



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

「コーヒーの淹れ方講座」

美味しいコーヒーの淹れ方を学んでみませんか？皆さまお誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

- 日 時：3月15日（土）10:00～（2時間程度）
- 場 所：水沢地区市民センター 2階調理室
- 講 師：森大和さん（Gate Coffee）
- 定 員：10名（先着順・3月7日（金）締め切り）
- 材料費：500円（当日集金します）
- 持ち物：筆記用具、ハンカチ



<申込み>
水沢地区市民センター
☎329-2001

こちらのQRコードからも申し込みできます。

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：2月19日（水）13:30～15:00
- ◇場 所：水沢地区市民センター 2階大会議室 ◇対 象：おおむね65歳以上の市民の方
- ◇内 容：介護予防の運動、レクリエーション
～ストレッチ・筋トレ・脳トレなど・ラダー（はしご）など～

出張イキイキ教室



- ◇日 時：2月27日（木）9:00～10:00 ◇場 所：宮妻町公民館
- ◇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～

《イキイキ教室・出張イキイキ教室とも》

- ◇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

水沢在宅介護支援センター すいざわ学校

- 日 時：2月25日（火）10:00～11:30
- 場 所：水沢在宅介護支援センター
- 内 容：「冬によくみられる感染症」について
- 【問合せ】水沢在宅介護支援センター ☎329-3553



「よっかいちニコニコ子育て応援券」のご案内

「よっかいちニコニコ子育て応援券」とは、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、生まれた子の兄・姉を産後12か月までの間に、市内の一時保育や病児保育に預けたときの保育料や家事支援サービスの利用料が2回まで無料になる券です。

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。



申請はこちらから

【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「ニコニコ券 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または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。



市ホームページはこちらから

【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★

【問合せ】こども未来課 ☎354-8069



第6回婚活イベント ～Match event 1on1トークオンリー～

結婚を希望する独身の人を対象とした婚活イベントを行います。出会い・結婚応援！「婚活イベント」に参加してみませんか。

■日 時：3月16日（日）10：00～17：30

| | 時間 | 対象年齢 |
|-----|-------------|--------|
| 第1部 | 10：00～12：00 | 20～29歳 |
| 第2部 | 13：00～15：00 | 25～34歳 |
| 第3部 | 15：30～17：30 | 30～39歳 |

■場 所：ラ セーヌ マリアージュ四日市（四日市市伊倉一丁目）

■対 象：市内に在住、または通勤するイベント当日に20～39歳の独身男女

■参加費：1,000円（フリードリンク付き）

■定 員：男女各10名（応募多数の場合は抽選）

■内 容：1対1トークを中心とした出会いイベント

■その他：参加者を対象にした事前ガイダンスあり

■申込期間：3月6日（木）17：00まで

■申し込み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページから 四日市マリッジサポート事務局（四日市安島一丁目 トナリエ四日市4階（株）デルタスタジオ内）

☎355-1320 FAX355-1321

専用ホームページ <https://yokkaichi-marriagesupport.jp>

【問合せ】こども未来課 ☎354-8038



固定資産税・都市計画税
（第4期）

納期限は
2月28日（金）で

