



☆保々地区団体事務局からのお知らせ☆

しばらくの間、業務時間を下記のように変更させていただきます。
ご不便をおかけしますが、ご了承の程よろしくお願いいたします。

月・水・金 10:00~17:00

火 10:00~15:00

木 13:00~17:00

12時~13時頃は、昼休みのため
不在です。

【問合せ先】保々地区団体事務局（センター2階左側、事務所） ☎339-3130

初めての

『社交ダンス教室』が開催されました！

1月20日・27日に保々地区市民センター2階会議室にて、講師に横田先生・森先生をお迎えし、社交ダンス教室が開催されました。

約10名の方にご参加いただき、先生から基礎となるステップなど教えていただきながら、楽しく実演実習が行われました。



「社交ダンス」に興味のある方は、一度挑戦してみませんか？
初心者向けの講座です。楽しく踊りませんか！
途中からでもご参加いただけます。

【今後の予定】 2月10日・17日・24日・3月3日（いずれも金曜日）
午後2時30分～4時

【問合せ・申し込み先】保々地区市民センター ☎339-0001



市政ごいけんばん

インターネットアンケートモニター募集！



市政
ごいけんばん
公式サイト

市では、インターネットおよび電子メールを活用した市民アンケート「市政ごいけんばん」を行っています。

アンケートにお答えいただけるモニターを、随時、募集しています。モニターの皆様には、インターネットを通じてアンケートに回答していただけます。アンケートは年に3回程度行い、回答実績に応じて謝礼（図書カード）を進呈しています。

詳しくは、「市政ごいけんばん」ホームページ（<https://y-goikenban.com/>）をご覧ください。ぜひ、ご登録ください。多くの皆さんのモニター登録、お待ちしております。

【問い合わせ】四日市市役所 広報広聴課 ☎354-8244 FAX354-3974



『みんなで元気プロジェクト講演会』のご案内

イキイキとしたシニアライフを過ごすための工夫について、3回シリーズでお伝えします。

	内 容
1回目 3月3日(金) 9時30分から12時	■講演Ⅰ・実技■ 笑いで元気！いきいき☆輝きライフのススメ ＜講師＞鈴鹿医療科学大学 特任教授 橋元 慶男 さん ■講演Ⅱ■ ころもからだも健やかに♪元気を引き出す食事のヒミツ ＜講師＞とみ子お料理教室主宰 関 富子 さん
2回目 3月10日(金) 10時から12時	■講演・運動実技■ キーワードは『筋肉』！ セカンドライフを楽しむためのステキなカラダ作り ＜講師＞東海学園大学 教授 梶岡 多恵子 さん
3回目 3月17日(金) 10時から12時	■講演・実技■ みんなで笑って楽しもう！うきうき♪レクリエーション ＜講師＞日本福祉大学准教授(招聘教員) 荒深 裕規 さん

開催場所：三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ)2階 軽運動室

定 員：70人 [応募多数の場合は抽選。その場合は、全日出席予定の人を優先とします。]
結果は応募者全員にご連絡します

参加費
無 料

持 ち 物：動きやすい服装、上履き運動靴

申込方法：平成29年2月23日(木)必着で、①お名前(ふりがな)、②性別、③生年月日・年齢、④郵便番号・住所、⑤電話番号、⑥欠席予定の有無、「みんなで元気プロジェクト講演会」参加希望の旨を、はがき、電話、FAX、または直接健康づくり課まで。

【問合せ・申し込み先】 四日市市 健康づくり課 担当：鎌田
電話 (059) 354-8291 FAX (059) 353-6385
住所 〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号



特別企画展 「昭和のくらし 昭和のこども」記念講演

写真で語る四日市の昭和と今

懐かしい昭和の四日市を写真や映像と共に振り返ってみませんか。
「伊勢湾台風」や「近鉄百貨店屋上遊園地」などの貴重な映像もご覧いただけます。

日 時：2月19日(日) 13:30~15:30

場 所：博物館1階講座室

参加費：無料

定 員：70人(当日先着順)

お 話：門脇 篤 氏(四日市ビデオクラブ会長)

(当初1月15日の予定でしたが、大雪のため延期しました)



社協からのお知らせ

亡 西脇 善臣 様
西脇 征志 様(西村)

【香典返しに代えてのご寄付】
地域社会福祉基金にご寄付
いただき、ありがとうございます。

納期のお知らせ

固定資産税・都市計画税
第4期分の納付期限は

2月28日(火)です。

お忘れなく、お早めに納めて下さい。
納税は便利で安心な口座振替でどうぞ！

