回 覧

かいぞうセンターだより

第　２２　号
平成２８年　２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

３月　主な行事予定

６日（日）皆できれいに海蔵川（海蔵川・三滝川堤防）　９：００～
８日（火）イキイキ教室　（海蔵地区市民センター）１３：００～
２０日（日）桜まつり　提灯上げ（海蔵川堤防）　１３：００～
２７日（日）桜まつり開始（４月１０日まで）

地域でお達者クラブ

毎週火曜日 海蔵地区福祉の家　10:00～
18日(金) 野田公会所　13:30～
18日(金) 大谷台小学校会議室　14:00～

紙芝居・絵本の読み聞かせ

8日(火)14:30～
かいぞう文庫

自動車文庫

１０日（木）	阿倉川町	10:10～10:40	ピアゴ北側駐車場
１０日（木）	東阿倉川１区	10:50～11:20	住友電装阿倉川寮
１５日（火）	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

海蔵地区社会福祉協議会　環境部　主催

第２６回　「皆できれいに海蔵川の日」

自治会を中心に各種団体の協力を得て、堤防清掃活動と、桜の枝切りを行います。

３月　６日（日）　９：００～１１：３０

✿少雨決行。決行の判断は７：３０に行います。
✿雨天の場合は３月１３日（日）に順延します。（７時半に判断します。）
✿ボランティアのみなさまは、海蔵地区市民センターにお越しください。
✿堤防の斜面、道路などで事故のないよう十分にご注意ください。

【問合せ先】　海蔵地区市民センター　ＴＥＬ３３１－３２８４
海蔵地区団体事務局　ＴＥＬ３３３－８７７０

海蔵川の水位が上がります！

２月２３日(火)から８月末頃まで、農業用水取水のため海蔵川河口堰を閉めますので、新開橋～末広橋付近での水位が上昇します。危険ですので川の間近には不用意に近づかないようお願いします。

三重県四日市建設事務所

おめでとうございます

１月２９日(金)に、平成２７年度三重県統計功労者表彰式が行われ、次の方が表彰されました。

【三重県知事表彰】

石﨑　曉美さん　（本郷町）

海蔵地区防災会の視察研修会が行われました

２月14日（日）、今にも降り出しそうな雲行きの中、27年度海蔵地区防災会主催の視察研修会が行われました。各団体より78名が参加され、「奈良市防災センター」へ行きました。

この防災センターには、『消火体験』、『煙避難体験』、『強風体験』、『地震の揺れ体験』の4つのコーナーがありました。

暗くて煙の充満した部屋から5人１組になって逃げる『煙避難体験』では、前の人の肩につかまるなど落ち着いて行動することや、絶対に戻ってはいけないことなどを係員の方から教えてもらいました。

よっかいち・はつらつ健康塾！

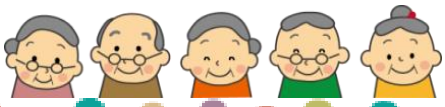
今月の開催場所は…西阿倉川公民館です

いつまでも元気でイキイキとした生活が送れるように、介護予防に関する知識を学ぶ教室です。

３月１４日（月）１０：００～１１：００

◆　場　　所　西阿倉川公民館（旧海蔵保育園、福祉の家）
◆　内　　容　脳卒中・心疾患
◆　対　　象　おおむね６５歳以上の方
◆　持 ち 物　筆記用具、タオル、飲み物など各自必要なもの
　　＊＊動きやすい服装でお越しください＊＊
◆　問合せ先　海蔵在宅介護支援センター
　　TEL３３３－９８３７

無料
申込み不要



＊当日、はつらつ健康塾終了後、３０分ほど座談会を開催します。
自由参加ですので、お気軽にご参加ください。

【消防本部からのお知らせ】　　**春の火災予防運動　3月1日（火）～7日（月）**

「無防備な　心に火災が　かくれんぼ」

冬から春へ季節が移り変わるこの時期は、空気が非常に乾燥して火災が発生しやすく、また強い季節風により、大火になりやすい時期でもあります。次のことに気をつけて、家事を起こさない環境をつくりましょう。

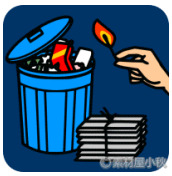
～火災の原因～

平成27年中に四日市市、朝日町、川越町で発生した火災は85件で、平成26年中の111件と比べ26件減少し、そのうち住宅を含む建物火災は50件で、13件減少しました。

建物火災の原因は、**放火（放火の疑いを含む）**が最も多く、次いで、**たばこ、コンロ**と続いています。

～住宅での火の用心8つのポイント～

- ストーブに給油するときは必ず火を消す
- コンロの使用中はその場を離れない
- 子どもにマッチやライターで遊ばせない
- ストーブの近くに燃えやすいものを置かない
- 電気器具は正しく使い、タコ足配線はしない
- コンセントやプラグは、ほこりをためないよう定期的に清掃する
- 家のまわりに燃えやすいものを置かない(放火の防止)



～火災から身を守るために～

住宅用火災警報器が適切に作動するか点検ボタンを押すなどして確認し、定期的にほこりなどをふき取りましょう。また、住宅用火災警報器本体の交換目安は10年です。

【問合せ先】　四日市消防本部予防保安課　ＴＥＬ３５６－２０１０

あなたのまちに“星空”届けます

市では大きな天体望遠鏡を搭載した移動天文車「きらら号」があり、みなさんの住む地域へ行って、スターウォッチングを開催しています。あなたの地区の行事や園や学校行事にあわせて、移動天文車「きらら号」で星空を楽しんでみませんか。

派遣について

２０人以上の参加者が見込めること。安全な観望会場を確保していただくなどの条件があります。詳しくは、お問い合わせください。

- **◆　場　所：四日市市内のみ**
- **◆　費　用：無料**
- **◆　時　間：６０～９０分間**
- **◆　その他：天候不順時は、観望会は中止になります。**

問合せ先　**四日市市立博物館　天文係　TEL３５５－２７０３**

◆個人番号カードの交付について◆

個人番号カードとは、表面に氏名・住所・生年月日・性別・顔写真・裏面にマイナンバーが記載されたICチップカードです。

個人番号カードを希望し申請された場合、順次作成されたカードと「交付通知書」が住民票のある自治体に届きます。その後、四日市市の場合、受け取りについての案内文書と交付通知書を同封して、本人宛（転送不要）にお送りします。案内文書に記載された期間内に、本人が次のものをお持ちいただいて市役所内へ個人番号カードを受け取りにきてください。

《受け取りに必要なもの》

① 交付通知書及び案内文書 ② 本人確認書類（運転免許証等） ③ 通知カード

④ 住民基本台帳カード（ある方のみ）

＊③、④は窓口で回収となります。

＊受け取りの際に、窓口で暗証番号を設定していただきます。

なお、個人番号カードの申請が大変込み合っており、カードの交付準備が整うまでにしばらく時間を要しますので、あらかじめご了承ください。

四日市健康フェスティバル開催！

健康に関する相談・体験ができる健康フェスティバルを開催します。

この機会に健康づくりを始めませんか！

【日時】 3月13日（日） 10：00～15：00

【場所】 三重北勢健康増進センター（四日市市塩浜町1番地11）

【内容】■相談コーナー はり・きゅう、マッサージ、薬、禁煙、歯、姿勢

■体験コーナー 気功健康体操、「血圧・骨強度・血管年齢・体脂肪測定」、介護予防チェック、鍼灸マッサージ、子供向け歯科の職業体験、歯科矯正診断(先着10名)、入れ歯クリーニング（先着30人）、歯周病検診（先着100人）

■ボランティアコーナー 高齢者の食事、介護予防ストレッチ、ステキ健康おどり、味噌汁の塩分測定コーナー（ご希望の方は味噌汁を50mℓ程度ご持参下さい）

■ふれあいのお店コーナー（パン、毛糸製品、手芸品、洋菓子等の販売）※販売物などは有料

■その他 「小児はり」の紹介など

■運動施設の無料開放も同時開催します。（9：30～16：00）

（プールは水着・水泳帽、トレーニングジムやランニングトラック、軽運動室を利用する方は上靴、運動ができる服装をご用意ください。

【問い合せ先】三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）

TEL：349-3311

FAX：348-0017