




保々地区市民センター サークル紹介

	午前	午後	夜間
月曜日	<p>◎保々リズム体操クラブ 第1・2・3週 《10:00~12:00》</p> <p>家にこもりがちで、運動不足を気にしながらも、なかなか一歩が踏み出せないアナタ…。楽しい仲間が待っています！体力作りと仲間作りを一緒に始めませんか!?</p> <p>三重県健康体操連絡協議会から講師をお招きし、「認知症予防」「腰痛・ひざ痛のリハビリ」「転倒予防」「ゆがんだ骨盤の位置を修正」「脳トレ」などに効果のある、基本的なストレッチ・緩やかな筋トレ・ダンスやゲームなど一緒に楽しく体を動かしませんか!?!保々教室への見学はいつでも大歓迎!! 見学・体験・参加を希望される方は、直接お越し下さい。</p> <p>【詳細の問い合わせ先】 代表者 相馬 ☎339-0717</p>		
火曜日			
水曜日	<p>◎ヨーガ同好会 毎週《10:00~11:00》</p>		
木曜日	<p>◎保々書道クラブ 第1・3週 《9:00~12:00》</p> <p>かな、楷書、行書… 月2回みんなで楽しく練習しています。 あなたも、自分の作品を作ってみませんか?</p> 	<p>◎三重吟道会保々支部 (詩吟)</p> <p>毎週 《14:00~16:00》</p> <p>詩吟の練習 演歌・歌謡のカラオケとコラボもやっています。 興味のある方、連絡ください。</p> <p>【詳細の問い合わせ先】 増田 ☎339-0810 会費:1か月 1,000円</p>	
金曜日			<p>◎ヨーガサークル 月3回程度 《19:00~20:30》</p> <p>ヨガは更年期障害や自律神経のバランスを整えるのに効果的と言われています。ゆっくりと自分のペースでできます。サークルにはさまざまな年齢の方が参加しています。気軽にご参加ください。</p> <p>料 金:1か月 3,000円 持ち物:ヨガマット(なければバスタオル)、フェイスタオル 8月は 4日、11日、25日に開催。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">申込不要</div>

保々地区学童保育所 夏休みパート・アルバイト募集

勤務場所：保々小学校（北校舎 1 階）

年 齢：18 歳以上

時 給：パート 1, 200 円、学生・アルバイト 1, 100 円

勤務時間：平日 7:30~18:30

1日3時間～、週2日～勤務OK！（シフト制勤務、土日祝休み）

7:30からお昼ぐらいまででもOK！

勤務期間：7月末～8月末

夏休みの小学生のお世話をして頂く仕事です。未経験者大歓迎です！
少しでも気になったら連絡お待ちしております！！



←QRコードからも応募できます



【お問合せ】 保々学童保育所 TEL：080-9336-1371

消費生活出前講座をご利用ください！

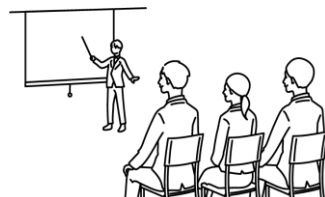
悪質商法の被害を未然に防止するため、10人以上のグループ（自治会・婦人会・老人会・学校など各種団体）に対して、悪質商法の手口や対処方法を紹介する講座を開催しています。なお、会場及び会場設備は申込者でご準備ください。

（1）出前講座

- 講師 消費生活専門相談員
- 開催日時 1時間から2時間程度で、原則、平日の昼間

（2）ワンポイント講座

- 講師 市職員（消費生活担当）
- 開催日時 15分程度で、平日、土日祝日の昼間、夜間



申込方法など詳細はこちら
（費用は無料）



【お問合せ】 市民・消費生活相談室
TEL：354-8147

社協からのお知らせ

【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。

亡 八嶋 ミツヲ様

八嶋 義秀様

（小牧町北）

亡 栗田 守様

栗田 健様

（中野町山条）

8月の
自動車文庫は
お休みです



あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

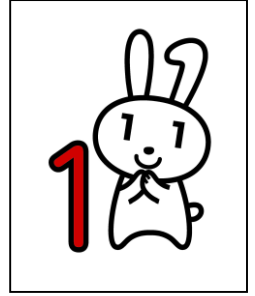
マイナンバーカードを作りたいけど、申請の仕方がわからない方のために、令和5年度は、地区市民センターや皆様により身近な商業施設などに会場を拡げて、出張によるマイナンバーカードの申請サポートを実施しています！

サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント！

予約不要ですので、この機会にぜひ出張申請サポートをご利用ください！

サポート内容

- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
- ・インターネットでの申請のお手伝い
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け
- ・交付申請書送付用封筒（切手不要）のお渡し
- ・マイナンバーカードに関する相談・案内など



《マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表》

8 月	場 所	受付時間
3日(木)、4日(金)	スーパーサンシ大矢知店	10:00~18:00
5日(土)	富田地区市民センター	9:00~17:00
6日(日)	羽津地区市民センター	
10日(木)、11日(金・祝)	楠福社会館	10:00~18:00
12日(土)、13日(日)	アピタ四日市店【2階休憩スペース(西側エスカレーター付近)】	
17日(木)、18日(金)	日永カヨー【1階中央広場】	
19日(土)	橋北地区市民センター	9:00~17:00
20日(日)	富洲原地区市民センター	
24日(木)、25日(金)	マックスバリュ山城店	10:00~18:00
26日(土)	河原田地区市民センター	9:00~17:00
27日(日)	川島地区市民センター	
31日(木)	ヤマナカ四日市富田フランテ館【フレスポ四日市富田内】	10:00~18:00

9 月	場 所	受付時間
1日(金)	ヤマナカ四日市富田フランテ館【フレスポ四日市富田内】	10:00~18:00
2日(土)	楠地区市民センター	9:00~17:00
3日(日)	海蔵地区市民センター	
7日(木)、8日(金)	JAファーマーズ四日市【ファムタウン四日市上海老内】	10:00~18:00
9日(土)	四郷区市民センター	9:00~17:00
10日(日)	桜地区市民センター	
14日(木)、15日(金)	楠福社会館	10:00~18:00
16日(土)、17日(日)	イオンタウン四日市泊【1階中央イベント広場】	
21日(木)、22日(金)	スーパーサンシいくわ店	
23日(土・祝)	八郷地区市民センター	9:00~17:00
24日(日)	塩浜地区市民センター	
28日(木)、29日(金)	スーパー一号館桜店	10:00~18:00
30日(土)	下野地区市民センター	9:00~17:00

【お問合せ】 四日市市マイナンバーカードサービスセンター
TEL: 340-8371

マイナポイントの申請や、マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込、公金受取口座の登録の手続きを支援します

マイナンバーカードをお持ちの方で、以下の手続きができるスマートフォンやパソコンをお持ちでない人、もしくは手続きの方法がわからない人などを対象に、それぞれの手続きを支援いたします。

- ・マイナポイントの申請
- ・マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込
- ・公金受取口座の登録

■場 所 保々地区市民センター

■日 時 8月7日（月）、9月5日（火）

時 間 9：00～11：30

※先着順で受付をさせていただきます。

多数の人にお越しいただいた場合、受付を早めに終了する場合があります。

＜マイナポイントの申請＞ 令和5年2月末までにカード申込をされた方のみ

■手続きに必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーカード取得時に設定した数字4桁の暗証番号
- ・ご希望のキャッシュレスサービスのカード等
- ・（公金受取口座の登録を希望される場合）
通帳など口座情報がわかるもの（銀行名、支店名、口座番号）
- ・（お持ちの方は）スマートフォン

■マイナポイントは、ご希望のキャッシュレス決済サービスのポイントとして受取っていただくものです。（電子マネー・クレジットカード・プリペイドカード・○○PAYなど）
事前にご希望のサービスを決めてからお越しください。

当日までの事前準備などのご相談（オンライン申請サポート窓口）

0120—156—888（平日8：30～17：15）

＜マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込・公金受取口座登録＞

■手続きに必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーカード取得時に設定した数字4桁の暗証番号
- ・（公金受取口座の登録を希望される場合）
通帳など口座情報がわかるもの（銀行名、支店名、口座番号）
- ・（お持ちの方は）スマートフォン



参加無料

女性のためのカウンセリング講座 ～わたしを大切に、人とよりよくつながるために～

人間関係に悩み、日々生きづらさを感じていませんか。
よりよく人とつながるために、カウンセリングの基本を学び、
“人との関係”と“こころ”を楽にしましょう。

日時：9月 7日(木) 10:00～15:00

第1回 女性の悩みとフェミニストカウンセリング

第2回 なぜ生きづらいのか

9月14日(木) 10:00～15:00

第3回 カウンセリングの技法

①自分自身をカウンセリングする(マイナス思考をプラス思考へ)

第4回 カウンセリングの技法

②身近な人とわかりあうために

場所：本町プラザ 5階 第3会議室

対象：全回参加できる市内在住・通勤・通学の女性

講師：認定フェミニストカウンセラー 加藤 伊都子さん

定員：10人程度(応募者多数の場合は抽選。結果は全員へ通知)

託児：無料、定員3人程度(6か月から未就学児まで)

申込み：8月22日(火)【必着】までに、講座名、住所、名前、年齢、電話番号、メールアドレス、
応募動機(ひとつ)、託児の有無(託児希望の場合は、子どもの名前と年齢)を、
電話かFAX、Eメール、または直接「はもりあ四日市」へ
または、下記の申込みフォームから応募してください



申込フォーム

【お問合せ】 四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」
四日市市本町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



戦没者を追悼し平和を祈念する日 8月15日に黙とうを



毎年8月15日は、「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。市民・事業者の
皆さんも当日正午から1分間の黙とうをお願いします。黙とうの時間にあわせて、
市内の寺院では鐘が鳴らされることがあります。

この機会に、今一度戦争の悲惨さ、平和と命の尊さについて考えてみましょう。

【お問合せ】 福祉総務課
TEL：354-8109 FAX：359-0288



四日市市こども子育て交流プラザへ 遊びに行こう！！

四日市市
こども子育て
交流プラザ

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「すくすくタイム」や「赤ちゃん広場」も実施しています。
広い多目的ホール、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！！

【開館時間】

<第1部> 9:00～12:30 <第2部> 14:00～19:00

※小学生以下は17:30まで、中高生は19:00まで利用可能です。

各部の間に消毒を行います。その間、施設の利用はできません。



【主なイベント日時・内容】 料金：無料

8月 7日 (月)	10:30～ 11:00	ふわふわおばけをつくろう ビニール袋でおばけをつくります。	対象/未就学児（保護者同伴） 定員/当日先着20組 （受付10:00～）
8月 8日 (火)	9:30～ 11:00	赤ちゃん広場 体重測定や助産師に発育相談ができます。	対象/0歳～18か月、 出産予定の人 定員/当日先着10組 （受付9:00～10:30） 持ち物/母子手帳、バスタオル
8月19日 (土)	10:00～ 11:15	よかパパひろば 今回は、親と子のウェルネスリトミックを行います。おしゃべりタイムでは、パパ同士交流しましょう。	対象/どなたでも 定員/おおむね15組※先着順 （受付9:00～） 講師/トモエ親子リトミック教室 代表 匹田尚子氏
8月27日 (日)	① 9:00～ 12:30 ② 14:00～ 17:00	なつまつり お化け屋敷や縁日を楽しもう。 ※一部のブースには、定員があります。 ※行事のため、クッキングルームは 使用できません。	対象/18歳までのこども （未就学児は保護者同伴） 持ち物/景品を入れる袋

※行事内容等を変更する場合があります。開館状況、イベント実施状況など詳しくは、ホームページをご覧ください。

【お問合せ】 TEL: 330-5020 FAX: 334-0606
H P: <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>
所在地: 四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階



新・増築の家屋調査にご協力ください

令和5年1月2日以降に、家屋を新築または増築した人には、市役所資産税課から家屋調査の手紙をお送りします。この調査は、来年度の固定資産税・都市計画税の課税の基礎となるものです。手紙が届きましたら調査にご協力をお願いします。

また、相続・売買・贈与などにより未登記の家屋の名義変更をした場合は、「家屋補充課税台帳登録者の変更届」の提出が必要です。家屋を取り壊したときもご連絡をお願いします。



【お問合せ】 資産税課 家屋係
TEL：354-8135
FAX：354-8309

学ぼう！体験しよう！くるべで防災・減災

開催日：9月2日（土）（雨天中止）

場 所：くるべ古代歴史館（大矢知町2323-1）

内 容：古代の地震を学び、体験を交えて防災意識を
高めます。地震体験車もやってきます。



久留倍官衙遺跡公園HP

※詳しくは「広報よっかいち7月下旬号」
または久留倍官衙遺跡公園のHPを
ご覧ください。

【お問合せ】 くるべ古代歴史館
TEL：365-2277

