



5/23・30  
(金)

## 男の料理教室



23日(金)



デコレーションずし・すまし汁など

30日(金)



オムライス・ツナサラダなど

5月23・30日の2回にわたり、富洲原食生活改善委員の皆さんを講師に「男の料理教室」を開催しました。お料理をしたことがない方など、皆さんの表情や手つきは真剣でした。普段はあまり包丁を握らない方は真剣に、経験者の方は慣れた手つきで、見事な包丁さばきでした。料理を楽しく調理でき、見栄えもステキで、美味しい料理でした。

5/27  
(土)

## みどりのカーテン講座



5月27日、三重県地球温暖化防止推進員を講師に招いて「みどりのカーテン講座」を開催しました。地球温暖化による災害の話やゴーヤの育て方と苗の配布を行いました。みどりのカーテンで太陽を遮ると、室温が2℃下がるということをお話いただきました。参加者のみなさんは熱心に耳を傾けて、メモを取っていました。夏には、節電とゴーヤの料理が楽しみですね。

6/27・28  
(金・土)

## 「ファザーリング全国フォーラムinみえ」

日時：6月27日(金)  
13:00~19:30  
6月28日(土)  
10:00~17:45



場所：四日市市文化会館  
テーマ：「育児参画で男を磨こう！」

～三重から発信！父親の笑顔、母親の笑顔、  
子どもの笑顔が社会を変える！～

※パパサークル「パパスマイル四日市」と四日市市の  
協働による分科会もあります。

内容：①「四日市発！パパのスマイル発信会議！」  
～パパが描く 家族・まち・未来～  
②メインシンポジウム  
・パネルディスカッション  
・「みえの育児男子」推進三重県共同宣言  
③「パパとママの教室」(四日市市)

参加対象：育児参加に関心のある方、企業関係者、自治体の  
関係職員等すべての方

※申込等・詳細は「ファザーリング全国 みえ」で検索してい  
ただくか、もしくは、下記お問合せ先まで、  
お電話ください。

参加料：無料  
(ただし、各会場内の飲食物の販売などは有料)

問合せ：こども未来部こども未来課  
☎354-8069

## 「子ども人権110番」強化週間のお知らせ

～子どもの人権を守りましょう～  
近年では、「いじめ」「体罰」「暴行虐待」などによる子ども  
の人権侵犯事件数が増えています。そこで、このような子  
どもをめぐる人権問題の解決にむけて今年度も全国一斉  
「子ども人権110番」の強化週間を実施します。

～実施期間や相談番号のお知らせ～

期間：6月23日(月)～6月29日(日)  
時間：8:30～19:00  
(土日は10:00～17:00)  
番号：「子ども人権110番」  
0120-007-110  
(全国共通フリーダイヤル・無料)

問合せ：津地方法務局人権擁護課  
☎059-228-4193



7/8・9  
(火・水)

## 四日市市議会 議会報告会のお知らせ

6月定例会議会の議会報告会を、7月8日、9日に開催します。常任委員会ごとに2日に分けて18時30分から1日2常任委員会ずつ、4会場で開催します(詳細は下記参照)。定例会議会でどのような議論がされたのかを、議員が直接、市民の皆さんにお伝えします。報告会の後にシティ・ミーティング(意見交換会)を開催します。市内に在住または通勤・通学する人を対象とし、事前のお申し込みは不要ですので、参加を希望する会場にどうぞお気軽にお越しください。※シティ・ミーティングのテーマが決定しましたら、市議会ホームページやチラシ等でお知らせいたします。

日時	平成26年7月8日(火)		平成26年7月9日(水)	
	18:30～20:45		18:30～20:45	
常任委員会	総務	都市・環境	教育民生	産業生活
所管事項	市政の企画、財務、危機管理、消防など	道路、住宅、上下水道、区画整理、環境衛生など	教育、こども、健康福祉など	商工業、農林水産業、市民文化、市立病院など
会場	南中学校 1階多目的会議室	県地区市民センター 2階大会議室	総合会館 7階第1研修室	下野地区市民センター 2階大会議室
	前田町18-17	赤水町957	諏訪町2-2	朝明町914-3

問合せ：議会事務局議事課 広報広聴係 ☎354-8340 Fax354-8304  
※全会場、手話通訳いたします  
※天候等により中止となる場合がありますので、あらかじめご了承願います

## 農業委員会委員の統一選挙が行われます

○農業委員会委員選挙立候補予定者説明会

日時：6月12日(木)13:30～  
場所：四日市市総合会館7階第1研修室

※立候補の届出の手続きなど詳しいことは、選挙管理事務局(☎354-8269)までお問合せください。

## 熱中症に注意をしましょう！！

熱中症とは・・・熱中症は、暑い場所で過ごした時などに、体の中の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節がうまくいかないことで起こります。熱中症を予防して、暑い夏を元気に過ごしましょう。

### 予防のポイント

- ・水分補給と暑さを避けましょう。喉が渇かなくても、水分補給をこまめにしましょう。たくさん汗をかいた時は、塩分の補給も忘れずにしましょう。
- ・部屋の中はエアコン、扇風機、カーテン、すだれなどを上手に利用し、頻りに換気するなど室温が上がりにくい工夫をしましょう。
- ・外では帽子をかぶったり、日傘を利用しましょう。また、日陰の利用や、こまめに休憩をとりましょう。