



すいざわ

水沢地区市民センター ☎329-2001
水沢地区団体事務局 ☎329-2323



水沢地区キャラクター
電話 ☎329-2323



公式LINE

公式インスタ

表彰おめでとうございます

6月1日(月)、四日市市総合会館で「都市緑化関係功労者表彰式典」が開催されました。すいざわ市民緑地へ土地を5年以上無償提供された功績が認められ、次の方々が表彰されました。

鎌田 貞明さん 服部 今日子さん

敬老行事の実施にあたって ~水沢地区社会福祉協議会からのお願い~

水沢地区社会福祉協議会では、高齢者の皆さんを敬愛し、長寿をお祝いするため、本年も、9月頃に敬老行事を行います。それに伴い、市に依頼して70歳以上の方の名簿(住所、氏名、生年月日、性別が記載されたもの)を閲覧させていただきたいと考えています。

名簿の閲覧により取得した個人情報については、この敬老行事にのみ使用し、秘密保持の厳守を徹底しますので、私どもが開催します敬老行事が円滑に実施できますよう、皆さまのご理解、ご協力をお願いします。

なお、名簿にお名前などを載せたくない方は、誠にお手数ですが、**6月30日(火)までに、ご本人様から**高齢福祉課(☎354-8455)へご連絡をいただきますようお願いいたします。その場合、敬老行事のご案内や敬老記念品をお届けできなくなりますのでご了承ください。

昨年までにご連絡をいただいた方は、改めてご連絡いただく必要はありません。

【問合せ】高齢福祉課 ☎354-8455



市が養成した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



対象：おおむね65歳以上の市民の方
会場：水沢地区市民センター 2階 大会議室
日時：6月17日(水) 10:00~11:30
持ち物：タオル、飲み物、必要に応じマスク
内容：ストレッチ体操、筋トレ、脳トレ、歌など
その他：申込み不要・参加費無料
お願い：参加される方は感染症予防にご協力ください
【問合せ】高齢福祉課 ☎354-8170

認知症予防のための“コグニサイズ”も実施しています♪

コグニサイズとは、コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を合わせた言葉で、国立長寿医療研究センターで考案された、**認知症予防**の運動方法です。

健康な毎日を目指して、みんなで楽しく、一緒に介護予防に取り組みましょう♪

地域行事等における事故にご注意ください

毎年、夏から秋にかけて、清掃活動などの地域行事が盛んに行われる中、以下のような事故が発生していますので、ご注意ください。

- 自治会の除草作業で毛虫に刺された、熱中症になった。
- 草刈り機で除草作業中、石が跳ねて車両を破損させた。
- 町内夏祭りの準備中、片付け中にケガをした。



なお、本市では、このような地域活動中に万が一事故などが発生した場合に備えて、**市民活動総合保険**に加入しています。事故によっては、保険が適用される場合がありますので、ホームページをご確認いただくか、下記までご相談ください。



<市ホームページ>

【問合せ】市民協働安全課 ☎354-8179 FAX354-8316

地域づくりマイスター養成講座 受講生募集 7月10日(金) 申込締め切り

市民協働安全課では、今年度も「地域づくりマイスター養成講座」を開催します。地域のまちづくりに興味をお持ちの方、ご応募をお待ちしています。

◆開催日時	7月25日、8月8日・29日、9月12日・19日、 10月3日・17日、11月7日 の全8回(すべて土曜日) 9:30~12:00(10月17日は9:30~16:30)
◆場 所	四日市市総合会館
◆内 容	「地域で市民活動・市民協働を進めるために」「効果的な広報・取材について」 「地域資源のマッピング演習」など
◆その他	定員40名(応募者多数の場合抽選)
◆申込方法	①団体名・役職など ②氏名 ③住所 ④電話番号 ⑤メールアドレス ⑥性別 ⑦年代 をご記入の上、 受講申込書を市民協働安全課または地区市民センターへ ご提出ください。 はがき、ファクス、Eメールまたは右の申込フォームから申し込みできます。
◆問合せ	市民協働安全課 〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号 ☎354-8179 FAX354-8316 メール: shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp



(申込フォーム)

水沢在宅介護支援センター すいざわ学校



日 時：6月22日(月) 10:00~11:30

場 所：水沢在宅介護支援センター

内 容：「口腔機能の低下を防ごう」

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

人権標語

☆見てないで 助けて失くそう いじめ差別
☆イジメはね 見て見ぬふりも ダメだよ

市民税・県民税・森林環境税(第1期)



納期限は**6月30日(火)**です