

センターだより しもの

下野地区市民センター
 電話 337-0001、FAX 336-2006
 下野地区まちづくり委員会事務局
 電話・FAX 338-0600(センター2階)
 「Hi! しもの」(ホームページアドレス)
<http://shimono-yk.com>

平成31年4月20日 第2号

平成31年度 自治会長のご紹介

平成31年度の連合自治会役員と各町自治会長が、次の通り決まりました。
 下野地区のまちづくりのため、お世話になります。

連合自治会役員 (敬称略)

○会長 野呂 秀 ○副会長 齋藤 孝治
 ○書記 藤井 康義 ○会計 藤谷 克彦

自治会名	自治会長	自治会名	自治会長
朝明町	野呂 嘉	あさけが丘一丁目	藤井 康義
山城町	野呂 秀	あさけが丘二丁目	新貝 峰緒
札場町	藤谷 克彦	あさけが丘三丁目	齋藤 孝治
北山町	下田 修	八千代台一丁目	市川 則文
西大鐘町	小林 良則	八千代台二丁目	芳 富美帆
大鐘町	小崎 勝治	八千代台三丁目	藤谷 健二

なお、このたび次の方が退任されました。
 下野地区のためにご尽力いただき、ありがとうございました。



- 北村 保 (北山町)
- 横谷 茂 (あさけが丘二丁目)
- 森 正幸 (西大鐘町)
- 野呂 親信 (あさけが丘三丁目)
- 小崎 芳宏 (大鐘町)
- 佐野 隆蔵 (八千代台一丁目)
- 糸内 武 (あさけが丘一丁目)
- 丹羽 陽子 (八千代台三丁目)

回覧									
回覧									



やってみよう! みどりのカーテン

強い日差しをさえぎって、暑い夏を快適に過ごしましょう

- ◎ 日時 5月22日(水) 10:00~11:00
- ◎ 場所 下野地区市民センター 2階 ホール
- ◎ 内容 省エネ講座、グリーンカーテンの説明
- ◎ 講師 三重県地球温暖化防止活動推進員
- ◎ 定員 20人 *定員になり次第締め切ります
- ◎ 参加費 無料
- ◎ 問い合わせ・申し込み先
下野地区市民センター 電話 337-0001

ひとり ゴーヤ2苗
配布します



里山整備のボランティア活動にご協力をお願いします

あさけが丘二丁目北側の「鶯谷(うぐいだに)竹のひろ場」では、作業のボランティアをお願いしています。作業のできる服装・靴でご参加ください。なお、雨・荒天時の場合、作業は中止します。

また、作業中、近隣の皆様には騒音等でご迷惑をおかけしますが、十分配慮して進めていきますので、ご理解・ご協力をお願いします。

里山整備委員会

月 日	時 間	作業内容
5月19日(日)	9:00~12:00	里山地域、散策路の整備など
5月23日(木)	9:00~12:00	里山地域、散策路の整備など

5月の交流サロン「集まろまいか」のご案内

5月の「下野生き域! 集まろまいか」は、次のとおり開催されます。お気軽にお寄りください。また、会員を募集しています。

◎ 問い合わせ先 NPO 法人 下野・生き域ネット 電話・FAX: 336-2051

月 日	時 間	開催場所
5月10日(金) 5月は第2です	10:00~13:30	あさけが丘中央集会所
5月21日(火)	10:00~13:30	八千代台中央集会所
5月28日(火)	10:00~13:30	山城町公民館

四日市市消防団下野分団 新入分団員のご紹介

- 稲森 健太 さん(朝明町) ○ 水谷 勇樹 さん(山城町)
- 鈴木 了 さん(あさけが丘二丁目) ○ 西村 英之 さん(北山町)

なお、このたび次の方々が退団されました。

下野地区のためにご尽力いただき、ありがとうございました。

- 市川 増生 さん(朝明町)
- 中川 知尚 さん(山城町)
- 伊藤 智裕 さん(西大鐘町)
- 林田 俣太 さん(山城町)
- 下田 順也 さん(北山町)



「イキイキ教室」を開催します

申込み不要
参加費無料

健康づくりボランティアのヘルスリーダーと一緒に、
運動とレクリエーションで 楽しく！ 笑って！ 介護予防を目指しましょう！



- ☆ 日 時 5月13日(月) 13:30~15:00
- ☆ 場 所 下野地区市民センター 2階 ホール
- ☆ 対 象 おおむね65歳以上の市民の方
- ☆ 持ち物 タオル、水分補給のための飲み物
*動きやすい服装でおこしてください
- ☆ 問い合わせ先 健康づくり課 電話 354-8291

しもの・はつらつ健康塾！

下野の方はどなたでも参加できます

介護予防のための健康知識をみんなで学んでいきましょう

- 日 時 5月17日(金) 10:00~11:00
- 場 所 北山町公民館
- 対 象 おおむね65歳以上の方
- 内 容 理学療法士さんによる講話
*軽い体操ができる服装でお越しください
- 持ち物 タオル・水分補給のための飲み物
- 問い合わせ先 諸朋苑下野在宅介護支援センター 電話 338-3005

参加費無料・申込み不要



5月の福祉相談

- ◇相談日 5月 8日(水)
- ◇時 間 9:00~12:00
- ◇場 所 下野地区市民センター
1階 和室
- ◇相談員 坂井 恵美子
(民生委員児童委員)

5月の自動車文庫

- ◆八千代台遊園地
5月 9日(木) 10:10~10:40
- ◆下野地区市民センター
5月 9日(木) 10:50~11:20
- ◆あさけが丘二丁目
5月22日(水) 13:30~14:10

子育て福祉相談(主任児童委員)

- 日 時 毎月第1月曜日 17:00~18:00
- 場 所 下野保育園(あさけが丘2丁目)
- 日 時 毎月第3火曜日 17:00~18:00
- 場 所 下野中央保育園(朝明町)





下野幼稚園 わくわくクラブ
 下野中央保育園 子育て支援センター
 下野保育園 あそぼう会



さわやかな 5 月の風が吹き、若葉の緑が美しい季節になりました。この気候のよい時期に、お子さんと一緒に、幼稚園や保育園のあそぶ会・あそぼう会にお越しください。青空の下で、砂あそびやいろいろな遊具で楽しく遊びましょう。また、近所にお友だちがみえたら、誘って遊びにきてくださいね。祖父母の方もぜひ、お孫さんと一緒にお越しください。お待ちしております。

5月の予定



下野幼稚園 わくわくクラブ	下野中央保育園子育て支援センター 電話 337-0007 336-3321 (相談電話)			下野保育園 あそぼう会	
337-2070	0歳児	1歳児以上	お父さんとあそぼう会 【未就園児に限る】	337-0582	
10:00~11:30	9:30~14:30	9:30~14:30	9:30~11:00	9:30~11:30	
13日(月)	7日(火)	8日(水)	10日(金)	11日(土)	9日(木)
20日(月)	14日(火)	15日(水)	17日(金)	18日(土)	16日(木)
27日(月)	21日(火)	22日(水)	24日(金)	→よかパパひろば	23日(木)
	28日(火)	29日(水)	31日(金)	25日(土)	30日(木)

＜よかパパひろば＞ 日時：5月18日(土) 9:30~11:30

場所：下野中央保育園 あそぼう会の部屋

子育てマイスター（よかパパ相談員）の方々に来ていただき、お子さんと一緒に遊んだり、子育てについて話をしたりします。ご家族でも、お父さん、お母さんだけでも参加していただけます。

『朝ごはんをたべよう!』～病気になりにくい体をつくります～



乳幼児期は生活習慣を身に着ける大事な時期でもあります。

「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう。

早寝・早起きと朝ごはんは大きく関係しています。生活リズムを整えることで食欲も出てきます。朝ごはんを食べることで脳を目覚めさせ、脳の働きを活発にし、やる気や意欲もわいて、健康なからだづくりにつながります。

1日のエネルギー源となる朝ごはん。早寝・早起きを心がけ、朝ごはんを食べる習慣をつけることが、病気になりにくい体をつくります。



※あそぶ会・あそぼう会では、子育ての相談も受けています。
 どんなことでも聞いてください。一緒に考えていきましょう。

下野小学校・三重小学校 給食パートを募集(5月下旬からの勤務です)

- ◇募集職種 小学校給食調理員補助(給食パート)各学校1名
- ◇業務内容 給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など
- ◇勤務日 給食実施日(春・夏・冬休みは勤務なし)
- ◇勤務時間 下野小学校:8:45~15:30(労働時間6時間)
三重小学校:8:35~15:20(労働時間6時間)
- ◇時間給 950円(通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給)
- ◇申し込み 応募を希望される方は、教育総務課(Tel354-8236)に電話のうえ、履歴書を提出してください。書類選考のうえ、面接を実施します。
- ◇応募期間 4月22日(月)~5月10日(金)



地域マネージャーを募集します

- ◇募集人数 1人
- ◇職務内容 地区市民センターにおける地域社会づくりに関する業務
- ◇任期 令和元年7月16日から令和2年3月31日(再任用する場合あり)
- ◇勤務地 日永地区市民センター(四日市市日永西三丁目2番18号)
- ◇主な受験資格 次の要件を全て満たす人
 - ①これまでに地域活動に取り組んだ経験がある人
 - ②地域社会づくりに深い認識と理解を持ち、自ら積極的に取り組む意欲がある人
 - ③民間企業等で職務経験がある人。ただし、公務員は、正規職員を定年等で退職後、3年以上経過していること)
 - ④夜間、休日の会議、行事等への参加が可能な人
 - ⑤四日市市に在住する人
- ◇募集期間 4月22日(月)から5月20日(月)(必着)
- ◇応募方法 市民生活課、各地区市民センターにある募集要項の所定の用紙に必要な書類を添え、市役所5階市民生活課へ郵送または直接お持ちください。持参の場合は、月曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時15分までをお願いします。
- ◇問い合わせ先 市民生活課 電話 354-8146



在宅医療市民啓発活動事業を補助します

「在宅医療」を広く知っていただくために、市民企画による啓発活動(講演会・勉強会など)にかかる経費の一部を補助します。

◆対象事業

2019年7月1日(月)~2020年3月31日(火)に実施される事業(同一申請者(団体)による申請は、年度2回までとします)

◆応募資格

市民または、四日市市を活動拠点とする市民活動団体など

◆補助限度額

活動に直接必要な経費の2分の1(講師料については全額補助)ただし、補助金額には上限があります

◆募集スケジュール

5月24日(金)までに必要書類を、郵送か直接、健康福祉課(市役所3階)へご提出ください。申請の内容を審査し、補助金交付が決定した場合は、決定通知をお送りいたします。

◆応募書類

募集要項等の応募に必要な書類は、健康福祉課、各地区市民センターにあります。また、市のホームページからもダウンロードできます。

◆問い合わせ先 四日市市役所 健康福祉課 電話 354-8281



毎年5月12日は「民生委員・児童委員の日」です

本市では602人（定数）の民生委員・児童委員と主任児童委員が活動しています。民生委員は、住民の中から選ばれたボランティアで、厚生労働大臣から委嘱されています。また、児童委員は、児童福祉法によって民生委員が兼ねており、主に児童福祉問題を担当する主任児童委員がいます。

民生委員・児童委員、主任児童委員は、自らも地域住民の一員として、それぞれが担当する区域で、住民の生活の上のさまざまな相談に応じています。行政をはじめ、適切な支援やサービスへの「つなぎ役」として、さまざまな活動に取り組んでいます。福祉に関する悩みがある人は気軽にご相談ください。



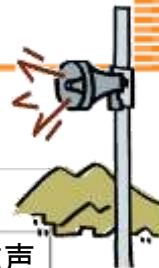
問い合わせ先 健康福祉課 電話 354-8109 Fax 359-0288

市内に設置されている防災行政無線（固定系）の放送訓練を実施します

○日時 5月15日（水）11:00ころから数分程度

○内容

放送機器	放送・吹鳴内容
防災行政無線（固定系）	<p>市内全て（※）の防災行政無線（固定系）屋外拡声子局およびCTY-FM ラジオ放送から一斉に次のように放送されます。※屋外拡声局 市内119箇所</p> <p>【放送内容】</p> <p>上りチャイム音（♪ピンポンパンポン ↑）</p> <p>「これは、Jアラートのテストです。」×3</p> <p>「こちらは、広報四日市です。」</p> <p>下りチャイム音（♪ピンポンパンポン ↓）</p>



- 音声試験放送のため、サイレンは吹鳴しません
- 059-351-4004（自動電話応答機能）に電話していただくと放送内容が確認できます。
- 2019年度は4回の試験放送を予定しています
2019年5月15日（水）・8月28日（水）・12月4日（水）
2020年2月19日（水） いずれも、11:00ころから

***地域住民の皆さんに参加していただく訓練ではありません**

問い合わせ先 危機管理室 電話 354-8119

シルバー人材センター 定期入会説明会のお知らせ

◆対象 市内に在住する原則60歳以上の人で、健康で働く意欲のある人

日	時	場 所
5月 8日(水)	13:30~	シルバー人材センター(十七軒町)
5月22日(水)	13:30~	あさけプラザ2階 第1小ホール
6月12日(水)	13:30~	シルバー人材センター(十七軒町)
6月26日(水)	13:30~	あさけプラザ2階 第1小ホール

◆持ち物 筆記用具と、当日入会される場合は、次の①~④をご持参ください。
 ①印鑑 ②年会費3,600円 ③銀行か郵便局の通帳(本人名義のもの)
 ④運転免許証、保険証など本人確認ができるもの

◆問い合わせ先 シルバー人材センター
 電話 354-3670 Fax 351-4830



こども子育て交流プラザへ 遊びに行こう!

年末年始を除き毎日開館しています

*** 5月のイベント ***

5月2日・3日(木・金) 10:30~15:00 *12:00~13:30は休憩時間	*ダンボールハウス作り *材料はなくなり次第終了 みんなでダンボールを自由に切って、つなげて「家」を作ろう! 対象:どなたでも 持ち物:軍手 *カッターは保護者同伴の場合のみ貸出します。
5月6日(月) 開場13:40~ 上映開始14:00~	*プラザ上映会 *投票期間:4/15(月)~4/30(火) 友だちや家族と一緒に大きなスクリーンで映画を楽しもう。 上映内容はプラザに来てくれた、みんなの投票で決まるよ。 対象:どなたでも
5月18日(土) 13:30~15:00	*卓球大会 トーナメント戦で卓球のチャンピオンを目指そう! 対象:小学生~中学生 持ち物:上ぐつ、動きやすい服装
5月19日(日) 13:30~15:00	*お茶の季節を楽しもう 手もみのお茶づくり体験を中心に、家族でお茶に親しみましょう。 持ち物:エプロン、三角巾、手ふき 対象:小中学生とその家族(幼児は4歳児から、保護者同伴) 定員:30名 *申込制 協力:四日市市茶業振興センター

料金:無料

*問い合わせ・申し込み先

こども子育て交流プラザ(東新町26-32 橋北交流会館4階)

電話 330-5020 Fax 334-0606 HP <http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

子育てを地域で支えあう 四日市市ファミリー・サポート・センター 新規援助会員講習会のお知らせ

ファミリー・サポート・センターは、子育てを地域で支えあう会員組織です。
あなたの力を子育て支援に活かしてみませんか？受講開始から1年以内に受講を完了すれば、援助会員として登録できます。1講座からでも受講できます。

- ◇場 所 四日市市三浜文化会館
- ◇申込方法 電話にて5月11日（土）までにお申し込みください。
- ◇テキスト代 2,050円
- ◇託 児 あり（無料）＊事前にお申し込みください。

日	時	内 容
5月18日（土）	9：30～16：00	相互援助活動の趣旨・子どもの栄養と食生活
5月25日（土）	10：00～15：30	子どもの安全と事故・救急法 子どもの世話（あそび）
6月 1日（土）	10：00～16：00	子どもの心と身体の発達・小児看護
6月 8日（土）	10：00～16：00	発達障害について～その子どもとの接し方～ 子どもの心に寄り添う
6月 9日（日）	10：00～15：00	子どもの病気 援助活動を円滑に進めるために・講習のまとめ

「依頼会員講習会と新規登録会」のお知らせ

ファミリー・サポート・センターの仕組みと趣旨について、良く理解をしていただくために、平成28年度より依頼会員向けの講習会を実施しています。

新たに依頼会員として登録される方はもちろん、すでにご利用されている方も、受講してください。講習会終了後、希望される方は依頼会員の登録手続きをいたします。

- ❖日 時 7月6日（土） 13：00～15：00
- ❖場 所 三浜文化会館（予定）
- ❖定 員 会場の都合により、30名程度といたします。
（先着順に受け付けます）
- ❖申込方法 電話にてお申し込みください。
- ❖託 児 あり（無料）＊事前にお申し込みください。



- ◆申し込み・問い合わせ先
四日市市ファミリー・サポート・センター 電話・FAX 323-0023
（NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内）