# かいぞう文庫に新しい本がはいりました

## 本の貸出方法、返却方法が変わりました。

**借りるとき･･･貸出票を記入し、本と一緒に事務室に出してください。**
**返 す と き･･･本を事務室に出してください。**

### 学　習

✿しゃかいのふしぎ　なぜ？どうして？1年生
✿ことばのふしぎ　なぜ？どうして？1･2年生
✿たのしい！さんすうのふしぎ　なぜ？どうして？1･2年生

### 一般書

✿窓から逃げた100歳老人

### 歴史・伝記

✿学習日本の歴史　人物伝(上)卑弥呼の時代～源平合戦～応仁の乱
✿学習日本の歴史　人物伝(中)戦国時代～信長･秀吉･家康～江戸幕府
✿学習日本の歴史　人物伝(下)幕末･維新～明治･大正～戦後の日本
✿学習世界の伝記 NEXT　スティーブ･ジョブズ

### 物　語

✿みんな知りたい！ドクターイエローのひみつ
✿星のカービィ くらやみ森で大さわぎ！の巻
✿星のカービィ あぶないグルメ屋敷！？の巻
✿おばけやさん①　これがおばけやさんのしごとです
✿ルルとララのチョコレート
✿かいけつゾロリのママだーいすき
✿コケシちゃん
✿完全版　あらしのよるに
✿まよなかのぎゅうぎゅうネコ
✿コロッケくんのぼうけん

### 絵　本

✿せんろはつづく
✿せんろはつづく　まだつづく
✿どんぐりむらのどんぐりえん
✿どんぐりむらのほんやさん
✿ごみしゅうしゅうしゃのゴンちゃん
✿ノラネコぐんだん　きしゃぽっぽ
✿バムとケロのおかいもの
✿バムとケロのさむいあさ
✿バムとケロのそらのたび
✿三びきのやぎのがらがらどん
✿おでんわもしもし　しましまちゃん
✿つなみでんでんこ　はしれ、上へ！
✿マララさんこんにちは　世界でいちばん勇敢な少女へ
✿4･5･6さいのきもちをつたえる　ことばのえほん
✿あかちゃんといっしょ 0･1･2　だいすきだから！
✿あかちゃんといっしょ 0･1･2　だれ　だれ　だあれ？
✿くすのきだんちはゆきのなか
✿くすのきだんちのなつやすみ
✿くすのきだんちへおひっこし
✿ノンタン　おばけむらめいろ
✿ノンタン　しゃくりひっくひく
✿でんでんむしのかなしみ
✿りくの　のりものえほん
✿ふうとはなとたんぽぽ
✿10ぴきのかえるのゆきごもり
✿ほうれんそうはないています
✿どうぶつえんのみんなの1日
✿がんばれ！パトカー
✿14ひきのもちつき
✿14ひきのあきまつり
✿ヘンシンマジック
✿へんしんかいじゅう
✿もっかい
✿でんしゃがきた
✿よろしくともだち
✿かぜのでんわ
✿おひざでだっこ
✿花のかみかざり
✿つきのよるに
✿ママ、あのね



回覧

# かいぞう センターだより

第　２４　号
平成２７年　３月　２０日

海蔵地区市民センター
ＴＥＬ　３３１－３２８４
ＦＡＸ　３３０－０２２２

海蔵地区ホームページ　http://kaizotiku.org/　かいぞう地区　検索

## 4月 主な行事予定

23日(木)　狂犬病予防注射　(海蔵地区市民センター)　14:50～

### 地域でお達者クラブ

毎週火曜日 海蔵地区福祉の家　10:00～
17日(金) 野田公会所　13:30～
17日(金) 大谷台小学校会議室　14:00～

### 紙芝居 絵本の読み聞かせ

14日(火)14:30～
かいぞう文庫

### 自動車文庫

| | | | |
|---|---|---|---|
| １０日（金） | 阿倉川町 | 10:10～10:40 | ピアゴ北側駐車場 |
| １０日（金） | 東阿倉川１区 | 10:50～11:20 | 住友電装阿倉川寮 |
| １６日（水） | みゆきヶ丘二丁目 | 13:30～14:10 | 自治会管理駐車場 |
| ２３日（水） | 海蔵地区市民センター | 10:00～10:30 | センター駐車場 |

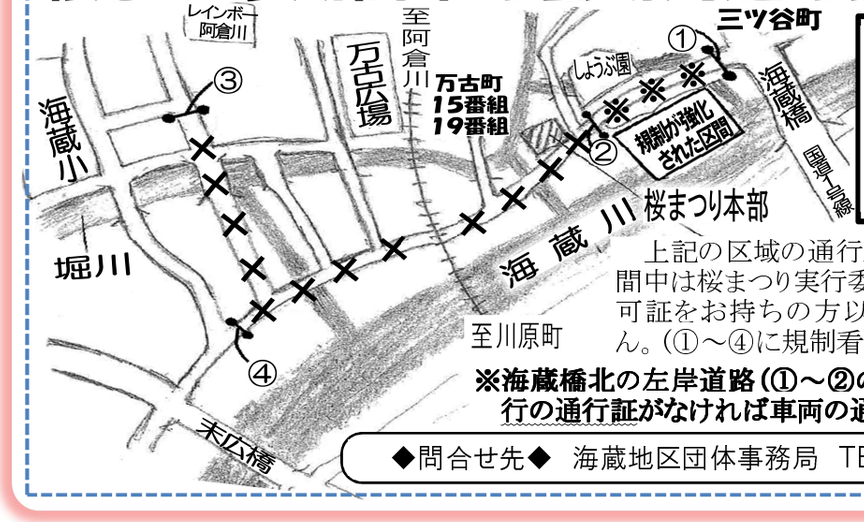
## 海蔵川桜まつり開催のお知らせ

### 開催期間　3月29日(日)～4月12日(日)

**ごみの持ち帰りにご協力を！**

海蔵川桜まつりは、地域住民の奉仕活動により運営されています。期間中は、毎朝6時30分から清掃を行っていますが、ごみの処理には大変困っています。桜まつりを気持ち良く楽しんでいただけるよう**「ごみの持ち帰り」**について皆さんのより一層のご協力をお願いいたします。

### 桜まつり期間中の会場周辺の交通規制




**規制日時**
**《土･日》**
10:00～21:30
**《月～金》**
17:00～21:30
**《4/12 のみ》**
10:00～16:00

上記の区域の通行止めを行います。期間中は桜まつり実行委員会発行の通行許可証をお持ちの方以外は通行できません。(①～④に規制看板を設置します)

**※海蔵橋北の左岸道路(①～②の間)は北警察署発行の通行証がなければ車両の通行はできません。**

◆問合せ先◆　海蔵地区団体事務局　TEL333－8770

# ◇統一地方選挙のお知らせ◇

**三重県知事選挙・三重県議会議員選挙**
**4月12日(日)**

**四日市市議会議員選挙**
**4月26日(日)**

**◆投票時間◆　７：００～２０：００**

**◆投　票　所◆**
**海蔵第一（海蔵小学校　体育館）**
**海蔵第二（海蔵保育園　園児室）**
**大谷台　（大谷台小学校　体育館）**

入場券に記載してある投票所をご確認の上、投票日には各自の入場券を持って所定の投票所へお出かけください。
**入場券に記載されている投票所以外では投票できませんのでご注意下さい。**

**◆投票日当日に投票に行けない人は期日前投票を！◆**

| 期日前投票所 施設名称 | | 投票ができる期間 県知事選挙 | 県議会議員選挙 | 市議会議員選挙 | 投票ができる時間 |
|---|---|---|---|---|---|
| 第1 | 総合会館 | 3／27(金)～4／11(土) | 4／4(土)～4／11(土) | 4／20(月)～4／25(土) | 8：30～20：00 |
| 第2 | 三重北勢健康増進センター | 4／4(土)～4／11(土) | | | |
| 第3 | 防災教育センター | | | | |
| 第4 | 中消防署中央分署 | | | | |

【問合せ先】選挙管理委員会事務局　ＴＥＬ３５４－８２６９

# 第25回『皆できれいに海蔵川の日』
## ～海蔵川・三滝川堤防清掃お疲れさまでした～

前日の夜遅くまで降っていた雨も上がり、今年で２５回を迎えた海蔵川、三滝川の堤防清掃が、３月８日（日）９：００から各町自治会・各団体の皆さん５１２名の参加と車１５台の協力で実施されました。また、新正１丁目のリコージャパン三重支社の皆さんにボランティアとして参加していただきました。

事前の準備で、万古町の役員さんには河川敷の草刈りとともに、堤防のり面の蔦なども、きれいにしていただきました。

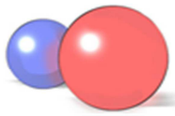
早朝より多数のご参加ありがとうございました。

＊＊海蔵地区社会福祉協議会　環境部＊＊

# バランスボールでエクササイズ！ リズム体操　会員募集のお知らせ

生き生きとした毎日、豊かで充実した生活のために健康づくりは大切です。
バランスボールは、体力づくりはもちろんのこと、腰痛予防や骨盤底筋をも鍛えます。初めての方も大歓迎！みんなで楽しみながら身体のバランスや筋力を高めませんか？

- ✿日　　時　AMクラス　第1･2･4金曜日　10:00～12:00
  　　PMクラス　第1･3･4金曜日　13:30～15:00
- ✿場　　所　海蔵地区市民センター　2階　中会議室
- ✿持 ち 物　運動のできる服装、タオル、飲料水、バランスボール
- ✿問合せ先　長谷川　TEL090-8339-0326





## 橋北小学校・中央小学校　給食パート募集（４月上旬からの勤務です）

☆募集職種・・小学校給食調理員補助（給食パート）各校１名
☆業務内容・・給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など
☆勤　務　日・・給食実施日（春・夏・冬休みは勤務なし）
☆勤務時間・・橋北小学校＝８：３０～１５：１５（労働時間６時間）
　　中央小学校＝８：３０～１５：３０（労働時間６時間）
☆時　間　給・・８８１円（通勤費は別途支給）
☆応募期間・・３月２３日（月）～３月２７日（金）
☆申し込み・・応募を希望される方は教育総務課 TEL３５４－８２３６に電話のうえ履歴書を提出してください。
　　書類選考後、合格者に対して面接を実施します。

# やってみよう！みどりのカーテン
## グリーンカーテンで温暖化防止と快適な暮らし

ゴーヤの苗を育ててみどりのカーテン作りに取り組んでみませんか。
温暖化防止の講座とゴーヤの育て方を学びます。
受講後、ゴーヤ苗をお一人２株づつ無料配布します。

日　　時・・・５月８日（金）１４：００～１５：００
場　　所・・・海蔵地区市民センター　中会議室
定　　員・・・５０名　※応募多数の場合、抽選
協　　力・・・環境保全課
申込方法・・・海蔵地区市民センター窓口、又は電話申込み　TEL３３１－３２８４
締 切 日・・・４月３０日（木）

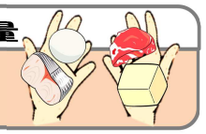
## こにゅうどうくんの★ちょこっと健康情報
# あなたの適量はどれくらい？ 食事編②

めざすは元気で長生き！

どれくらい食べるのが適量なのかは***自分の手を使って***覚えておくと便利です。

**主　食　1食あたりのめやす量**
- ご飯なら　茶わん１杯程度（茶わんは手のひらに収まるくらいのもの）
- 食パンなら　１～１．５枚
- めん類なら　１玉程度

**主　菜　1日のめやす量**
両手のひらに並べて乗る量
厚さは手の厚さ程度



**副　菜　1日のめやす量**（野菜350g）
げんこつ3～4個分
きのこ、海藻なども取り入れて
朝　昼　夕

詳しくは四日市市公式サイトにて
トップページ（中央下）よく利用される情報〔健康・医療〕→成人の健康づくり→必見！健康情報　へ

健康づくり課
TEL 354-8291

# センターに本の寄贈がありました。

かいぞう文庫に置いてあります
是非ご利用ください。

（寄贈者）　四日市地域ゆかりの「郷土作家」顕彰事業委員会　様
（寄贈図書）四日市の礎Ⅱ　６０人のドラマとその横顔