



令和6年度 水沢地区連合自治会役員・自治会長 紹介

令和6年度の連合自治会の役員および自治会長が決まりました。

水沢地区発展のために、いろいろお世話になります。よろしくお願いいたします。

連合自治会 役職名	自治会名	自治会長名	連合自治会 役職名	自治会名	自治会長名
	水沢地区連合自治会長	森 哲也		水沢中谷町	森田久治
	宮 妻 町	清水文弘		水 沢 東 町	中川雅博
書記・会計	水沢谷町	中西一巳		水沢茶屋町	田中 泰
	北 谷 町	堤 政弘	副会長	四 ツ 谷 町	根本幹雄
	三本松町	清水 誠		横 堀 町	清水紀行
	西 條 町	森 秀紀		水沢野田町	加藤俊二
会 長	水沢本町	森 哲也			

水沢地区 令和6年度 がん検診日程

■水沢地区市民センターで行う集団がん検診■

日 程	検 診 内 容	時 間	申し込み 締め切り日
11月20日(水)	胃がん	午 前	10月18日(金)
	大腸がん		
	子宮頸がん		
11月26日(火)	乳がん(マンモグラフィ)	午 前	10月25日(金)
	肺がん		

※各日・各種類の検診について、定員に達した時点で申込みを締め切ります。

■個別がん検診■(医療機関) 申込み締め切り日・・・令和7年2月12日(水)

※集団検診を受診するためには申込みが必要です。詳しい内容は、広報よっかいち
4月下旬号別冊「令和6年度 がん検診のお知らせ(保存版)」をご覧ください。

自動通話録音警告機の購入費補助金制度を開始しました。

四日市市では、特殊詐欺や悪質な電話勧誘などからの被害を未然に防止するため、満65歳以上の方を対象として、固定電話機に外付けする「自動通話録音警告機」の購入費の一部を補助する制度の募集しています。

自動通話録音警告機は、電話機の呼び出し音が鳴る前に、相手に対して、通話内容を録音することを伝える警告音声を流した後に通話内容を録音する機器です。

なお、自動通話録音警告機能付きの固定電話機については、補助対象外です。

また、補助金を受けるためには、事前申請が必要ですので、ご注意ください。

■補助金の額：購入金額の2分の1（上限7千円、千円未満の端数切り捨て）

■申請期間：令和7年1月31日（金）まで

■補助金の申請先：市民・消費生活相談室（四日市市役所1階）※郵送可

※お近くの地区市民センターでもご提出いただけます。

※詳しい制度についてはこちら ▶

【問合せ】市民・消費生活相談室 ☎354-8147



四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！



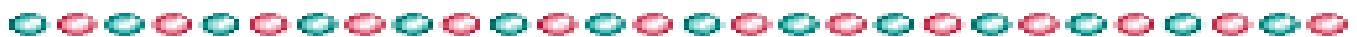
【主なイベント日時・内容】

*いずれも参加費無料

5月12日（日） 10:00~11:15	よかパパひろば	今回は、外あそびをします。おしゃべりタイムでは、パパ同士交流しましょう。（雨天時は、室内でビニールあそびをします）	対象/どなたでも 定員/当日先着おおむね15組
5月13日（月） 10:30~11:00	お散歩わんこをつくろう	飲料パックで犬をつくります。	対象/未就学児 定員/おおむね当日先着20組
5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/当日先着10組
5月25日（土） 14:30~15:00	モックルをやってみよう	投げて教えてあそぼう。	対象/小学生 定員/当日先着12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



ポカポカと暖かな陽気に心ウキウキし、外へ飛び出して遊びたい気分になりますね。

保育園のお友だちは、園庭でダンゴムシやアリなどを見つけたりして、季節を感じながら楽しんで遊んでいます。

ぜひ、ご近所の方、お友だちを誘って遊びに来てください。お待ちしております。

■5月開催日■ 8日・22日 第2・4水曜日 10:00~11:30

水沢こども園 ☎329-2166



毎年5月12日は 「民生委員・児童委員の日」です。

水沢地区民生委員児童委員
マスコットキャラクター
ちゃたろう



本市では、613人（定数）の民生委員・児童委員と主任児童委員が活動しています。

民生委員・児童委員は、見守りや相談支援、関係機関への橋渡しなど、地域福祉の推進のために様々な活動を行っています。

福祉に関する悩みがある人は気軽にご相談ください。

水沢地区の民生委員児童委員

〈敬称略〉

役職	氏名	担当地区
会長	岡部長一郎	水沢谷町・北谷町
副会長	小林 節子	水沢茶屋町・四ツ谷町・横堀町
	鎌田 順子	宮妻町
	森 豊	三本松町・西條町
	清水 隆司	水沢本町・水沢中谷町
	中川ちひろ	水沢東町
	森澤 秀雄	水沢野田町
	鈴木 久代	主任児童委員

活動パネル展

〈日 時〉5月12日（日）

10:00～17:00

〈場 所〉イオンタウン四日市泊

〈参加費〉無料

当日は「缶バッチづくり」
「クイズコーナー」など子ども向けのイベントも開催します。

こにゅうどうくんもやってくるよ！



【問合せ】福祉総務課
☎ 354-8109
FAX 359-0288



すいざわマルシェ 春 in 茶業振興センター 出店者募集

5月26日（日）
開催

今年も新茶の時期がやってきました。新茶の時期に合わせてマルシェを開催します。水沢の野菜や果物、加工品などを出店、販売して楽しい一日を過ごしてみませんか？初出店も大歓迎！！お気軽にお問い合わせください。

♪時 間：10:00～15:00 雨天決行

♪場 所：茶業振興センター（屋内）

♪出店料：無料

出店の申込は開催当日
でもOKです！

【問合せ・申込み】茶業振興センター 水沢町252-63
☎・FAX 329-3367
(E-mail) info@y-ocha.com
(開館時間) 火～日曜日 9:00～16:00
(休 館 日) 月曜日・年末年始



—地域デビューの入口は、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、地区市民センターなど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♪

養成講座を受ける前に、実際の活動を知りたい！見に行きたい！という方は、下記までご連絡ください。



- 日 時：5月31日、6月7日、14日、21日、28日
全5回シリーズ（いずれも金曜日 14：00～16：15）
- 会 場：四日市市勤労者・市民交流センター 本館1階 多目的ホール
（四日市市日永東1丁目2-25）
- 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
※有資格者（看護師、理学療法士、作業療法士など）で、現在職務に従事している人は除く
- 内 容：介護予防に関する講義や運動の実習など
- 講 師：日本福祉大学 社会福祉総合研修センター コーディネーター 荒深裕規 さん
- その他：申し込み方法など詳しい内容は下記までお問い合わせください。
高齢福祉課 ☎354-8170 FAX354-8280



【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

【QRコードからの申し込み】

こちらを読み取り



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の申請の仕方がわからない方や更新時期を迎える方などに、市内商業施設などで、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



曜 日	場 所	受付時間
5月11日（土） 12日（日）	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
18日（土） 19日（日）	イオンタウン四日市泊店 【1階中央イベント広場】	
25日（土） 26日（日）	イオンモール四日市北 【1階専門店通路】	

【問合せ】マイナンバーカードサービスセンター ☎340-8371

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：5月1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～



四日市市リハビリ体操

- ◇日 時：5月3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

四日市猟友会が有害駆除を行います

四日市猟友会が、農作物などの被害防止のため、下記の日程で水沢地区内にて有害駆除を行います。安全面には十分配慮しますが、ご理解、ご協力をお願いします。

5月5日(日)・19日(日)	6月2日(日)・23日(日)	7月6日(土)・14日(日)
8月4日(日)・18日(日)	9月7日(土)・14日(土)	10月5日(土)・19日(土)

いずれも9:00~11:00ごろまで ※天候により日が替わる場合があります。

【問合せ】四日市猟友会 ☎090-2342-9041

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：5月7日(火) 10:00~11:30
- ♪場 所：横堀町集会所
- ♪内 容：「フレイル予防と介護保険」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



消費生活出前講座をご利用ください！

悪質商法の被害を未然に防止するため、10人以上のグループ（自治会・婦人会・老人会・学校など各種団体）に対して、悪質商法の手口や対処方法を紹介する講座を開催しています。

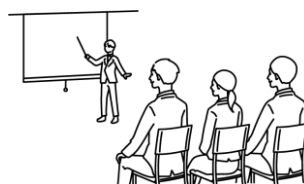
なお、会場及び会場設備は申込者でご準備ください。

（1）出前講座

- 講 師：消費生活専門相談員
- 開催日時：1 時間から 2 時間程度で、原則、平日の昼間

（2）ワンポイント講座

- 講 師：市職員（消費生活担当）
 - 開催日時：15分程度で、平日、土日祝日の昼間、夜間
- 【問合せ】市民・消費生活相談室 ☎354-8147



申込方法など詳細はこちら
(費用は無料)



自動車文庫巡回日

5月8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

「よっかいちニコニコ子育て応援券」のご案内

～保育無料券がリニューアル！令和6年4月から対象サービスを追加します♪～

2人目以降の子どもを出産した後の、保護者の心身の負担を軽減するため、上の子が市内の一時保育や病児保育に預けたときの保育料が2回まで無料になる「保育無料券」がリニューアルしました！令和6年度から、対象サービスに家事支援を追加し、名前を「よっかいちニコニコ子育て応援券」（通称 ニコニコ券）に変更しました。

ぜひ、ご利用ください。

※ニコニコ券を受け取るには、交付申請をしていただく必要があります。



【申請方法】

- ①または②のいずれかの方法により申請
- ①市ホームページ上の「保育無料券 申請フォーム」から申請
- ②所定の申請書を郵送または直接、こども未来課（総合会館3階）へ提出
申請書は、こども未来課、各地区市民センターおよび市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）にあります。
また、市ホームページからダウンロードもできます。



申請はこちらから

【対象者】

市内在住の産婦で、2人目以降の子を出産し、生まれた子の兄・姉（小学生までの子）を養育している人

★利用期間や方法など、詳細は市ホームページをご確認ください★



市ホームページは
こちらから

【問合せ】こども未来課 ☎354-8069