

# 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](mailto:suizawahp@gmail.com)

## 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

### 出張イキイキ教室

- ◇日 時：4月3日（水）①13：00～13：40 ②13：45～14：15
- ◇場 所：三本松公民館
- ◇対 象：水沢地区在住の方どなたでも
- ◇内 容：①100歳体操  
②介護予防の運動、レクリエーション  
～ストレッチ・筋トレ・脳トレ・ラダー（はしご）など～



### 四日市リハビリ体操

- ◇日 時：4月5日（金）①9：00～ 9：40 ②9：45～10：15
- ◇場 所：横堀町集会所
- ◇対 象：水沢地区在住の方どなたでも
- ◇内 容：①100歳体操 ②認知症予防や転倒しない体づくり



《出張イキイキ教室・四日市リハビリ体操とも》

- ◇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

## 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。

申込み：不要

- ♪日 時：4月8日（月）10：00～11：15
- ♪場 所：茶屋町構造改善センター
- ♪内 容：「フレイル予防で健康寿命を延ばそう」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





## 四日市市子ども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！



### 【主なイベント日時・内容】

\*いずれも参加費無料

4月 8日(月) 10:30~11:00	<b>ちょうちょをつくろう</b>	シール貼りやお絵かきを楽しみます。	対象/未就学児 定員/当日先着おおむね20組
4月9日(火) 9:30~11:00	<b>赤ちゃん広場</b>	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
4月20日(土) 10:00~11:15	<b>よかパパひろば</b>	今回は、紙吹雪あそびをします。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/当日先着おおむね15組
4月27日(土) 10:30~11:00	<b>えほんのひろば</b>	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

★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。

【問合せ】四日市市子ども子育て交流プラザ ☎330-5020 ホームページ <http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

## あそびにおいでよ ひよこクラブへ

日差しがしだいに暖くなり、木々の新芽も膨らいで春の訪れを感じます。  
 保育園の子どもたちは、進級、入学に期待をふくらませています。  
 今年度もひよこクラブのお友だちと楽しい時間を過ごすことができました。  
 令和6年度もたくさんのお友だちと会えることを楽しみにしています。  
 ※ひよこクラブは5月より開催しますので、よろしくお願いします。



水沢保育園

☎329-2166

## 結婚祝金の住民票要件が4月から変わります

結婚を祝福し、夫婦の新しい人生を応援するため、結婚祝金を交付しています。  
 4月以降、世帯全員の住民票に替えて夫婦の住民票で申請できます。世帯主、続柄も省略できます。

■対象：次の条件をすべて満たす人

- (1) 令和5年4月1日以降に結婚した夫婦
- (2) 婚姻届提出日時点で、夫婦ともに39歳以下でいずれもこの結婚祝金の交付を受けていない方
- (3) 結婚祝金の交付を申請する時点で、夫婦が本市に居住し住民登録がある方
- (4) 結婚祝金の交付決定日から2年以上、夫婦が本市に定住する意思がある方
- (5) 夫婦ともに税金を完納している方

■交付額：1夫婦あたり10万円

■申請期間：婚姻届出日から6か月以内

■その他：詳しい内容は下記までお問い合わせください。

【問合せ】こども未来課 ☎354-8038

二次元コード



市ホームページ

「四日市市結婚祝金給付制度のご案内」



## 自動車文庫巡日

4月10日(水)

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

## マイナンバーカードの出張申請受付の戸別訪問について

窓口への来庁が困難で在宅している人にカードを取得いただくために、事前予約制により個人宅での出張申請受付を実施いたします。

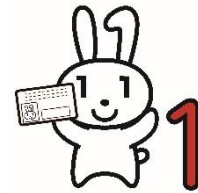
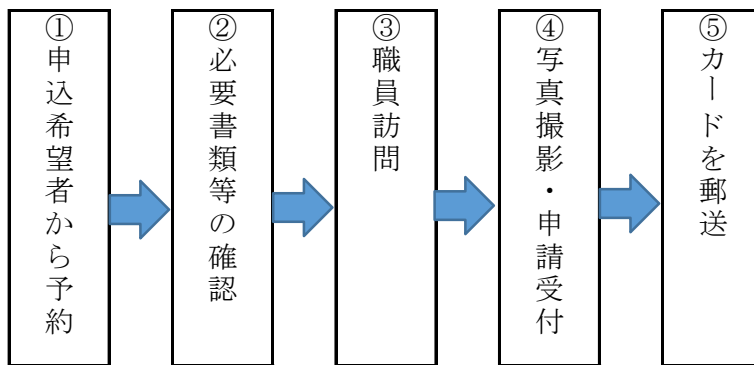
(1) 開始時期：令和6年4月から

(2) 対象者：市内に住民登録があり、マイナンバーカードを初めて申請する人で、次のいずれかに該当する人など。

①要介護3～5の認定を受けている、外出が困難な人

②身体障害者手帳1・2級又は療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級を持っている、外出が困難な人

(3) 手続きの概要



※申請後、カードが届くまでに1～2か月かかります。

(4) その他

・団体向けのカード出張申請受付も行っています

マイナンバーカードの申請希望者が5人以上見込まれる福祉施設等を対象に、市職員が指定の場所などを訪問し、申請手続きを一括して行います。

・マイナ保険証について

マイナンバーカードと健康保険証との一体化については、令和6年12月2日から現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証（健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード）を基本とする仕組みに移行されます。

【問合せ】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 FAX 340-8372

## 新しい本が入りました

【一般図書】

📖 ブラック・ショーマンと覚醒する女たち 📖 スピノザの診察 📖 アリアドネの声  
📖 アイネクライネナハトムジーク 📖 1冊の「源氏物語」光る君のものがたり

※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。

※貸し出し期間：2週間

※貸し出し冊数：5冊まで（新刊は2冊）

※貸し出し中の本もあります。  
ご了承ください。



## ～まちづくりの取組みに関するお知らせ～



令和5年度、地区市民センターの地域活動費（館長権限予算）を活用して地区連合自治会と地域有志の方がまちづくりに関する取組みをしていただいています。

1月には司法書士・土地家屋調査士・宅地建物取引士の先生方をお招きし、「自分の不動産を守り、活かすための説明会」（画像①）が開催され、2月には名古屋大学高野教授と地域有志の方の意見交換会（画像②）が開催されました。

① 土地や家屋にまつわる具体的な事例に興味津々

② 活気あるまちづくりを高野先生も応援



地域で新たな農産物を育て、地域の農地を守りつつ観光や特産品の販売に繋げるような取組みも始まっています。

令和3年度からのまちづくりに関する取組みを通じ、この地区に住みたいという方の空き家の利活用に繋がったり、水沢をより良い地域にしたいと同じ思いを持った方の集いの場ができています。

### 今後も取組みを続けます

これからの水沢地区をより良くしていくための取組みに参加を希望される方は、下記までご連絡ください。

水沢地区団体事務局 ☎329-2323

水沢地区市民センター ☎329-2001

