

回 覧

かいぞう センターだより



第 12 号
令和8年9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

10月主な行事予定

地域でお達者クラブ

海蔵地区くすの木サロン
毎週火曜日 10:00~

野田みどりサロン

第3金曜日 10:00~
野田公会所

かいぞう文庫

紙芝居・絵本の読み聞かせ

6日(火) 14:00~

海蔵幼稚園 遊び会

開催時間 9:30~11:30

1日(木)、5日(月)、8日(木)、15日(木)、
19日(月)、22日(木)、26日(月)、29日(木)

自動車 文庫

9日(金) 阿倉川町	10:00~10:40	ピアゴ北側駐車場
9日(金) 東阿倉川町1区	10:50~11:20	公文式あくら川教室前
23日(金) 海蔵地区市民センター	10:00~10:30	センター駐車場

移動天文車「きらら号」で星空観察しませんか？

日 時：10月30日(金) 19:00~20:30

★雨天・曇天の場合は、センター内で天文教室を行います。

場 所：海蔵地区市民センター 駐車場

参 加 費：無料

定 員：60人

主 催：かいぞう文庫運営委員会

申込み・問合せ先：海蔵地区市民センター TEL 331-3284

★小学生以下は必ず保護者同伴をお願いします。

★お車でお越しの方は、学童保育所駐車場へお停め下さい。



たみお

民生のつぶやき



民生委員児童委員は日々の活動のうえに成り立っています。一人ひとりが地域住民の皆さんと接したこと、感じたことの課題を持ち帰り毎月の定例会等で情報を共有し課題の解決に取り組んでいるよ！



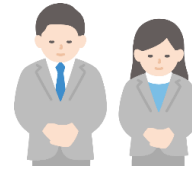
たみお
「民生」は四日市
市民生委員児童委
員協議会連合会キ
ャラクターだよ。

～窓口時間変更のお知らせ～

令和 9 年 1 月から

市役所の窓口と電話の受付時間を午前 9 時から午後 4 時 30 分までに変更します

1. 開始時期 令和 9 年 1 月 4 日（月）から
2. 窓口時間 変更前：午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分
変更後：午前 9 時 00 分～午後 4 時 30 分
※職員の勤務時間は午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分から変わりません。
3. 対象施設等



窓口時間短縮のご案内

本庁舎、総合会館、各地区市民センター、上下水道局等の全窓口及び電話受付
※ただし、下記の施設等は変わりません。

- ・消防本部情報指令課及び全消防署、市立四日市病院、市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）、はもりあ四日市
- ・施設利用そのものを提供する施設（図書館、博物館、四日市競輪場、その他スポーツ施設を含む各指定管理施設など）及び施設の貸館利用時間や夜間・休日窓口等

○オンライン申請やコンビニ交付サービスをぜひご利用ください○

- (1) オンラインで申請できる手続き
オンラインで申請できる手続きは、右の二次元コードからご利用ください。
- (2) コンビニで交付できる証明
住民票等の証明書は安くて早くて便利なコンビニ交付をご利用ください。オンライン申請
※利用にはマイナンバーカードが必要です。



変更により生じた時間を有効活用し、業務改善等に注力することで
市民サービスの質の向上を図るとともに、時間外勤務を削減し、職員の
働き方改革につなげます。
ご理解とご協力をお願いします。



コンビニ交付

【担当】総務課働き方改革推進室 TEL 354-8105 FAX 359-0286

市が養成した介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による



イキイキ教室



対 象：おおむね 65 歳以上の市民の方
会 場：海蔵地区市民センター 2 階 中会議室
日 時：10 月 26 日（月）10：30～12：00
持ち物：タオル、飲み物、必要に応じマスク
内 容：ストレッチ体操、筋トレ、脳トレ、歌など
その他：申し込み不要・参加費無料
お願い：参加される方は感染症予防にご協力ください

認知症予防のための“コグニサイズ”
も実施しています♪

コグニサイズとは、コグニション（認知）
とエクササイズ（運動）を合わせた言葉で、
国立長寿医療研究センターで考案された、
認知症予防の運動方法です。

～健康な毎日を目指して、みんなで楽しく、一緒に介護予防に取り組みましょう♪～

【問合せ先】 高齢福祉課 TEL 354-8170



第6回 海蔵地区を歩こう会

皆様の健康づくりと3世代交流および海蔵地区を知ることが目的に、「歩こう会」を開催します。スタンプラリーをしながら地区内を散策し、達成者には「参加賞」があり、「特別賞」「クイズ」「おもてなし処」の企画などで楽しんでいただけます。ご夫婦、親子、ご友人、ご近所、もちろん、お一人での参加も大歓迎です。



日 時：10月17日（土） 健脚コース 9：00 受付・スタート
健康コース 9：15 受付・スタート

小雨決行〔雨天の場合、10月18日（日）に順延〕

※各戸配布済みもしくは、センターロビーにある用紙で、10月2日（金）までに団体事務局（市民センター2階）へお申込みください。

主 催：海蔵地区社会福祉協議会 健康推進部
共 催：海蔵地区まちづくり協議会 広報部、海蔵地区事業企画委員会
協 力：交通安全協会海蔵北・南支部、海蔵地区婦人会



※コース近隣にお住まいの方にはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。



あなたのサポートで身近な人を笑顔に！ スマホサポート人材育成教室

市のLINE 公式アカウントや電子申請システムの使い方などを学び、身近な人のスマホ利用をサポートできるようになりませんか。（サポート活動はボランティアで、任意です）
教室の開催と合わせて、予約不要のスマホ相談窓口も設けます。



場 所：海蔵地区市民センター

日 時：11月9日（月）

午 前	午 後	内 容
10：00～11：00	13：15～14：15	基本操作関係（ネット、アプリ、音声操作）、防災関係、LINE 関係
11：15～12：15	14：30～15：30	市のLINE 公式アカウント、市の電子申請システムについて

定 員：各回3人（先着順）

参加費：無料

対象者：どなたでも参加できますが、午前または午後の2コマに参加できる人を対象とします。

持ち物：スマートフォン（お持ちでない人には貸出可能）

申込み・問合せ：ソフトバンク（株）

0080-111-9442 （9：00～17：00 土日祝も可）

※お問合せは随時受付けておりますが、お申込みは10月1日（木）から受付開始ですのでご注意ください。

小中学生対象
参加 無料

「四日市の小中学生のための こどもの居場所」 ～イベント開催のお知らせ～

四日市市では、あさけプラザにて、小中学生を対象にさまざまな体験ができる居場所づくりを行っています。小学生は17:00まで、中学生は19:00まで利用できます。

【開催日時・内容】

10/7 (水)	常設コーナー 14:00～19:00	2階 第4、5展示会議室	定員：なし 予約：不要
10/24 (土)	常設コーナー 14:00～19:00 あさラボ ①14:15～②15:45～ ③17:15～(③は中学生のみ)	2階 第4、5展示会議室 第1小ホール	あさラボのみ 定員各20人 (先着順)

会 場：四日市地域総合会館 あさけプラザ（下之宮町296-1）

問合せ：企画内容に関すること：アクティオ株式会社 TEL359-5560

事業内容に関すること：こども未来課 TEL354-8038

参加無料

性の多様性に対する理解促進事業

講演&落語 ～女らしく、男らしく、でなく自分らしく

講 師：落語家 露の真（つゆのまこと）さん（三重県志摩市出身）

日 時：11月3日（火・祝） 13:30～14:30（開場13:00）

場 所：あさけプラザ1階ホール

定 員：200人（先着順）

申込み：10月1日（木）から10月23日（金）までに

下記のいずれかの方法でお申し込みください。

①専用フォーム

②市民生活課（市役所5階）または あさけプラザにて整理券配布

その他：手話通訳・要約筆記をご希望の方は、専用フォームの該当項目を選択の上、お申し込みください。

託児をご希望の方は、申し込み時に別途、電話でお申し込みください。

（先着8人、4カ月～未就学児、無料）

問合せ：市民生活課 TEL354-8146

✉shiminseikatsu@city.yokkaichi.mie.jp



専用フォーム

参加無料

はもりあ四日市講演会

一緒に生きて行こう ～あなたの愛を求めています～

講 師：家田 莊子さん（作家・僧侶）

日 時：11月8日（日）13:30～15:00（開場13:00）

場 所：総合会館8階 視聴覚室

定 員：200人程度（先着順） ※10月1日（木）9時から受付開始

託 児：無料、先着10人（6カ月から小学3年） ※10月22日（木）までに要申込

申込み：1. 申込フォームより …→

2. 電話で申し込み



講演会名、住所、名前、電話番号、託児の有無（希望の場合は、お子さんの名前と年齢）、手話通訳・要約筆記希望の有無を、ご連絡ください。

申込み先：はもりあ四日市 本町9-8 TEL354-8331

