



とみすはら

皆様のご参加をおまちしております

はっらっ健康塾

お口を元気にする講座とヘルスリーダーさんの体操

【日時】 5月18日（水） 14:00~15:00

【場所】 富洲原地区市民センター 2階 大会議室

【対象】 65歳以上の方

【講師】 天力須賀在宅介護支援センター看護師 ながた よしえ 長田 好恵さん・ヘルスリーダーさん

【持ち物】 マスク・動きやすい服装・タオル・飲み物

【定員】 20名（予約制とさせていただきます）

前日までに下記の連絡先までご予約ください。受付時、住所などのご連絡先をお伺いします。当日、検温・手指消毒のご協力をお願いします。

また体調の優れない方はご参加をお控えください。

【予約・問合せ】 富洲原在宅介護支援センター（澤山・石田） ☎ 366-2600

※ 感染症拡大の状況などにより、中止になる場合がありますのでご了承ください。

無料!



「まっちゃんの子育て無料相談」を開催します!

乳幼児期から高校、大学までの子育てに関する疑問や悩みごとをはじめ、発達障害や不登校、引きこもりなどの相談を**事前予約制(5月23日(月)締め切り)**で受け付けます。

詳しくは、直接、下記連絡先へお問い合わせください。

【日時】 5月28日（土） 13:00~17:00

【場所】 富洲原地区市民センター1階 和室

まっなが たかひろ

【相談員】 松永 高弘さん（クペリ代表理事・所長、あおい幼稚園園長）

【主催】 一般社団法人子ども子育て・教育研究所（クペリ）

【後援】 公益財団法人ささえあいのまち創造基金くささえあい基金で運用しています

【連絡先】 ☎ 090-9184-7088 Eメール: info@cperi.net

※ 感染症拡大の状況により中止することもありますのでご了承ください。

一人で抱えずに不安を話してください!

クペリHP QRコード



下水道・浄化槽に関する訪問実施のお知らせ

地域の環境改善のため、公共下水道への接続と合併処理浄化槽への転換及び適正な維持管理を実施していただくよう、職員が対象となる皆様のご家庭等を訪問させていただいておりますので、ご協力よろしく申し上げます。

なお、訪問職員は写真付きの身分証を携帯しております。

【訪問時間帯】 月曜日~金曜日 8:30~19:45

土曜日、日曜日 8:30~17:15

【問合せ】 上下水道局生活排水課 ☎ 354-8221・354-8402

お問い合わせは下記まで。



軽自動車税（種別割）
（全期）



納期限は **5月31日(火)** です。

回覧

子育てを地域で支えあう

ファミリー・サポート・センターから 新規援助会員講習会のお知らせ

【場所】 三浜文化会館（海山道一丁目1532番地1）

【申込方法】 電話で5月28日（土）までにお申し込みください。

【テキスト代】 2,053円

【その他】 託児あり（無料）※事前にお申し込みください。

【申込み・問合せ】 ファミリー・サポート・センター ☎ 323-0023
（NPO法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内）

※ 6月の予定内容・日時等詳しくは上記へお問合せ下さい。



求む! 地域の子育て応援団

あなたの力を子育て支援に活かしてみませんか?
受講開始から1年以内に受講を完了すれば、援助会員として登録できます。
1講座からでも受講できます。

◆ 在宅医療市民啓発活動事業を補助します ◆

「在宅医療」を広く知っていただくために、市民企画による啓発活動（講演会・勉強会など）にかかる経費の一部を補助します。

【対象事業】 7月1日（金）～令和5年3月31日（金）に実施される事業（※同一申請者(団体)による申請は、一年度2回までとします）

【応募資格】 市民または、四日市市を活動拠点とする市民活動団体など。

【補助限度額】 活動に直接必要な経費の2分の1（講師料については全額補助）ただし、補助金額には上限があります。

【募集期間】 4月8日（金）～6月17日（金） ★注：健康福祉課 必着
必要書類を、健康福祉課（市役所3階）へ郵送又は直接ご提出ください。
申請の内容を審査し、補助金交付が決定した場合は、決定通知をお送りします。

【応募書類】 募集要項等の応募に必要な書類は、健康福祉課、各地区市民センターにあります。
また、市のホームページからもダウンロードできます。

【問合せ】 健康福祉課 ☎ 354-8281



市内に設置されている防災行政無線(固定系)の試験放送を実施します

市内121箇所全ての防災行政無線（固定系）屋外拡声子局の試験放送を実施します。
それに併せて、CTY-FMラジオ放送、四日市市Sアラート等からも一斉に放送いたしますので、ご承知おきください。

※ 地域住民の皆さんに参加していただく試験放送ではありません。

◆実施日時 5月18日（水） 11:00頃から数分程度

◆059-351-4004(自動電話応答機能)に電話していただくと放送内容が確認できます。

◆気象状況その他の理由により中止する場合があります。

◆以降の試験は、以下のとおり予定しています。

- 8月10日（水）
- 11月16日（水）
- 令和5年2月15日（水） ※いずれも11:00

【問合せ】 危機管理課 ☎ 354-8119 Eメール: kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp

放送・吹鳴内容

上りチャイム音(♪ピンポンパンポン♪)
「これは、Jアラートのテストです。」×3
「こちらは、こうほうよっかいちです。」
下りチャイム音(♪ピンポンパンポン♪)



富洲原地区市民センター

サークル・グループ活動

凡 例

| |
|-------|
| サークル名 |
| 活動内容 |
| 活動日 |
| 活動時間 |
| 代表者 |
| 連絡先 |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| 月曜日 | パソコンルーム パソコンの研修 毎週月曜日 9:00~12:00 黒田 公雄 365-6478 | 囲碁クラブ 囲碁 毎週月・水曜日 13:00~17:00 出口 達也 090-3833-3845 | 松風吟詩会 詩吟の修得 毎週月曜日 13:00~16:00 尾子 正昭 364-5758 |
|-----|---|--|--|



| | |
|-----|---|
| 火曜日 | スマイル フォークダンス 毎週火・木曜日 10:00~12:00 中間 景長 364-6143 |
|-----|---|



| | | | | | |
|-----|---|--|---|---|--|
| 水曜日 | 木彫りサークル積木の会 木彫り製作 毎月第1・3水曜日 9:00~12:00 加藤 静江 364-0377 | 富洲原リズム体操 体操で健康維持 毎週水曜日 10:00~11:30 小川 八重子 364-5892 | もみじ倶楽部 ヨガで健康維持 毎週水曜日 10:00~11:30 橋本 鞍子 365-7296 | 囲碁クラブ(※再掲) 囲碁 毎週月・水曜日 13:00~17:00 出口 達也 090-3833-3845 | 富洲原ヨガ教室 ヨガで健康増進 毎週水曜日 18:00~20:30 生川 幸代 365-1924 |
|-----|---|--|---|---|--|

| | |
|-----|---|
| 木曜日 | 手芸クラブ 編物・木目込み人形等 毎月第1・3木曜日 9:30~11:30 渡辺 由美子 365-4538 |
|-----|---|

| |
|--|
| パソコンを触ってみたいなの会 パソコンの学習 毎月第1・3・4木曜日 9:30~12:00 藤井 陽子 364-4500 |
|--|

| |
|---|
| ひまわり料理教室 料理実習 毎月第4木曜日 9:00~12:00 佐藤 久子 365-5973 |
|---|

| |
|--|
| スマイル(※再掲) フォークダンス 毎週火・木曜日 10:00~12:00 中間 景長 364-6143 |
|--|

| |
|--|
| レザークラブ 革工芸品製作 毎週木曜日 13:00~16:00 加藤 和代 365-6807 |
|--|



| | |
|-----|---|
| 金曜日 | 富洲原書道部 毛筆・硬筆の学習 月3回金曜日 9:00~12:00 水谷 真知子 363-0718 |
|-----|---|

| |
|---|
| 自彊術普及会 自彊術体操 毎週金曜日 14:30~16:00 種橋 実和 364-9927 |
|---|



| | |
|-----|--|
| 土曜日 | ふれあい料理教室 地域の方の生活習慣病予防 毎月第3土曜日 10:00~12:00 伊藤 照代 365-9592 |
|-----|--|

| |
|--|
| リラックスヨガクラス ヨガで健康維持 毎週土曜日 9:30~ / 10:40~ (2部制) 鈴木 洋子 365-8412 |
|--|



| | |
|-----|---|
| 日曜日 | つどいサクラ会 障害者の貼り絵とハンドベル 毎月第2日曜日 9:00~15:00 鳶貫 淑子 365-2316 |
|-----|---|

- ・ご入会を希望の方は、サークルの代表者にお問い合わせください。
- ・活動日は、会員数や講師の都合で変更することがあります。
- ・会費などは、サークル代表者に問い合わせください。
- ・ご入会は随時申し込みできますが、満員になることがあります。
- ・サークルの都合により活動を休止されることがあります。

