

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。

家族で楽しむお正月料理 レシピ講習会

調理実習はありませんが、お正月料理のレシピをご紹介します。
みなさん、お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

参加費：無料

- ◇日時：12月17日(土) 10:00~11:00
- ◇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)
- ◇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・マスク
- ◇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：11月28日(月)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



遊びに来てね!

子育てサロン クリスマス会

～移動児童館がやって来る～

手形アートを作ったり、本の読み聞かせなどもあります。
ぜひ、ご参加ください。

- ♪日時：12月22日(木) 10:00~11:30
- ♪場所：水沢地区市民センター 2階大会議室
- ♪対象：未就園児とその保護者
- ♪定員：10組(先着順)※定員になり次第締め切ります
- ♪参加費：無料
- ♪申込み：11月28日(月)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



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> 9:00~11:30 <第2部> 12:30~14:00 <第3部> 15:00~19:00

※9月から小学生以下は17:00まで、中高生は19:00までに利用時間を変更しています。

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。

料金 無料

【主なイベント日時・内容】

12月 3日(土)	10:00~11:15 	よかパパひろば みんなで一緒に楽しく遊ぼう。 今回は、クリスマス会をします。	対象/どなたでも 定員/当日先着 10組
12月13日(火) 	9:30~11:00 ※受付終了時間10:30	赤ちゃん広場 体重測定や助産師に発育相談ができます。	対象/0歳~18か月、 出産予定の人 定員/当日先着 10組 持ち物/母子手帳、バスタオル
12月17日(土) 	10:30~11:00	絵本のひろば 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
12月18日(日) 	①10:00~11:00 ②15:30~16:30	手形カードをつくろう 家族で手の大きさ比べをしよう。 成長記録にもなります。	対象/どなたでも 定員/1回につき1グループ 5名まで

【問合せ】 四日市市こども子育て交流プラザ（東新町26番32号 橋北交流会館4階）

☎330-5020 FAX334-0606 ホームページ <http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

御池沼沢植物群落で草刈ボランティアをしませんか



- (1) 日 時：12月11日(日) 9:00~12:00 ※小雨実施
- (2) 場 所：天然記念物 御池沼沢植物群落東部指定地（西坂部町）大池中学校南東約350m
- (3) 内 容：除草および集草
- (4) 持ち物等：作業しやすく汚れてもよい服装・マスク・長靴・あれば草刈機
- (5) 申込み：12月5日(月)までに、名前、参加人数、交通手段、当日の連絡先を、電話かEメールで、シティプロモーション部文化課までお知らせください。
自家用車をご利用の方は、8:30までに文化財整理作業所（寺方町字北浦1506、四日市中央工業高校南側）にお越しください。

【問合せ】 文化課 ☎354-8238

Eメール：syakaibunkazai@city.yokkaichi.mie.jp



おしらせ

水沢地区市民センターに階段昇降機が設置されました

水沢地区市民センターの2階には、会議室、図書室、調理室があります。

今まで2階に上がるのを躊躇されていた方にも無理なく上がっていただけるようになりましたので、ご活用ください。

ご利用の際は説明させていただきますので、センター職員にお申し出ください。



はつらつ健康塾！のご案内

65歳以上の方を対象に、介護予防のための健康知識を学んでいただきます。

♪日 時：12月 5日（月）10：00～11：00

♪場 所：中谷町集会所

♪内 容：「転倒予防について」

ヘルスリーダーによるストレッチ・脳トレ

【問合せ】水沢在宅介護支援センター ☎329-3553



夜間・休日にも地区市民センターで マイナンバーカードが受け取れます



地区市民センターでのマイナンバーカードの受け取りが17時以降の夜間や休日にもできるようになりました。

受け取りは「予約制」です。カード申請後にご自宅に郵送される「マイナンバーカード受け取りのご案内」をご覧ください、インターネットまたはマイナンバーカードコールセンターへの電話によりご予約ください。

※住所地の地区市民センター以外のセンターでも受取可能です。

【問合せ】市民課 マイナンバーカードサービスセンター（じばさん3階）

☎340-8371 FAX340-8372

水沢地区市民センター 休日開設日 12月11日（日曜日）（8:30～16:30）

※平日の夜間の予約については、下記までご連絡をお願いします。

【連絡先】水沢地区市民センター ☎329-2001

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、商業施設などに出張してマイナンバーカードの申請サポートを実施します！

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！

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
- ・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

アピタ四日市店 2階休憩スペース (西側エスカレーター付近) 10:00~18:00	令和4年12月 令和5年 1月	1日(木)・2日(金)・8日(木)・9日(金) 15日(木)・16日(金)・22日(木)・23日(金) 5日(木)・6日(金)・12日(木)・13日(金) 19日(木)・20日(金)・26日(木)・27日(金)
イオンモール四日市北 1階専門店通路 10:00~18:00	令和4年12月 令和5年 1月	3日(土)・4日(日)・24日(土)・25日(日) 7日(土)・8日(日)・9日(月・祝)
イオンタウン四日市泊 1階中央イベント広場 10:00~18:00	令和4年12月 令和5年 1月	10日(土)・11日(日) 14日(土)・15日(日)・28日(土)・29日(日)
イオン四日市尾平店 (1階東側エスカレーター付近) 10:00~18:00	令和4年12月 令和5年 1月	17日(土)・18日(日) 21日(土)・22日(日)

【問合せ】四日市市マイナンバーカードサービスセンター ☎340-8371

行政書士によるマイナンバーカード申請相談会開催のお知らせ

三重県行政書士会では総務省の委託を受け、マイナンバーカードの代理申請などの相談を無料で受付しています。お気軽にご利用ください。

- 日程：12月2日(金)・5日(月)・9日(金)・12日(月)・16日(金)・19日(月)
23日(金)・26日(月)
- 時間：9:00~12:00 13:00~16:00 (全日程いずれも)
- 場所：四日市市役所1階 市民課横 行政書士相談員申請ブース
- その他：二次元コード付き個人番号付申請書、本人確認書類(運転免許証、パスポート、健康保険証など)をお持ちください。

※申請に必要な顔写真は、その場で撮影しますので準備は不要です。(無料)

【問合せ】三重県行政書士会 行政書士 清 将人(せい まさと)

☎329-6537 FAX329-6535

四日市市役所 市民課

☎354-8152 FAX359-0282

新しい本が入りました

※貸し出し期間：2週間
※貸し出し冊数：5冊まで（新刊は2冊）

【一般図書】

- ハルジオンの花 老害の人 奇跡を蒔く人
 リバー その本は

【児童書】

- パンドろぼうおにぎりぼうやのたびだち きょうりゅうかくれんぼ
 まねまねどうぶつ

《配架予定》 匿名 時間があってもごはん作りはしんどい



●感染症対策として、返却された本は一定の期間専用の場所に保管してから本棚に戻しています。

自動車文庫巡回日 12月2日（金）



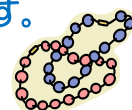
水沢地区市民センター 12:50~13:20
水沢三本松公民館 13:30~14:00
水 沢 病 院 14:10~14:50

出店者 募集！

はもりあフェスタ“プチ起業”出店者募集

男女共同参画センター“はもりあ四日市”では、令和5年3月11日(土)~12日(日)で「はもりあフェスタ」を開催します。その企画の一つ「はもりあマルシェ」で、起業を目指す女性の実践の場の提供として、“プチ起業出店者”を募集します。

- ★日 時：令和5年3月11日（土） 10:00~15:00
- ★会 場：本町プラザ 1階ホール（四日市市本町9-8）
- ★内 容：手作り品（アクセサリやスイーツなど）の販売、ネイルアート・マッサージなどのサービス提供
- ★募集店数：10店程度（応募多数の場合は、選考の上決定します）
- ★応募資格：市内在住、通勤・通学する、これから起業を考えている女性、または起業して間もない女性
- ★申 込 み：12月15日（木）までに、所定の申込用紙にご記入のうえ、Eメール、FAX、または持参で、はもりあ四日市までお申込みください
※申込用紙は、はもりあ四日市、各地区市民センター、はもりあ四日市のホームページにあります。
- ★そ の 他：無料託児あり（6か月～小学3年生程度）
出店決定者は、後日開催する出店説明会に必ずご参加ください



ご不明な点は、「はもりあ四日市」までお問い合わせください。

☎354-8331 FAX354-8339

Eメール：kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

あそびにおいでよ ひよこクラブへ

日が暮れるのが早くなりましたね。日が落ちると空気や風がひんやりと感じられ、本格的な冬の訪れも、もう間もなくです。

保育園の砂場では、どんぐりなどの木の実を使いケーキを作ったり、落ち葉を集めて花束にしたり。この季節ならではの遊びを楽しんでいます。

ぜひ、保育園に来ていただき、広い園庭での遊びを満喫してくださいね。

〈12月開催日〉14日(水) 10:00~11:30 ※28日(水)はお休みです。

水沢保育園 ☎329-2166



家屋を取り壊したときはご連絡ください

家屋を取り壊したときは、固定資産税額が変わる可能性があるため市役所資産税課 家屋係までご連絡ください。

物置や車庫など、小さな建物であってもご連絡をお願いいたします。

【問合せ】資産税課家屋係 ☎354-8135・354-8138



インフルエンザを予防しよう

例年、12月~3月はインフルエンザが流行します。

感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」です。

「飛沫感染」とは、感染した人の咳やくしゃみのしぶき(飛沫)に含まれるウイルスを吸い込む感染です。「接触感染」とは、飛び散ったウイルスが間接的に手から口や鼻に付く感染です



~インフルエンザに罹らないために、うつさないために~

- ① こまめに手洗い、うがいを心掛けましょう
- ② 顔を触らないようにしましょう
- ③ 人ごみを避けましょう
- ④ 咳エチケットを意識しましょう
- ⑤ マスクをきちんと着用しましょう
- ⑥ 十分や睡眠とバランスのよい食事を心掛けましょう
- ⑦ インフルエンザ予防接種を受けましょう



