



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
電話しずくきりり



公式LINE

公式インスタ

センターだよりが令和9年1月から組回覧に変わります

センターだより「すいざわ」は、現在各戸配布していますが、令和9年1月から組回覧に変更させていただきます。ご理解・ご協力をお願いします。

右上の「水沢地区公式LINE」にご登録いただくと、スマートフォンでいつでも見ることができますので、ぜひご登録ください。

こども教室「ドローン体験」

ドローンが空を飛ぶ仕組みを学んで、自分で飛ばしてみよう！
初心者でも大丈夫です。ぜひご参加ください！

日 時：9月26日（土）9：30～11：30

場 所：水沢小学校 体育館（現地集合、現地解散）

※お車でお越しの方は、体育館前駐車場またはセンター駐車場をご利用ください。

対 象：小学3年生～中学3年生程度（親子でも参加できます）

講 師：齋田 洋司さん

定 員：10名（先着順）

申込み：申込フォーム、URL、電話のいずれかでお申込みください。

<https://logoform.jp/form/7p72/1072420>

問合せ：水沢地区市民センター ☎329-2001

参加費
無 料



申込フォーム

「アロマ講座」

精油と自然の材料だけで、身体に優しいリップクリームとハンドクリームを作ります。
秋冬の乾燥の季節に役立つアロマの活用法もお話しさせていただきます。

オリジナルハーブティーの振る舞いもありますので、ぜひご参加ください♪

日 時：10月10日（土）10：00～12：00

場 所：水沢地区市民センター2階 大会議室

講 師：上之郷 円さん（まるふたつ主宰）

定 員：10名程度（先着順）

材料費：リップクリーム800円、ハンドクリーム1,200円（当日集金）

※申し込みの際に、どちらを作るかお申し出ください。両方も可です。

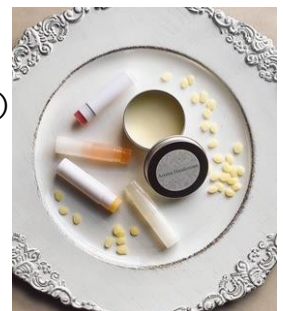
申込み：申込フォーム、URL、電話のいずれかでお申し込みください。

<https://logoform.jp/form/7p72/1193329> <10月5日（月）締切>

問合せ：水沢地区市民センター ☎329-2001



申込フォーム





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：9月16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♪

第1回マリッジサポートセミナー

恋愛・婚活に役立つ！パーソナルカラー診断&印象アップセミナー

パーソナルカラー診断で、似合う色を知り、出会いに関するセミナーを通して、自分に
 自信を持ちましょう。自分を磨き、恋愛・婚活に一步踏み出してみませんか。

日 時：11月1日（日） 【午前の部】 10：15～12：00
 【午後の部】 13：45～15：30

場 所：四日市市文化会館 第2会議室

対 象：市内に在住、または通勤する、セミナー当日に20～39歳の独身女性

定 員：各部10人（応募多数の場合は抽選）

講 師：Personal color salon Pono ^{ひろ ちか} 廣 知香さん

申込締切：10月26日（月） 9：00まで

申込み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページから

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

問合せ：四日市マリッジサポート事務局

四日市市安島一丁目 トナリエ四日市4階 （株）デルタスタジオ内

☎355-1320 FAX355-1321

担当課：こども未来課 ☎354-8038



専用ホームページ

すいざわ映画の会

どなたでもご参加いただけます。
 お誘い合わせてお越しください。

申込み:不要
 参加費:無料



●日時：9月19日（土） 9：30～11：30

●場所：水沢在宅介護支援センター

●内容：「長いお別れ」 蒼井優・竹内結子・松原智恵子・山崎努

※お飲み物は各自ご持参ください。

【問合せ】水沢在宅介護支援センター ☎329-3553

「よっかいち農業マルシェ」を開催します

○日 時：9月26日（土）9：30～12：30（雨天実施・荒天中止）

○場 所：四日市市農業センター 駐車場 ほか（四日市市赤水町971-1）

※臨時駐車場有り（台数に限りがあります）

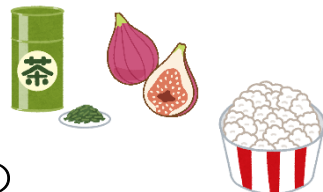
☆先着300名の方に花苗をプレゼント（1人1ポット限り、9：30～引換券を配布します）



市内の農家が栽培した新鮮な野菜や果物、地域の農産物を使った加工品の販売

（内容が変更になる場合があります）

かぶせ茶、お茶味のお菓子、お米、いちじく、生姜 ほか野菜各種
花苗、多肉植物、観葉植物、豆腐、芋けんぴ、鶏卵、牛乳、乳製品、
味ご飯、切り餅、椎茸など



地元食材を使ったフードコーナー（内容が変更になる場合があります）

ポップコーン、焼餃子、ケーキ、焼菓子、パークジャッキー、ポテト、かき氷、クレープ ほか

当日のイベント

①親子野菜収穫体験（10:00～、11:30～ 事前申込 各回15組、500円/組）

農業センターで育てた野菜の収穫体験ができます（野菜の種類は当日のお楽しみ）

申込方法：9月17日（木）までに申込フォームから

応募者多数の場合は抽選、当選者のみ9月18日までにメールにて連絡



収穫体験申込フォーム

②移動児童館（ぶにぶにキーホルダーの工作 当日受付 無料 材料がなくなり次第終了）

場所：ふれあい館体験ルーム

③四日市酪農のヨーグルトをプレゼント（先着200名 10:30～引換券を配布します）

④親子で観葉植物をおしゃれに植えてみよう

（10:00～、11:30～ 事前申込 各回15組、1,000円/組）

観葉植物をカラフルな砂でガラス容器に植えます。親子で1つずつ体験

申込方法：9月17日（木）までに申込フォームから

応募者多数の場合は抽選、当選者のみ9月18日までにメールにて連絡



観葉植物申込フォーム

【問合せ】四日市市農業センター ☎326-0132



ホームページ



Instagram



X



Facebook



人権標語

☆見た目だけで判断しないように内面も見ていく

☆人間は 皆平等で 上下はない

☆いじめをなくそう みんなでなかよく 助けあう

☆友達を 大切にする



納税は、便利で安心な

口座振替で!!

【問合せ】収納推進課 ☎ 354-8141

Fax 354-8309

令和9年度一般財団法人自治総合センターによるコミュニティ助成事業の募集

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじ収入を財源に、コミュニティ活動に対し助成を行っています。

令和9年度の助成を希望するコミュニティ組織は、地区市民センターまでご連絡ください。

- 助成対象団体 コミュニティ組織（自治会、町内会など地域に密着して活動する団体）・自主防災組織
- 募集する事業 ①一般コミュニティ助成事業
②コミュニティセンター助成事業
③地域防災組織育成助成事業
- 書類提出期限 ①②については、9月30日（水）までに市民生活課へ
③については、10月2日（金）までに危機管理課へ

※制度の詳細は、一般財団法人自治総合センターのホームページをご覧ください。

<https://www.jichi-sogo.jp/>



ホームページ

インターネットアンケートのモニターになりませんか

インターネットを活用した市民アンケート「市政ごいけんばん」のモニターを随時募集しています。

モニターの皆さんには、インターネットを通じてアンケートに回答していただきます（年3、4回程度）。1年間で実施した全アンケートに回答していただいた方には謝礼を贈呈します。

対象：市内在住の16歳以上の人

申込み：市政ごいけんばんホームページのモニター登録フォームから

その他：次のアンケートは、9月末ごろに実施します



モニター登録
フォーム

こども向けアンケートも始めました

こどもたちの考えを市の取り組みに生かすため、市内在住の小学生～高校生を対象としたアンケートも実施しています。

詳しくは、市政ごいけんばんホームページをご参照ください。



市政ごいけんばん
ホームページ

問合せ：広報マーケティング課 ☎354-8244 FAX 354-3974

新しい本が入りました

【一般図書】

- | | | | |
|----------------------|---------|--------|--------|
| ・ゾンビ回収婦 | 【小砂川チト】 | ・多類婚姻譚 | 【凧良ゆう】 |
| ・けんぐわい | 【朝倉かすみ】 | ・青天 | 【若林正恭】 |
| ・同じ星の下に | 【八重野統摩】 | ・永遠の記憶 | 【東野圭吾】 |
| ・夏帆 The Tale of KAHO | 【村上春樹】 | | |