

『北勢中央公園 DE エクササイズ』参加者募集!!

～春の訪れを感じながら楽しく健康づくりをしませんか～

対象：おおむね 20 歳以上の人
 (心臓病・不整脈・運動制限のある人は、事前に要相談、主治医などが運動不可と判断した場合はご参加いただけません。)

日時：平成 28 年 3 月 3 日、10 日、17 日 毎週木曜日 (合計 3 回) 午前 9:30～11:00

場所：北勢中央公園 (四日市市西村町 1080) ≪雨天の場合は、保々地区市民センター≫

内容：内公園内でのウォーキングや簡単な筋力トレーニング

講師：東海学園大学 スポーツ健康科学部教授 島岡 清 氏、
 健康づくり課 理学療法士

定員：50 人 (応募多数の場合は抽選。結果は応募者全員に通知)

料金：無 料

申込み先：2 月 22 日までに、

①名前 (ふりがな)・性別、②生年月日、③郵便番号・住所、④電話番号、⑤心臓病・不整脈の有無、⑥運動制限の有無、「北勢中央公園 DE エクササイズ」希望と明記の上、健康づくり課窓口または電話、FAX、はがきでお願いします。

四日市市役所 健康づくり課 健康づくり係

〒510-8601 四日市市諏訪町 1-5 (☎354-8291 FAX353-6385)



<文化財を火災から守ろう>

1月26日



文化財防火デー

1 月 26 日は、「文化財防火デー」です。

文化財防火デーの制定は、昭和 24 年 1 月 26 日に現存する世界最古の木造建造物である法隆寺の金堂が炎上し、壁画が焼損したことに基づき、昭和 30 年の第 1 回文化財防火デー以来毎年この日を中心に、文化財愛護に関する意識の高揚を目的として、全国で消防訓練や点検をはじめとした文化財防火運動が行われています。

国民的財産である文化財を火災や震災などから守るためには、文化財の関係者、消防機関、地域が一体となって、火災予防の環境作りや防災体制の整備に努めることが大切です。文化財の防火・防災へ関心を高め、みんなで文化財を守りましょう。

【問い合わせ先】 消防本部 予防保安課 TEL356-2010

2月の自動車文庫

【5日(金)】

人権プラザ小牧 10:10 ~ 10:40
 市場町 10:50 ~ 11:20
 西村町営農センター 13:40 ~ 14:10
 高見台 14:20 ~ 15:00

【18日(木)】

中野町稲葉池 14:30 ~ 15:00



回									
覧									

保々地区

2015 年 1 月 20 日 No.20



センター だより

保々地区市民センター
 電話 339-0001・0663
 保々地区団体事務局
 電話 339-3130

保々地区ホームページ <Let's enjoy 保々>

<http://www7.cty-net.ne.jp/~hobo-fsc/top.html>

第14回 保々地区 ふれあいサロン “桑の実” 和楽器と歌のウィンターコンサート

時間がせわしく流れる現代の生活の中で、心地よい時間は、いま私たちが最も必要としているものなのかもしれませんね。なつかしい曲、口ずさみたくなるような歌など“桑の実Café サロン”で、ゆっくりなひとときをご一緒に楽しみませんか!?

日時：平成 28 年 2 月 16 日 (火) 午前 10 時 ~ 11 時 30 分

会場：ふれあい会館 ロビー

演奏者：大正琴を楽しむ仲間たち

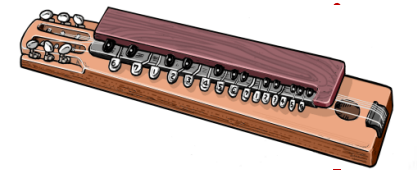
曲目：♪レミの歌 ♪美しき日本の心
 ♪手のひらを太陽に

♪アンパンマンマーチ ♪どんぐりころころなど

参加費：200 円 (コーヒーとプチマドレーヌ 付)

どなたでも自由に参加できます。お待ちしております!

主催 “桑の実” 実行委員会



カルシウムアップ料理教室

楽しく料理をしながら、いつまでも健康でいきいきとした生活を送るためのコツを、一緒に学びませんか? 皆様お誘いあわせの上、ご参加下さい。お申し込みをお待ちしています。

日時：2 月 26 日 (金) 午前 10 時 ~ 午後 1 時

場所：保々地区市民センター 2 階 料理室

内容：☆キャベツとツナのカレークリームスープ ☆しいたけのシューマイ
 ☆千切り野菜のごまサラダ ☆いちごのケーキ

定員：12 人

対象者：保々地区在住の方

材料費：600 円 (当日集めさせていただきます)

持ち物：エプロン、三角巾 (スカーフ・てぬぐい)、ふきん、台ふき

講師：保々ヘルスメイト (地域で活動している食のボランティアの方)

申込先：保々地区市民センター ☎339-0001

申し込み締切り
2月19日(金)



保々地区 新自治会長の紹介

1月より次の方が自治会長になりました。保々地区発展のために、いろいろお世話になります。よろしくお願ひいたします。

◇デント-高見台 **水谷 吉和さん**

《勇退されました自治会長》

保々地区のためにご尽力いただき、ありがとうございました。今後ともお力添えいただきますようお願いいたします。

◇デント-高見台 **山崎 裕一さん**

「大樹寺のシイノキ」

四日市市史 第1巻(自然編)の中の「四日市市 巨木・名木調査一覧」に四日市市に生育する45種類248本が記載されています。その中で3種5本の木が保々に生育しています。

その内の1本が市場町の大樹寺に生育する幹周5m、樹高18mのシイノキです。樹齢300年とも言われます。

シイノキは、果実は食用、材は建築・器具、樹皮は染料、椎茸栽培の柵木等として古くから人間との関わりの深い有用な木です。

保々の田んぼで刈り取った藁を使って、皆で作ったしめ縄を、昨年12月26日、今なお凛として佇むこのシイノキに飾り付けしました。保々の宝の一つとして育て、見守り、語り継ぎたいと思います。

保々地区式千年会・保々の自然に親しむ会



2月のあそぶ会 保々幼稚園 ☎339-0168

3(水)・5(金)・12(金)・17(水)・26(金) 10:00~11:30

- ☆ 3日(水)は、身体測定をしていただけます。
- ☆ 5日(金)は、絵本の読みきかせがあります。
- ☆ 17日(水)は、2月生まれのお誕生会をします。
- ☆ 18日(木)・25日(木)は、「来入園児の日」として遊ぶ会をしますので、4月から入園を予定しているお子さんは、是非お出かけ下さいね。(強制ではありません)



2月のあそぼう会 保々保育園 ☎339-0919

4・18・25日 木曜日 10:00~12:00

- ☆ 18日は、「にこにこミュージックボックス」があります。親子で歌って踊って楽しんで下さい。誘いあって来て下さいね。
- ☆ 25日は、看護師さんに身体測定をしていただきます。



～表彰おめでとうございます～

平成28年1月10日(日)に四日市市消防出初式が四日市ドームで開催され、保々地区からは、下記の方が表彰を受けられました。

【三重県消防協会表彰(精勤章)】 勤続年数15年以上の者

保々分団 部長 **出口 照美さん**・団員 **市川 好さん**

【はしご登り】
山野裕紀さん



【三重県消防協会表彰(表彰徽章)】 勤続年数5年以上の者

昼間災害対応班 団員 **伊藤 弘章さん**

【四日市市長感謝状(消防団退職者感謝状)】

勤続3年以上の者で消防団を退職した者

元保々分団 分団長 **山川 政夫さん**・部長 **市川 秋人さん**

班長 **山川 信隆さん**・団長 **森下 正茂さん**

第71回すくすく子育てサロンの様子

1月12日(火)に開催されました“すくすく子育てサロン”は、保育園・幼稚園の園児さん達も参加で、まんまる座のみなさんに『新春の笛・太鼓・獅子舞い・安来節・うた』などなど披露していただき、皆さんに楽しんでいただき、その後は民生委員さん手作りのぜんざいを食べながら保健師さんを囲んで、お話をしていただきました。

次回のすくすく子育てサロンは、3月8日(火)です。詳細は、センターだより2月上旬号と同時回覧の『第72回すくすく子育てサロン』をご覧ください。



前回好評につき第2弾

育児と仕事を両立させるためのお仕事探しセミナー ～応募書類の作り方、パートで働くには?～

日時 平成28年2月17日(水) 10:00~12:00 (受付9時45分~)

会場 本町プラザ2階 第1会議室

内容 ・求人情報の検索方法やポイントの説明、応募書類(履歴書)の作成方法についての説明
・よく聞かれる面接質問についてグループ討議
・パートタイム労働法、育児休業等について雇用均等室担当からのお話

対象 子育て中の方や、ひとり親家庭の母等で早期再就職を考えている方

定員 30人(先着順) 料金 無料

託児 あり・・・無料ですが要事前予約(6カ月~未就学児・先着順5名まで)

申込方法 ハローワーク四日市、マザーズコーナー四日市の窓口に直接お申込みいただくか
電話またはFAXでお申込みください。締切：2/5(金)必着

お問合せ ハローワーク四日市 TEL：059-353-5567・FAX：059-353-7744

マザーズコーナー四日市 TEL：059-359-1710・FAX：059-355-6736

主催 ハローワーク四日市、マザーズコーナー四日市

共催 四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」



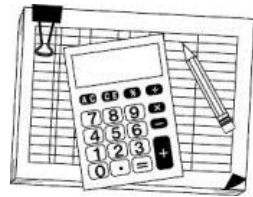
市県民税、所得税の申告が始まります

今年も市県民税、所得税の申告時期となりました。必要書類などの準備はお済みでしょうか。申告書はご自身で記入し、提出してください。市県民税の申告期限、所得税の申告・納付期限は3月15日(火)です。

市県民税の申告書(オレンジ色の封筒)の人は市役所または地区市民センターなどへ

市県民税の申告会場と日時

- 人権プラザ小牧 (ホール)
2月17日(水) 9:00~14:30
- 保々地区市民センター (2階 会議室)
2月18日(木) 9:00~14:30
- 市役所 (2階 市民税課) 土・日曜日は除きます
3月8日(火)~15日(火) 9:00~16:00
※市役所へお越しの際は公共交通機関で!



申告書は郵送などで提出できます

申告書は「市民税・県民税の手引き」を参考に正確に記入してください。作成した申告書は、郵送か地区市民センター経由で提出することができます。提出の際は必要書類(裏面参照)を必ず添付してください。なお、添付いただいた必要書類の返送をご希望される人は、返信用封筒を同封してください。

以下の方の確定申告につきましては市の申告会場では受付できませんので、じばさん三重で行われる税務署の申告会場をご利用ください。

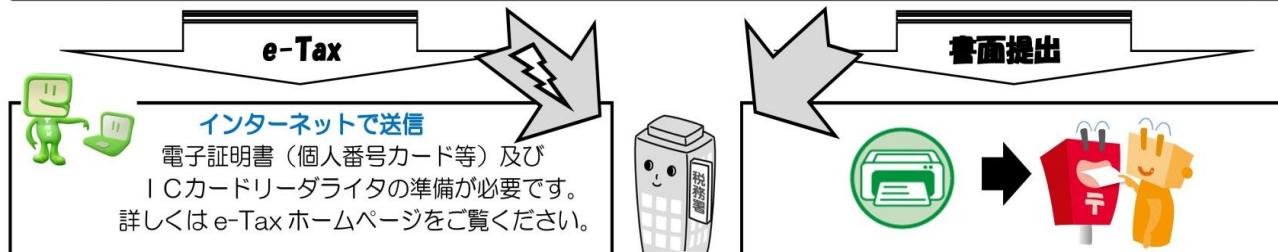
受付できない確定申告

- ・ 営業、農業、不動産所得がある方で収支内訳書ができていない方
- ・ 土地や株を売った方
- ・ 住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)を受けられる方
- ・ 青色申告、損失申告をする方
- ・ 訂正申告で控えをお持ちでない方

四日市税務署からのお知らせ

確定申告書の作成は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください!

「作成コーナー」で 検索 クリック



ご自宅で確定申告書等の作成が困難、作成方法がわからない人

確定申告会場は『じばさん三重』6階(四日市市安島1-3-18)です
【開設期間】
平成28年2月16日(火)~3月15日(火) 9:00~17:00(土・日除く)
16時までにお越しください(混雑の状況により受付を早めに終了する場合があります)
※この期間は四日市税務署内には確定申告会場を設けません
※じばさん三重へのお問い合わせは、ご連絡ください



【詳しくは、『広報よっかいち1月下旬でお知らせしています。】

保々地区人権まちづくり講座 第2弾



あつまるうつながろう

保々の町

日時 **2月11日(木) 10時~**(開場9時30分)

場所 **保々ふれあい会館(市場町3117)**

<プログラム>

- ☀️ **いっしょにうたおう♪** 保々保育園・保々幼稚園の5歳児
- ☀️ **手話ソング♪** 朝明高等学校 ふくし科
- ☀️ **人権標語・メッセージ**
最優秀作品の発表 保々地区人権まちづくり推進委員会
- ☀️ **「ひまわりプロジェクト」の発表** 保々中学校人権福祉委員会
- ☀️ **人権学習の発表** 保々小学校6年生

☆☆☆ **ロビー** ☆☆☆ (9時30分~)

展示

- ・ 保々保育園幼稚園の活動写真の展示
- ・ 朝明高校の活動パネルの展示
- ・ 保々地区ゆめづくり協議会の人権フォトの展示
- ・ 人権標語・メッセージ入選者のパネル展示

販売(9時半~販売物品が売り切れまで)

- ・ **社会福祉法人四日市福祉会ベーカリーショップフルーミング 焼きたてパン**

主催: 保々地区人権まちづくり推進委員会(☎339-3130)

共催: 保々地区ゆめづくり協議会(☎339-0909)

※駐車場には限りがあるので、できるだけ乗りあわせをお願いします。