回 覧

かいそう センターだより

第 １８ 号
平成 ３０年 １２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

１月 主な行事予定

１３日(日)	消防出初式	(四日市ドーム)	９：００～
１４日(月・祝)	成人式	(四日市ドーム)	１３：００～

地域でお達者クラブ

毎週火曜日	海蔵地区くすの木サロン	10:00～13:30～
１８日(金)	野田公会所	13:00～

紙芝居・絵本の読み聞かせ
8日(火)14:30～16:30
かいぞう文庫

自動車文庫

１７日（木） 阿倉川町	10:10～10:40	ピアゴ北側駐車場
１７日（木） 東阿倉川１区	10:50～11:20	住友電装阿倉川寮
２３日（水） みゆきヶ丘二丁目	13:30～14:10	自治会管理駐車場
２９日（火） 海蔵地区市民センター	10:00～10:30	センター駐車場

地域マネージャーを募集します

■募集人数　８人程度　■　**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　平成 31 年 4 月 1 日から平成 32 年 3 月 31 日（再任用する場合もあります）
■勤 務 地　各地区市民センター（詳しくは、募集要項をご覧ください）
■主な受験資格　次の要件を全て満たす人
①これまでに地域活動に取り組んだ経験がある人。
②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。
③民間企業等で職務経験がある人。ただし、公務員は、正規職員を定年等で退職後、３年以上経過していること。
④夜間、休日の会議、行事等への参加が可能な人。
⑤四日市市に在住する人。

■募集期間　平成 31 年 1 月 7 日（月）から 1 月 31 日（木）（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、月曜日から金曜日の午前８時３０分から午後５時１５分までにお願いします。
■問合せ先　市民生活課　ＴＥＬ３５４－８１４６

年末・年始のセンター業務のご案内

地区市民センターの休みは12月29日(土)～1月3日(木)です

★戸籍についての届け出(出生、婚姻、死亡等)の受付と埋火葬許可証の交付は、市役所地下1階宿直室で受け付けます。　☎354－8262

★水道や下水道の故障や事故の復旧などは、上下水道局夜間休日窓口へご連絡ください。　☎351－1211

グラウンドゴルフ大会 成績発表

１１月２５日(日)にグラウンドゴルフ大会を開催し、大人から子供まで８０名の方にご参加いただき、競技を楽しみました。関係者のみなさん、お疲れ様でした。【敬称略】

女　子

★一般の部

１位　伊藤　洋子

２位　大須賀　ひな子

大西　とみ子

岡本　美知子

★小学生の部

男子１位　佐藤　司

女子１位　ぬかや　みさき

男　子

★一般の部

１位　中島　菊男

上杉　達也

第８回 郷土が誇る芸能大会を開催します！

各地区連合自治会から推薦された団体が、一堂に会して演じ合う芸能の祭典を行います。
ぜひ、市内の様々な地区から出場される団体の皆さんの各地区が誇る演技をご覧ください。
今回は、三重県立四日市農芸高等学校吹奏楽部の皆さんによる特別演奏も行います。

◆日　時　　平成３１年１月２０日（日）第Ⅰ部 10:00～12:55、第Ⅱ部 14:00～16:35

※時間は変更になる可能性があります

◆会　場　　文化会館　第２ホール

◆入場料　　無料（入退場自由）

【問合せ先】　文化振興課　ＴＥＬ３５４－８２３９

在宅医療講演会　『糖尿病重症化予防に向けて』

高齢化に伴い、糖尿病患者は増加傾向にあります。
本講演会では、糖尿病に「かからない」「進行させない」ために知っておきたい基礎知識や日常生活での工夫について、分かりやすくお伝えします。“今日から使える”糖尿病予防のヒント探しに、ぜひお越しください。

✿日　時　平成３１年１月２０日(日)　　１３：３０～１５：００（開場１３：００）

✿場　所　総合会館７F　第１研修室

✿内　容　第１部　『糖尿病のみつけ方・なおし方』

講師　住田　安弘氏　　四日市羽津医療センター　院長・三重県糖尿病協会　会長

第２部　『糖尿病の重症化予防～在宅医の視点から～』

講師　山中　賢治氏　笹川内科胃腸科クリニック　院長・四日市医師会　副会長

✿料　金　無料

✿定　員　100 人(申込不要)

【問合せ先】　健康福祉課　ＴＥＬ３５４－８２８１　ＦＡＸ３５９－０２８８

★リズム体操ＡＭクラス　会員募集！

音楽に合わせて全身をリズミカルに動かし、ストレッチ・筋トレをする事でバランスの良い体力づくりを目指します。自分の姿勢を見直し、体力に合わせて無理なく継続する事により、軽やかな日常生活を送る事が出来るでしょう★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　月３回金曜日　１０：００～１２：００
★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
★問合せ先　長谷川　ＴＥＬ０９０－８３３９－０３２６

★リズム体操ＰＭクラス　会員募集！

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　第１・２・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

平成３０年度看護職向け在宅看護研修（初級コース）受講生募集！！

潜在看護師などが、訪問看護に必要な基本的な知識・技術を習得し、訪問看護を提供できるように、または現役の看護師さんで訪問看護に興味があり、知識を得てスキルアップされたい方に対して研修を開催いたします。

〇第３回　開催期間・受付期間

①開催日　　平成３１年１月１０日、１７日、２４日、３１日、２月７日、１４日（いずれも木曜日）
②開催場所　四日市看護医療大学
③受付期間　１２月２１日（金）まで（※受付期間が過ぎても１月１０日まで受け付け可）

〇受講資格

以下の要件を満たす方を対象とします。

１．　再就業を希望する潜在看護師
２．　訪問看護に興味のある現役看護師
３．　訪問看護師になりたい方
４．　全日程参加できる方

（※全日程参加が難しい方は、健康福祉課でご相談に応じますので、下記　問い合わせ先までご連絡願います）

〇問合せ先　　健康福祉課　企画係　TEL３５４－８２８１

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

2017年4月にオープンした『こども子育て交流プラザ』は、年末年始を除き毎日開館しています。主に小学生～高校生を対象にした季節の行事やスポーツ活動、創作活動など、さまざまなイベントを開催しています。また乳幼児と保護者が楽しめる「すくすく広場」や「親子クラフト」も実施しています。

ボール遊びやバドミントン等ができる広い多目的ホール、クッキングルーム、工作室や図書室などの設備が充実した施設で雨の日も遊べます。ぜひ、ご来館ください！！

四日市市 こども子育て交流プラザ

【臨時休館について】
1月4日（金）は施設の安全点検等のため臨時休館します。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。1月5日（土）から通常どおり開館します。

【主なイベント日時・内容】

1月6日（日）	10：30～12：00 13：30～15：00	**かきぞめ** 新年の目標や抱負など、年のはじめにかきぞめをしよう。みんなで作る大きな作品は、プラザにかざるので見に来てね！	対象/小学生～高校生 持ち物/書道用具一式、汚れてもよい服装
1月7日（月）	10：30～15：00	**巨大福笑い作り** 大きな顔に、みんなでたくさん表情を作って、あそびましょう。自分用福笑いも作れるよ。	対象/どなたでも ＊12：00～13：30はお昼休憩
1月20日（日）	14：00～15：30	**お金の学校（財務省の出張授業）** お金の知識は大人への第一歩！「お金の使い方」をクイズやゲームで学んでみよう。	対象/小学4年生～小学6年生とその保護者 定員/12組＊申込制 ＊詳細はHPまたは通信をご確認ください。 持ち物/筆記用具
1月27日（日）	14：00～15：00	**えほんのひろば** 今月は冬のおはなしを紹介します。おはなしのあとは、季節の工作をして図書室をかざってね。	対象/どなたでも

【料　金】　無料

所在地：東新町26番32号　橋北交流会館4階
TEL：330－5020　FAX：334-0606　HP：http://cocoplaza-yokkaichi.jp/

市内で活躍する女性と市長とのﾊﾟﾈﾙﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝ「ﾄｰｷﾝｸﾞ ﾃﾗｽ～女性起業家編～」

女性起業家が“本音”を語ると何が起こるか？

四日市市在住の女性起業家４人と、市長によるパネルディスカッション＆交流会を行います。
個性も背景も業種も違う女性４人の「起業のリアル」を直接聞ける貴重な機会です。

✿日　時：平成３１年１月１９日（土）１３：３０～１５：００（ﾊﾟﾈﾙﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝ）
１５：００～１５：３０（交流会）

✿場　所：本町プラザ１階　ホール　　✿対　象：市内在住、または通勤、通学されている方
✿定　員：８０名　　参加費：無料　　✿託　児：無料ですが１/８(火)までに申込みが必要です

コーディネーター：川北 睦子さん（株式会社Ｅプレゼンス代表取締役）
パネリスト：女性起業家３名及び四日市市長

◆問合せ・申込み先◆
男女共同参画センター「はもりあ四日市」　本町９番８号　本町プラザ３階
TEL：３５４－８３３１　FAX：３５４－８３３９　Eメール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp