



「がん検診」を受けましょう！

検診日・会場により、受けられる検診種類や実施時間が異なりますのでご注意ください。
下表以外の会場でも検診を受けることができます。

集団検診を受診するためには 申し込みが必要です！！

各日・各種類の検診について、定員に達した時点で申し込みを締め切りとさせていただきます。
(下表に記載の申し込み締め切り日は、定員に達しなかった場合の締め切り日です。
また、申し込み受付後も、申し込み状況によっては検診日・会場の変更をお願いすることがあります。その場合は、健康づくり課よりご連絡させていただきます。)

【問合せ】 健康づくり課 成人健診係 ☎ 354-8282 FAX 353-6385

《 集団検診日程 》

日程			会場名	検診種類						申し込み 締め切り日
月	日	曜日		胃 がん	大腸 がん	子宮頸 がん	乳がん マンモ	乳がん エコー	肺 がん	
9	12	火	富洲原地区市民センター	AM	AM	AM				8月10日(木)
9	13	水	富洲原地区市民センター				1日		1日	8月10日(木)

6	25	日	あさけプラザ			PM		1日		5月29日(月)
6	27	火	あさけプラザ	AM	1日	PM				5月29日(月)
6	28	水	あさけプラザ				1日		1日	5月29日(月)
7	1	土	あさけプラザ	AM	1日	PM				6月1日(木)
7	5	水	あさけプラザ				1日			6月1日(木)
7	6	木	あさけプラザ			PM		1日		6月1日(木)
10	6	金	あさけプラザ			PM		1日		8月31日(木)
11	7	火	あさけプラザ	AM	1日	PM				10月5日(木)
11	12	日	あさけプラザ				1日			10月5日(木)
12	2	土	あさけプラザ	AM	1日	PM				10月26日(木)
12	3	日	あさけプラザ				1日		1日	10月26日(木)
12	9	土	あさけプラザ			PM		1日		11月1日(水)

詳細は、広報よっかいち 4月下旬号別冊「令和5年度 がん検診のお知らせ(保存版)」
でご案内します。日程表をご確認のうえ、お申し込みください。

回 覧														
--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

5/26
(金)

初心者・経験者、大歓迎!! グリーンカーテン講座

ベランダや庭でゴーヤを育てて、緑のカーテンを作ってみませんか？



緑の葉が、夏の日差しを防いで、お部屋の温度を下げてください。
冷房のための電気代を節約し、おいしく食べられる緑のカーテン作りに取り組みま
しょう。(講座終了後に、ゴーヤの苗を一人2苗無料配布します。)

- 【日 時】 5月26日(金) 13:30~14:30
- 【場 所】 富洲原地区市民センター 2階大会議室
- 【定 員】 28名(先着順。定員になり次第締切)
- 【対象者】 富洲原地区にお住まいの方
- 【内 容】 地球温暖化対策講座・グリーンカーテンの説明
- 【参加費】 無料
- 【申込み】 5月8日(月)から電話のみの受付
富洲原地区市民センター(申込み担当) ☎365-1136

電話受付は
8時30分~



【問合せ】 環境政策課 ☎354-8188

※ 感染症拡大の状況によっては変更になる場合がありますのでご了承ください。

ー 地域デビューの入り口は、体のことから ー

「介護予防ボランティアヘルスリーダー養成講座」のご案内

ヘルスリーダーは、四日市市が養成している介護予防のボランティアです。

20~80歳代の150名を超えるヘルスリーダーが協力し合い、主に高齢者を対象として、
地区市民センター等の身近な場所で運動やレクリエーションを行っています♪

- 【日 時】 6月2日、9日、16日、23日、30日
全5回シリーズ(いずれも金曜日 14:00~16:15)
- 【会 場】 四日市市勤労者・市民交流センター 本館1階 多目的ホール
(四日市市日永東1丁目2-28)
- 【対 象】 受講後にヘルスリーダーとしてボランティア活動ができる方
※有資格者(看護師、理学療法士、作業療法士など)で、現在職務に従事して
いる人は除く
- 【講 師】 日本福祉大学 社会福祉総合研修センター
あらふかひろき
コーディネーター 荒深裕規 さん
- 【内 容】 介護予防に関する講義や運動の実習など
- 【定 員】 20名程度 ※応募多数の場合は抽選
- 【参 加 料】 無料
- 【持 ち 物】 マスク、飲み物、中履き、運動しやすい服装でお越し下さい。
- 【申し込み】 5月19日(必着)までに、講座名、郵便番号・住所、名前(ふりがな)、年齢、
電話番号を、はがき・電話・FAXのいずれかの方法で申込先へお知らせいた
だくか、ホームページの申し込みフォーム、または、下記QRコードからお申
込みください。
- 【申 込 先】 高齢福祉課 〒510-8601 四日市市諏訪町1-5
☎ 354-8170 FAX: 354-8280



【ホームページからの申し込み】

四日市ヘルスリーダー養成講座 検索

【QRコードからの申し込み】

こちらを読み取り



イキイキ教室

介護予防ボランティア ヘルスリーダーの会による教室

楽しく笑って！おしゃべりして！介護予防！！

- 【日 時】 5月10日(水) 13:30~15:00
【対 象】 おおむね65歳以上の市民の方 申し込み・参加費不要！
【持ち物】 マスク、タオル、飲み物
(動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください)
【場 所】 富洲原地区市民センター 2階大会議室
【問合せ】 高齢福祉課 ☎ 354-8170

※感染症拡大の状況や、天候・災害などによる警報が発令された場合には、中止・日程の変更になることがありますので、ご了承ください。

※体調の悪い方は参加をお控えください。

※参加される方は、マスクの着用、手指消毒、検温にご協力ください。

はつらつ健康塾

~フレイル予防の食事を知ろう&

ヘルスリーダーさんの体操~

フレイルとは「加齢に伴って、心身の活力(筋力や認知機能)が低下した状態」

受付開始
4月20日(月)から

- 【日 時】 5月17日(水) 14:00~15:00
【会 場】 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】 天力須賀在宅支援センター看護師 山下あゆみ
ヘルスリーダーさん
【参加費】 無料
【持ち物】 マスク・動きやすい服装・タオル・飲み物
【定 員】 30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下さい。

受付時、住所等の連絡先をお伺いさせていただきます。

当日、検温・手指消毒のご協力をお願いします。

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】 富洲原在宅介護サービスセンター
(安田・石田) ☎ 366-2600



ようちえん あそびかい

- 5/2 こどもの日をお祝いしよう
5/9・16・23 外でいっぱい遊ぼう！
5/30 シャボン玉で遊ぼう

【時 間】 10:00~11:30 (いずれも火曜日)

【問合せ】 富洲原幼稚園 ☎ 365-0653

ほいくえん あそぼうかい

●園児と一緒に遊ぼう！

5/10・17・24・31 (いずれも水曜日)

【時 間】 10:00~12:00

【問合せ】 富洲原保育園 ☎ 365-0994

日の本保育園子育て支援センター

●子育て相談お受けします！

【時 間】 月~金曜日 9:30~14:30

【問合せ】 日の本保育園子育て支援センター
☎ 340-0841

※一日の方は、お弁当をご持参ください。

お子さんのマスク着用は一律に求めています。マスクを着用する場合は、大人の方がお子さんの体調に十分注意してあげてください。

【持ち物】 (左記のいずれも)
着替え、タオル、帽子、
水分補給のお茶など。

※ 感染症対策で、入口等を開放しています。また手指消毒などにもご協力ください。

※ 感染症拡大の状況によって変更になる場合がありますのでご了承ください。



あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

マイナンバーカードを作りたいけど、申請の仕方がわからない方のために、地区市民センターに出張してマイナンバーカードの申請サポートを実施します！

サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント！

この機会にぜひ出張申請サポートをご利用ください！

サポート内容

- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
- ・インターネットでの申請のお手伝い
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け
- ・交付申請書送付用封筒(切手不要)のお渡し
- ・マイナンバーカードに関する相談・案内など



5月21日(日)

富洲原地区市民センター

9:00~17:00

【問合せ】四日市市マイナンバーカードサービスセンター ☎340-8371

地域マネージャーの募集

【募集内容】 地域マネージャー [会計年度任用職員(フルタイム)]

【募集人数】 1人

【職務内容】 地区市民センターにおける地域社会づくりに関する業務

【任期】 令和5年7月1日から令和6年3月31日(再任用する場合があります)

【勤務地】 富田地区市民センター(四日市市富田一丁目24番47号)

【受験資格】 次の要件を全て満たす人

- ①昭和33年7月2日以降に生まれた人。
- ②これまでに地域活動に取り組んだ経験がある人。
- ③地域社会づくりに深い認識と理解を持ち、自ら積極的に取り組む意欲がある人。
- ④民間企業等で職務経験がある人。ただし、公務員(正規任用職員)は任用開始日において、退職後3年以上経過していること。
- ⑤夜間、休日の会議、行事等への参加が可能な人。
- ⑥地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない人。
- ⑦外国籍の場合、永住者または特別永住者の在留資格を有する人。
- ⑧四日市市に在住する人。

【募集期間】 4月20日(木)から5月8日(月)(必着)

【応募方法】 市民生活課、各地区市民センターにある募集要項の所定の用紙に必要書類を添え、市役所5階市民生活課へ郵送または直接お持ちください。

持参の場合は、月曜日から金曜日(祝日を除く)の午前8時30分から午後5時15分までをお願いします。

【問合せ】市民生活課 ☎354-8146



5月2日
(火)

自動車文庫

松原町八風公園	10:10~10:40
富田一色公会堂	13:40~14:10
富洲原地区市民センター	14:20~15:00

