351-4004(自動電話応答機能)に電話していただくと放送内容が確認できます。

●気象状況その他の理由により中止する場合があります。



【連携対象】

市内全域の防災行政無線

テレビ(CTY-L字放送)

緊急告知ラジオ(CTY-FM)

四日市市Sアラート

四日市市安全安心防災メール

四日市市ホームページ、ツイッター、LINE



【問合せ】危機管理課 ☎354-8119 メール：kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp

○子どもへの体罰は法律で禁止されています○

～これらは全て体罰です～

- ・言葉で注意したけど言うことを聞かないので、頬を叩いた
- ・大切なものにいたずらをしたので、長時間正座をさせた
- ・宿題をしなかったので、夕ご飯を食べさせなかった



**怒鳴りつけたり、子どもの心を傷つける暴言なども、
子どもの健やかな成長・発達に悪影響を与えます。**

児童虐待かもと思ったら…まずは、連絡・相談を！

- 児童虐待・子育て・ひとり親家庭など児童・家庭の相談

こども家庭課：☎354-8276

- 児童相談所虐待対応ダイヤル(24時間OK) **189**

乾電池はごみ集積場に出しましょう

使えなくなった乾電池は2週間に1度ある「資源物の日」に回収しています。
レジ袋などに入れて「電池」と表記して集積場に出してください。

地区市民センターでは回収していませんので、ご理解とご協力をお願いします。



納税は、便利で安心な

口座振替で!!



【問合せ】収納推進課 ☎354-8141

FAX 354-8309

人権標語

☆気持ちよく なかなかおりは なかまの始まり

☆生き物の命は大切に みんな平等に

介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による

イキイキ教室

◇日 時：11月16日(水) 13:30~15:00

◇場 所：水沢地区市民センター 2階大会議室

◇内 容：介護予防の運動、レクリエーション・ストレッチ・筋トシ
脳トシ(手先を動かして脳に刺激)・ラダー(はしご)など

◇対 象：おおむね65歳以上の市民の方

◇持ち物：マスク、タオル(体操用・汗拭き用)、お茶 ※動きやすく、体温調整しやすい服装でお越しください。

【問合せ】高齢福祉課 ☎ 354-8170



申込み:不要
参加費:無料

子育てサロン ~アロマオイルを作ってみよう~

未就園児の子どもさんをお持ちの保護者の皆さん、これから寒くなり乾燥する季節がやってきます。お子さんにも使えるアロマオイルを使った保湿クリームを作ってみませんか？お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

❖日 時：11月18日(金) 10:00~11:30

❖場 所：水沢地区市民センター 2階大会議室

❖定 員：10名 ※定員になり次第締め切ります

❖材料費：300円

❖申込み：11月11日(金)から下記までお申し込みください

【問合せ】水沢地区市民センター ☎ 329-2001



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

「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、また子どもの置かれている状況などを良く理解していただくために、依頼会員向けの講習会を実施しています。

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人で、未受講の人も受講してください。

♪日 時：12月10日(土) 13:00~16:00 (講習会のみの方は14:30終了)

*講習会終了後、希望される人は依頼会員の登録手続きをします。

♪場 所：三浜文化会館 1階創作スペースA・B

♪定 員：保育の都合により、20名程度といたします。(先着順に受け付けます)

♪保 育：無料(保育対象：満6か月~) ※事前にお申し込みください。

♪申込み：電話にてお申し込みください。

【問合せ】四日市市ファミリー・サポート・センター ☎ 323-0023

(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)



会員募集！！

太極拳をやってみませんか？

複式呼吸で体をゆっくり動かし、気と血の巡りを良くする健康法の一つです。
若い方から高齢者の方まで、年齢をかさねても自分のペースで続けられる健康太極拳です。
ぜひ一度体験・見学にお越し下さい。お待ちしております。

- 日 時：毎週火曜日 19：30～21：00
- 場 所：水沢地区市民センター 2階大会議室
- 連絡先：☎328-1358 伊藤葉子



動きやすい服装で
お越し下さい。



浜田小学校・四郷小学校・桜台小学校給食パートを募集

- ☆募集職種：小学校給食調理員（給食パート）1名
- ☆業務内容：給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など
- ☆勤 務 日：給食実施日など（春・夏・冬休みは勤務なし）
- ☆勤務時間：8：30～15：15（労働時間6時間）

（1月上旬から勤務です）



- ※桜台小学校のみ8：45～15：25（労働時間6時間）
- ☆時 間 給：1,040円（通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給）
- ☆そ の 他：浜田小学校勤務の場合、他の学校の調理員の欠勤状況などにより、他の市内小学校に勤務することがあります。社会保険加入あり。
- ☆申 込 み：応募を希望される方は、教育総務課（☎354-8236）に電話のうえ、履歴書を提出してください。書類選考のうえ、面接を実施します。
- ☆応募期間：11月14日（月）～25日（金）



楠こども園・笹川保育園・富洲原保育園 給食パートを募集しています

- 募集職種：給食調理員（給食パート）各1名
- 業務内容：給食調理、後片付け、調理場清掃など
- 勤務場所及び時間

①楠こども園 8：30～15：00（労働時間6時間 1か月数日程度）

②笹川保育園 ③富洲原保育園

月～金曜日 8：30～16：45（労働時間7時間15分）

土曜日 9：00～12：45（労働時間3時間45分）

※土曜日は隔週で出勤 土曜日2日勤務分を平日1日の振替休日とさせていただきます。

（③の富洲原保育園の勤務時間は要相談。また、3月までの短期になる可能性があります。）

- 時 間 給：980円（通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給）
- 応募方法：応募を希望される方は、各園に電話でお問合せください。



【問合せ】 ①楠こども園 ☎398-3133 ②笹川保育園 ☎321-5410
③富洲原保育園 ☎365-0994

