

センターだより

しもの

下野地区市民センター

電話 059-337-0001

FAX 059-336-2006

下野地区まちづくり委員会事務局(センター2階)

電話・FAX 059-338-0600

(ホームページアドレス)

令和6年5月10日 第3号

<https://simono.org>

下野地区ホームページ講習会を開催します

ホームページで、最新情報をいち早く発信することができます。地域で活動している団体のみなさん、ぜひご参加ください。

- 日 時 5月13日(月) 19:30~
- 場 所 下野地区市民センター 2階 教室
- 申込み 不要
- 問い合わせ 下野地区まちづくり委員会事務局(市民センター2階)
平日 9:00~16:00(12:00~13:00 休み)
電話・FAX 059-338-0600
ホームページアドレス <https://simono.org>



下野地区市民センター

サークル・グループ活動のご案内

見学もできます。お問い合わせは市民センター(電話:059-337-0001)まで

令和6年4月現在

サークル・グループ名	活動日	活動時間
下野囲碁クラブ	毎週月・木曜日	13:00~17:00
コーラス	火曜日(月3回)	13:30~15:00
ヨガサークル	木曜日(月4回)	10:00~12:00
トールペイント	木曜日(月2回)	13:30~15:30

回覧									

下野小5年生「田植え」体験学習

5年生では毎年米づくりに取り組んでいます。今年も、4月23日（火）に山城町の日沖さん、大鐘町の野呂さん、JAみえきたの職員の皆さんの協力のもと田植えを行いました。児童の奮闘ぶりを、お手伝いに来ていただいた保護者の皆さんがあたたかく見守っていました。「収穫できるのを楽しみにしています。」



令和6年度 下野地区市民センターで行う集団がん検診の日程 (肺がん・乳がん)

日 程	時 間	検診内容	申込み締め切り日
7月16日（火）	午前・午後	肺がん検診・乳がん検診(マンモグラフィー)	6月10日（月）

(胃がん・大腸がん・子宮頸がん)

日 程	時 間	検診内容	申込み締め切り日
7月17日（水）	午 前	胃がん検診、大腸がん検診、子宮頸がん検診	6月10日（月）
7月18日（木）	午 前	胃がん検診、大腸がん検診	

※検診を受診するためには、申込みが必要です。

※定員に達した時点で申込みを締め切りとさせていただきます。

※詳細は、

『令和6年度〔2024年度〕がん検診のお知らせ』でご案内しています。

◆問い合わせ 〒510-8601 諏訪町 1-5 健康づくり課 成人健診係
電話 059-354-8282 FAX 059-353-6385



やってみよう！ みどりのカーテン グリーンカーテン講座

ゴーヤを育てたみどりのカーテンで日差しをさけ、快適に省エネに取り組みませんか？
年々暑くなっている夏に向け、気軽に取り組める地球温暖化対策です。

◎日 時 5月23日（木）10：00～11：00

◎場 所 下野地区市民センター 2階 ホール

◎内 容 地球温暖化対策講座（20分程度）

グリーンカーテン ゴーヤ苗の育て方（20分程度）

※講座終了後にゴーヤを1人2苗お渡しします。

◎定 員 15人（先着順）

◎参加費 無料



【申込み・問い合わせ】 グリーンカーテン講座申込み窓口（受託者：アクティオ株式会社）
電話 059-354-8430 受付時間 平日 9：00～17：00
（講座開催日の2週間前からお電話で申込みいただけます）
※今年から申込み方法が変更されていますのでご注意ください。

まっちゃんの子育て無料相談

一人で抱えずに、ぜひ相談ください！気持ちが楽になりますよ。どこに相談しても？という方は、ぜひ一度話してみてください。誰にも話せないこともOKです。



登校しぶり、不登校？ 育ちの遅れ？ 障害？
子育て大丈夫？ 親子関係？ 夫婦関係？ 自分自身？



- ◆日時 5月26日(日) 13:00~17:00
- ◆場所 下野地区市民センター 1階 和室
- ◆相談員 松永高弘(まっちゃん)
〈クペリ代表、あおい幼稚園・桜あおい幼稚園園長、元中学校・高校教員〉
- ◆申込み 事前予約、5月20日(月)までに申込みください。
電話 090-9184-7088(小崎)
E-mail info@cperi.net
- ◆主催 一般社団法人子ども子育て・教育研究所(CPERI:クペリ)
- ◆後援 公益財団法人ささえあいのまち創造基金
〈ささえあい基金の寄付で運用しています〉



クペリHP
QRコード

《新しい本が入りました》

〈一般書〉

♣ 思い出の屑籠くすかご

♣ 成瀬は天下を取りにいく 〈2024年本屋大賞受賞〉

♣ 水車小屋のネネ 〈2024年本屋大賞2位〉

〈児童書〉

◆ ぎょうざがいなくなりさがしています 〈ようちえん絵本大賞受賞〉

◆ どすこいみいちゃんばんやさん



貸出期間2週間
1回につき、
1人3冊まで

「よっかいち農業マルシェ」を開催します

地元で生産された野菜、地域の農産物を使った加工品やお菓子などを販売します。

- 日時 6月1日(土) 10:00~13:00(雨天実施、荒天中止)
- 場所 農業センター 駐車場ほか(四日市市赤水町971-1)
- 内容 ①農産物、加工品などの展示即売
②親子野菜収穫体験(有料 1組500円)当日受付 先着15組
③移動児童館 工作教室(無料)当日受付 材料がなくなり次第終了
④バルーンアート(無料)当日受付 犬などのバルーンアートをプレゼント
※②~④の体験の参加には、受付前に整理券を配布する場合があります。
⑤花苗の無料配布 先着300名様
※⑤当日 整理券を配布します。

◆観葉植物即売会(四日市温室園芸組合主催)も同時開催します。
(お買い上げの方先着300名に観葉植物の苗をプレゼント)

■問い合わせ 四日市市農業センター 電話 059-326-0132



Jアラートの全国一斉情報伝達試験が実施されます

Jアラートの全国一斉情報伝達試験に併せて、市内121箇所全ての防災行政無線の試験放送を実施します。防災行政無線に加え、CTY-FMラジオ放送、四日市市Sアラート等からも一斉に放送いたしますので、ご承知おきください。

(1) Jアラートとは

Jアラートは、弾道ミサイル情報、緊急地震速報、津波警報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を、携帯電話等に配信される緊急速報メール、防災行政無線等により、国から住民まで瞬時に伝達するシステムです。

(2) 試験実施日時

5月22日(水) 11:00ころから数分程度

(3) 試験放送内容

上りチャイム音(♪ピンポンパンポン↑)

「これは、Jアラートのテストです。」×3

「こちらは、こうほうよっかいちです。」

下りチャイム音(♪ピンポンパンポン↓)



防災行政無線

※地域住民の皆さんに参加していただく試験ではありません。

- 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。
- 気象状況その他の理由により中止する場合があります。
- 以降の試験は、以下のとおりを予定しております。

令和6年 8月28日(水) 11:00

令和6年11月20日(水) 11:00

令和7年 2月12日(水) 11:00

【連携対象】

市内全域の防災行政無線
テレビ(CTY-L字放送)
緊急告知ラジオ(CTY-FM)
四日市市Sアラート
四日市市安全安心防災メール
四日市市ホームページ、X、LINE



【問い合わせ】 危機管理課

電話 059-354-8119

メール kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp

軽自動車税(種別割)
(全期)

納期限は 5月31日(金)です



あさけプラザの事業に、ぜひご参加ください

①第89回 中庭コンサート

山崎雅也ピアノソロコンサート ～新緑の中で音楽を～



- 日時 5月24日(金) 18:30~19:15
- 場所 あさけプラザ中庭(雨天の場合は1階ロビー)
- 内容 映画音楽、唱歌、ジャズなど、一度はどこかで聴いたことがある曲を幅広くカラフルにお届けします。
- 出演 山崎雅也さん
- 料金 無料
- 申込み 不要

②地産地消料理教室 ～水沢のかぶせ茶をお料理に～

- 日時 6月14日(金) 10:00~13:00
- 場所 あさけプラザ 2階 料理室
- 講師 豆腐料理教室Hapi Aina主宰・食育豆腐インストラクター
松山千奈美さん
季節ごはん教室niwacoya主宰・管理栄養士
柵山咲子さん

地産地消料理教室
お申込みはこちら↓



- 対象 四日市市または三重郡に在住、または通勤・通学する人
- 定員 24人(応募多数の場合は抽選)
- 参加費 2,000円
- 持ち物 エプロン、ふきん数枚(食器拭き用・台拭き用)筆記用具
- 申込み 5月24日(金)までに、専用フォームから。
- その他 託児あり<四日市市シルバー人材センター>

[無料。要予約。希望する場合は子どもの名前(ふりがな)・月齢を記入]

【問い合わせ】いずれも、あさけプラザ 電話 059-363-0123

メール asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp

ステップ四日市「見学会&もの忘れ相談会」のご案内

作業療法士や社会福祉士が、もの忘れや、もの忘れに関連する生活の困りごとについてご相談に応じます。また、ステップ四日市1階部分(認知症支援エリア)の見学希望にも対応いたします。

- ◆日時 6月8日(土) 10:00から12:00まで
- ◆会場 四日市市介護予防等拠点施設(ステップ四日市)1階
〔四日市市日永東1丁目2-27〕
- ◆対象 市内にお住まいの方
- ◆料金 無料
- ◆申込み 不要
- ◆その他 相談者や施設見学希望者多数の場合は、待ち時間が発生する場合がありますので、ご了承ください。

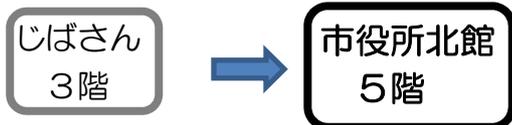
【問い合わせ】

四日市市介護予防等拠点施設(ステップ四日市) 認知症支援担当

電話 059-348-4008 FAX 059-346-4070



マイナンバーカードサービスセンターが移転します！



現在、じばさん（四日市市地場産業振興センター）に開設しています当センターを、市民サービスと利便性向上のため、下記のとおり市役所北館5階に移転いたします。

また、移転に伴い一時的に当センターの業務を休止いたしますので、何卒ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。

1. 開設場所

四日市市役所北館5階（諏訪町1-5 市役所北隣）

2. 開設日

5月28日（火）・・・5月28日以降は木曜日定休（5月20日までは水曜日定休）

3. 移転に伴う業務停止期間

5月21日（火）～27日（月）

※この期間中も平日は、各地区市民センター（中部を除く）や市民課でカードの住所変更などの手続きは可能です。

■マイナ保険証について

- ・マイナンバーカードと健康保険証との一体化については、令和6年12月2日から現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証（健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード）を基本とする仕組みに移行されます。

【問い合わせ】 市民生活部市民課 マイナンバーカードサービスセンター
電話 059-340-8371 FAX 059-340-8372

『カラダスッキリ塾』参加者募集！

参加無料

運動を習慣にしたいけど続かない、筋肉をつけたいけど自分に合った運動方法がわからない…そんなお悩みの方、「プロが教える運動のコツ」を学んでみませんか。

■対象 市内在住の18歳以上の人

※心臓病・不整脈のある人、運動制限のある人は事前にご相談ください。

■日時 6月7日、14日、28日、7月5日、12日（全5回、毎週金曜日）

9：30～11：30まで

■場所 あさけプラザ〈下之宮町296-1〉

■定員 30人（応募者多数の場合は、抽選）

■内容 スロー筋トシ、有酸素運動の実施、健康づくりや食生活についての講義など（息が弾む程度のややきつめの運動を行います）

■締切 5月17日（金）【必着】

■申込み 右記二次元コードから申込み、もしくは、健康づくり課窓口（市役所7階）へ

※地区市民センターにも所定の申込用紙があります。

■問い合わせ 健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5

電話 059-354-8291

