



## イキイキ教室

日時：3月13日（水） 10:00～11:30

場所：保々地区市民センター 2階 会議室

対象：おおむね65歳以上の市民の方

内容：介護予防の運動・レクリエーション  
～ストレッチ・筋トレ・脳トレなど～

持ち物：タオル・飲み物・（マスク）

※動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください。

\*体調の悪い方は参加をお控えください。

\*参加される方は、手指消毒、検温にご協力ください。

\*天候・災害などにより警報が発令された場合には、中止または日程を変更することがありますので、ご了承ください。



【お問合せ】 高齢福祉課 TEL：354-8170

## あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

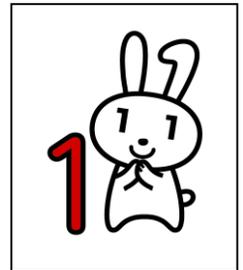
マイナンバーカードを作りたいけど、申請の仕方がわからない方のために、地区市民センターや皆様により身近な商業施設などで、出張によるマイナンバーカードの申請サポートを実施しています！

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（無料）
- ・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 3月分》

日	場 所	受付時間
1日（金）	日永カヨー【1階中央広場】	10:00～18:00
2日（土）、3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）】	
7日（木）、8日（金）	スーパーサンシいくわ店	
9日（土）	県地区市民センター	9:00～17:00
10日（日）	小山田地区市民センター	
14日（木）、15日（金）	Aコープくす店	10:00～18:00
16日（土）	下野地区市民センター	
17日（日）	桜地区市民センター	
21日（木）、22日（金）	J A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
23日（土）	水沢地区市民センター	
24日（日）	保々地区市民センター	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

## ニードルフエルト教室を開催しました

2月9日（金）保々地区市民センターで「ニードルフエルト教室」を開催し、6名の方にご参加いただきました。

クラフトハートーカイ四日市店スタッフの指導により参加者はふわふわのフェルトを丸め、糸は一切使わずに専用の針で根気よく刺して、胴体や羽などのパーツを作っていました。小さなくちばしや背中模様づくりなど難しいところもありましたが、みなさん2時間ほどで今人気の愛らしい「シマエナガ」を完成させました。



## 野鳥観察会が開催されました

2月11日（日・祝）北勢中央公園で「保々の自然に親しむ会」主催の野鳥観察会が開催されました。

当日は天候にも恵まれ、参加者50名は日本野鳥の会の方の説明を聞きながら、双眼鏡で木々の中を飛ぶ「ツグミ」「ジョウビタキ」「モズ」や池のほとりで休む「カワセミ」「マガモ」「カルガモ」など多くの野鳥の姿を確認し、バードウォッチングを楽しみました。

「保々の自然に親しむ会」のみなさま、事前の準備や温かい飲み物の提供など、ありがとうございました。



## フクロウ巣箱プロジェクト説明会が開催されました

2月11日（日・祝）保々地区市民センターでフクロウ巣箱プロジェクト説明会が開催され、20名の方にご参加いただきました。

初めに北勢中央公園の職員による説明を受け、フクロウの生態と日本での生息状況、三重県では準絶滅危惧種に認定されていることを教えていただきました。また、桑名高校生物部（MIRA I 研究所）のみなさんが行っている、フクロウの保護活動について報告がありました。保々地区内でも、毎年のようにフクロウが営巣・繁殖しており、当日は、フクロウのひなの鳴き声を録音したものを聞かせていただきました。

今後は、巣箱の設置や観察などの活動を実施予定で、くわしい内容が決まりましたら、センターだよりなどでお知らせいたします。その際には、ぜひご参加ください。



## 保々地区 人権まちづくり講座 第2弾 が開催されました

2月12日（月・祝）保々小学校体育館で「人権まちづくり講座第2弾」が開催され、330名の方にご参加いただきました。

朝明高校ふくし科の手話うた、保々こども園5歳児の歌、保々中学校生徒による「みんなで考えよう」、保々小学校6年生による総合学習の発表、小牧町西青年会による活動報告など人権についてみんなで考え、ほっこりしたひと時を過ごすことができました。

ご来場いただいた皆様、朝早くから準備いただいた関係者のみなさま、ありがとうございました。





# 保々こども園子育て支援センターのご案内



## 利用案内

- 月曜日～金曜日 9:30～12:00 12:30～14:30
- ❖予約はいりません。(無料)
- ❖お子さんの体調にあわせてご都合の良い時間にお越しください。

## 〈3月の行事予定〉

- ・4日(月) パネルシアター 11:00～11:15
- ・7日(木) 絵本の読み聞かせ(図書ボランティア) 10:45～11:00
- ・身体測定(身長・体重)いつでもどうぞ。担当者に声をかけてください。

- \*21日(木)は、こども園卒園式のためお休みさせていただきます。
- \*今年度の子育て支援センターは3月27日(水)が最終日です。
- \*お休み期間 3月28日(木)～4月4日(木)



四日市市西村町2725-1 TEL:339-0919

## 《四日市市消防本部からのお知らせ》

# 春の火災予防運動を実施します

## 3月1日～3月7日

### 火を消して 不安を消して つなぐ未来

3月1日～3月7日までの7日間にわたり全国一斉に実施される春の火災予防運動に伴い、火災を未然に防止するため本市においても同運動を行います。

令和5年中の四日市市、朝日町、川越町で発生した火災は84件です。このうち建物火災が36件で、主な出火原因は、たばこ、放火(放火の疑いを含む)、たき火になります。大切な命や財産を守るために以下の10のポイントを実施していきましょう!

## ●住宅防火 いのちを守る 10のポイント

### 《4つの習慣》

- ①寝たばこは絶対にしない、させない。
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ③こんろを使うときは火のそばを離れない。
- ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。



### 《6つの対策》

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。
- ④火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

※住宅用火災警報器についての点検方法は四日市市消防本部のホームページでご確認ください。

四日市市消防本部公式ホームページ

<https://www.city.yokkaichi.mie.jp/syoubou/index.php>



「第7回婚活イベント」のお知らせ

～婚活初心者大歓迎！じっくり1対1トーク婚活～

日時：	日	時	間
3月17日 (日)	第1部	9:30～11:30	
	第2部	12:30～14:30	
	第3部	15:30～17:30	



場所：ラ セーヌ マリアージュ四日市（四日市市伊倉一丁目）  
対象：市内に在住、または在勤するイベント当日に20～39歳の独身男女

対 象 年 齢	
第1部	33～39歳
第2部	28～35歳
第3部	20～30歳

内容：じっくり1対1トークで価値観をマッチング。フリードリンクとスイーツで素敵な時間を楽しんでいただきます。

定員：各部20人（男女各10人） ※応募多数の場合は抽選

参加費：1,500円

服装：男性はジャケット着用、女性はスマートカジュアル

その他：参加者を対象にした事前ガイダンス（3月14日（木）19:00）あり

申込み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページの応募フォームから  
<申込期間>3月7日（木） 17:00まで

四日市マリッジサポート事務局

（四日市市安島一丁目 トナリエ四日市4階（株）デルタスタジオ内）

TEL：355-1320 FAX：355-1321

専用ホームページ [https:// yokkaichi-marriagesupport.jp](https://yokkaichi-marriagesupport.jp)



【お問合せ】 こども未来課 TEL：354-8038

市民センター図書室に新しい本が入りました！

一般書

- ・東京同情塔 九段 理江・・・芥川賞受賞作
- ・ともぐい 河崎 秋子・・・直木賞受賞作
- ・八月の御所グラウンド 万城目 学・・・直木賞受賞作
- ・ファラオの密室 白川 尚史・・・このミステリーがすごい！大賞受賞作
- ・おうち避難のためのマンガ防災図鑑 草野 かおる
- ・今日から始める家庭の防災計画 高荷 智也

児童書

- ・大ピンチずかん2 鈴木 のりたけ

図書の貸し出しについて

- ※本は一人3冊まで借りられます。
- ※貸出期間は2週間です。
- ※本を借りられるときは、貸出票を必ずご記入ください。

3月4日（月）より  
貸し出しを  
開始します!!

3月の  
自動車文庫

7日（木）	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
19日（火）	中野町稲場池	14:30～15:00



# 令和5年度 多文化共生講演会 開催のお知らせ

日本に滞在する外国人は近年増加の一途をたどり、本市に暮らす外国人市民も同様に、2023年12月現在で約12,000人と過去最高を更新しました。

今回の講演会は移民・難民を中心に、国際関係の研究を続けている東京大学特任助教をお迎えし、今後の多文化共生について考える機会となるよう、これまでの研究や自身の体験を交えてお話しいたします。

テーマ：これからの日本のカタチ —多文化共生のその先へ—

講師：土田千愛<sup>ちあき</sup>／東京大学地域未来社会連携研究機構三重サテライト特任助教

開催日時：3月19日（火） 18：30～20：30 （質疑応答を含む）

場所：四日市市総合会館 8階 視聴覚室

参加費：無料

申込み：3月15日（金）までに電話、ファクス、メール、または

下記URLの応募フォームからお申込みください。

<https://logoform.jp/form/7p72/474929>



【お問合せ】 市民生活課 多文化共生推進室

TEL：354-8114

FAX：354-8316

メール：kyouseisuishin@city.yokkaichi.mie.jp

## 四日市市子ども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！



【主なイベント日時・内容】

3月 3日 （日）	10：00～ 11：15	<b>よかパパひろば</b> 今回は、お楽しみ会をします。パパートークでは保護者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・受付当日9：00～）
3月17日 （日）	10：00～ 11：30	<b>手形カードをつくろう</b> 家族で手の大きさくらべをしよう。お子さんの成長記録にもなります。（1家族1枚）	対象/どなたでも 定員/当日先着15組 （受付9：00～）
3月23日 （土）	10：30～ 11：00	<b>えほんのひろば</b> おはなしとわらべうたであそびましょう。	対象/どなたでも 定員/当日先着10組 （受付9：00～）
3月25日 （月）	14：30～ 16：00	<b>簡単！毛糸のシュシュ</b> ストローを使って、シュシュをつくろう。	対象/小学生 定員/当日先着10名 （受付14：00～）

料金 無料

※行事の内容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、電話にてお問合せください。



【お問合せ】

TEL：330-5020 FAX：334-0606

HP：<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