

センターだより しもの

令和7年7月20日 第8号

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)

<https://simono.org>

表彰おめでとうございます

7月9日(水) 四日市市文化会館において、「令和7年度 四日市市民生委員児童委員大会」が開催されました。その席上、永年にわたり地域の福祉活動に尽くされた功績に対し次の方々が表彰されました。

【四日市市民生委員児童委員協議会連合会会長表彰】

※ 市川 幸子 さん ※ 西村 三千子 さん ※ 位田 順子 さん
※ 湯浅 ふさ子 さん ※ 橋本 敦子 さん



8月の福祉相談

◇相談日 8月8日(金)
◇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 伊藤 定子
(民生委員児童委員)

子育て福祉相談(主任児童委員)

あそぼう会・支援センターの中で子育て支援を行います。

■時間 午前中(4ページ目に予定表があります)
■場所 下野保育園(あさけが丘二丁目1-156)
■場所 下野こども園(朝明町498-1)

8月はお休みします

◎自動車文庫 ◎交流サロン『集まろまいか』

◎イキイキ教室 ◎しもの・はつらつ健康塾

回覧												



よっかいちひばいこども園 子育て支援

《室内・園庭開放》

8月は暑い日が続きます。暑い日は、ひばりこども園で感触あそびを楽しみませんか？

曜日	時間	場所
月曜日～金曜日	10:00～11:30	室内・園庭(水曜日は園庭のみ)

※室内・園庭開放にお越しの際は、事務所で受付をお願いします。

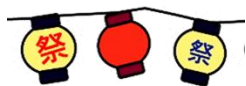


《親子の集い》8月の予定

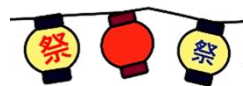
8月21日(木) [いろいろな感触遊びをしよう!]を予定しております。

予約制(1ヶ月前から受付が始まります)となりますのでお気軽にお問い合わせください。

電話 059-338-3030



夏まつりのご案内



札幌町ふれあい夏まつり

8月8日(金)・9日(土) 札幌町公民館前広場



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
8月21日(木)	9:00～12:00	里山地域、散策路の整備など

《下野ごちゃまぜ文庫 通信》

◆開館日・時間 木曜日・金曜日 10:00～16:00
第2・第4土曜日 13:00～16:00



8月のイベント

switchマリオカート大会	8月 7日(木)	13:30～15:30 定員12名
シニア健康体操	8月 8日(金)	10:30～11:00
ポケモンカードで遊ぼう	8月22日(金)	13:00～15:00 定員10名
*ポケモンカードを持ってくるね		
健康相談・介護相談 (諸朋苑)	8月21日(木)	10:30～11:00

◆場 所 あさけが丘二丁目1-39 ◆連絡先 谷口 明菜 090-1416-2901



～下野ごちゃまぜ食堂～ (こども食堂)

- 日 時 8月21日(木) 12:00 ごろ
- 料 金 こども無料 大人300円
- 場 所 下野地区市民センター 2階 ホール
- 申込み 完全予約制(公式LINEより登録してください)



※食材提供/ボランティア/寄付 募集中



～サルに注意してください～

最近、野生のサルが住宅地でも目撃されています。人への被害は報告されていませんが、以下の点に注意してください。

・刺激しない(手を出さない。目を合わせない。大声を出さない。)

野生動物なので、興奮すると襲ってくるおそれがあります。

冷静に行動し、人に馴れさせないようにしましょう。

・エサを与えない(エサになるようなものを外に置かない。)

収穫しない果樹や野菜クズなどは片づけましょう。

サルがエサ場と認識し、その土地に住み着く可能性があります。

・扉や窓の施錠を徹底してください(侵入させない。)

サルは賢く、扉や窓を簡単に開けて侵入します。2階のベランダにも楽々と侵入します。

※見かけた際は、上記のことに注意し行動してください。

サルの出没情報等がありましたら、下記までご連絡ください。

【問い合わせ】 農水振興課 農水畜産係
電話 059-354-8182





あそぼう会 支援センター日程

下野保育園 あそぼう会
下野こども園 子育て支援センター
「まんまる」



8月の予定

下野こども園 子育て支援センター 「まんまる」 電話 059-337-0007 059-336-3321（相談電話）			下野保育園 あそぼう会 電話 059-337-0582
9:30～14:30			9:30～11:30
5日(火)	6日(水)	1日(金)	7日(木)
12日(火)	13日(水)	8日(金)	14日(木)
19日(火)	20日(水)	15日(金)	21日(木)
26日(火)	27日(水)	22日(金)	28日(木)
		29日(金)	

☆あそぼう会・支援センターは、子育ての相談もしていますので、気軽に声をかけてください。

『ステキ健康サポーター養成講座』参加者募集！

参加無料

健康づくりのため、生活習慣病予防の運動と食事について学び、
緑あふれる公園で仲間と楽しく活動しませんか？

- ◆対象 地域での健康づくり活動に興味がある市内在住の18歳以上の方
※講座終了後、ステキ健康サポーター（健康ボランティア）として、
ボランティア活動ができる方
- ◆日時 8月22日、29日、9月5日、12日、19日（全5回）
毎週金曜日 9：30～11：30
- ◆場所 四日市市勤労者・市民交流センター 多目的ホール
〈日永東1丁目2-25〉
- ◆定員 30人（応募者多数の場合は、抽選）
- ◆内容 健康づくりに関する講義や運動実習、食に関する講義など
- ◆締切り 7月31日（木）【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、参加申込書付きのチラシが配布されています。
- ◆問い合わせ 健康づくり課 〒510-8601 諏訪町 1-5
電話 059-354-8291 FAX 059-353-6385



≪ 8月の高齢者講座（健康体操） ≫

- ◆日時 8月20日（水） 13：30 から（受付 13：00 から）
- ◆場所 あさけプラザ 1階 第1集会室
- ◆講師 (公社)日本3B体操協会公認指導士 藤井 信子さん
- ◆対象 四日市市または三重郡に在住する60歳以上の人
- ◆参加費 無料（事前申込み不要）
- ◆持ち物 タオル、水分補給用飲み物
- ◆問い合わせ あさけプラザ 木村・陣田・伊藤 電話 059-363-0123



マイナンバーカードの出張申請受付について

窓口への来庁が困難で在宅している方にカードを取得いただくために、事前予約制により出張申請受付を実施いたします。

(1) 福祉施設、企業等

市内に住民登録がある新規申請希望者、またはカードの更新時期をむかえる方※が5人以上見込まれる福祉施設等を対象に、委託業者と市職員が指定の場所などを訪問し、申請手続きを一括して行います。

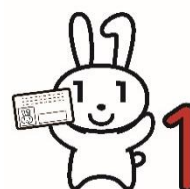
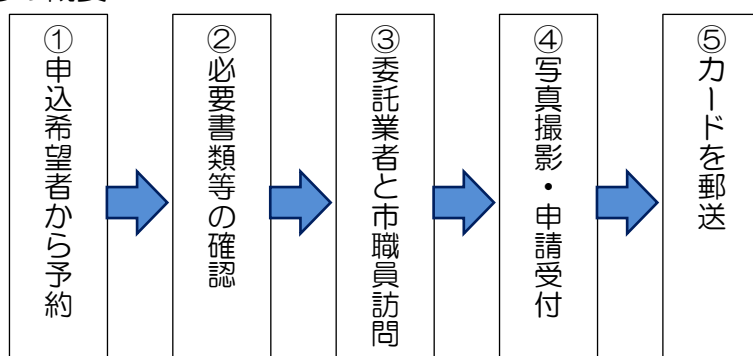
(2) 戸別訪問

市内に住民登録がある新規申請希望者、またはカードの更新時期をむかえる方※のうち、次のいずれかに該当する方。

①要介護1～5の認定を受けている、外出が困難な方

②身体障害者手帳1・2級又は療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級を持っている、外出が困難な方

(3) 手続きの概要



申請後、カードが届くまでに1～2か月かかります。

※紛失等カード再交付の理由によっては、窓口での受け取りが必要な場合もございます。

【問い合わせ】

出張申請の申込みやその他マイナンバーカードに関わる予約ご相談は
マイナンバーカードコールセンター 電話 0120-000-396 まで



新・増築の家屋調査にご協力ください

令和7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。

【問い合わせ】 資産税課家屋係

電話 059-354-8135 FAX 059-354-8309



困ったら 一人で悩まず 行政相談

役所の仕事に関する困り事、意見・要望や行政に関して分からないことなどはありませんか？
そのようなときに役に立つのが総務省の「行政相談」です。

行政相談は、国や独立行政法人、特殊法人の業務や、国が関わっている県・市などの業務に対する困り事、意見・要望などを幅広く受け入れ、公正で中立的な立場から、必要に応じて、関係行政機関にあっせんを行います。そして、その解決や実現の促進を図るとともに、行政の制度・運営の改善に生かす制度です。

毎月第3火曜日に四日市市役所1階市民相談コーナーで行政相談を実施していますが、8月は保々地区市民センターで実施します。

年金、保険、税金、登記、道路、福祉など役所の仕事について、お気軽にご相談ください。

◇日 時 8月19日（火）13：00～16：00

◇場 所 保々地区市民センター 和室

※保々地区以外の方のご相談にも応じます。



「行政相談委員」とは、総務大臣が委嘱している民間有識者で、みなさんの身近な相談相手です。ご相談は無料で、相談者の秘密は固く守ります。

◆問い合わせ 市民協働安全課 市民・消費生活相談室（電話 059-354-8147）



無
料

女性のための自己尊重講座

自分の“こころ”と“からだ”を大切にするために ～マインドフルネスを学ぶ～

ストレスフルな環境下、自身のこころとからだに向き合い
ストレスをうまくコントロールするマインドフルネスを学びませ
んか

こころとからだのバランスを整えて、ストレスに強い自分にな
りましょう



◆日 時 9月13日（土） 10：00～16：00

◆場 所 本町プラザ2階 第1会議室

◆対 象 市内在住・通勤・通学の女性

◆講 師 公認心理士・臨床心理士 仲 律子さん

◆定 員 20名程（先着順。初めての受講者優先）

◆託 児 無料（6か月から小学3年生まで）

先着5名程 8月29日（金）までに要申込み

◆持ち物 飲み物、バスタオルやヨガマットなどの床敷き、
動きやすい服装、昼食

◆申込み 7月26日（土）9：00以降に、
講座名、住所、名前（ふりがな）、
年齢、電話番号、メールアドレス、
託児の有無（希望の場合は、
お子さんの名前と年齢）を専用
フォームかEメール、FAX、電
話で、
「はもりあ四日市」へ



◆問い合わせ 男女共同参画センター「はもりあ四日市」 本町9番8号 本町プラザ3階

電 話；059-354-8331 FAX；059-354-8339

メール；kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

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

【開館時間】 9:00～19:00

※小学生以下（保護者同伴でない場合）の利用は 17:00 までです。（5月～8月は 17:30 まで）

※中高生の利用は 19:00 まで可能です。

※開館中は随時、職員が清掃や消毒を行います。その際、一部利用を制限することがあります。
ご了承ください。

【主なイベント日時・内容】

8月1日（金）～ 31日（日） 9:00～17:30	*こどもの本音2025 心の中で思っていることを書いてみよう。 対象；小学生～高校生
8月1日（金）～ 15日（金） 15:00～16:00 受付 14:00～	*ギネス世界記録からの挑戦状！2025夏 30秒でフライ返しを使って洗濯ばさみをすくう挑戦、30秒でキャップをかぶる挑戦、30秒でふうせんボールをパスする挑戦の、3つの記録に挑戦できるよ。 対象；15歳以下 定員；各日5組程度（状況により変更あり）
8月20日（水） 16:30～17:00 受付 15:30～	*ずぶぬれまつり 水あそびを楽しもう。 対象；小学生 定員；30名 持ち物；水でっぽう、タオル
8月30日（土） ①10:00～12:00 ②12:00～17:00	*ダンボール迷路 ①ダンボールを組み立てて、巨大迷路をつくろう。 ②完成した迷路で遊ぼう。 対象；①小学生 ②どなたでも 定員；①50名（事前申込み制、7月30日（水）申込み開始） （15:30～来館、16:00～電話にて）②なし

◆料金；無料

◆問い合わせ こども子育て交流プラザ（東新町 26 番 32 号 橋北交流会館 4 階）

電話 059-330-5020 FAX 059-334-0606

ホームページ <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>



たみお

民生のつぶやき



毎年開催の「四日市市民生委員

児童委員大会」では、永年にわたり活動している委員を表彰しています。現在、四日市市では在職10年以上の委員が128名で、さらに在職30年以上の委員が5名います。ご活躍いただきありがとうございます。（ちなみに、民生は在職4か月目です。）



民生（たみお）クイズ!! 6月号の答え

民生には四日市市に由来する特徴があるよ♪



- みんな大好き四日市のB級グルメ トンテキが大好き
- 伝統工芸品の四日市万古焼がお気に入り
- 四日市市マスコットキャラクターこにゅうとうくと仲良し



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。

◇問い合わせ 福祉総務課 電話 059-354-8109 FAX 059-359-0288

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の申請の仕方がわからない方やカードの更新時期を迎える方などに、市内商業施設において、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ます！予約不要ですので、この機会にぜひご利用ください！

●持ち物

ID付マイナンバーカード交付申請書、または通知カードなどマイナンバーがわかるもの

●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月分）

曜 日	場 所	受付時間
8月 2日（土）	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）】	10:00～18:00
3日（日）		
9日（土）		
10日（日）		
23日（土）	イオンタウン四日市泊	
24日（日）	【1階中央イベント広場】	
30日（土）	イオンモール四日市北	
31日（日）	【1階専門店通路】	

【問い合わせ】 マイナンバーカードコールセンター 電話 0120-000-396

オオキンケイギクは駆除してください！



※黄色い花です

オオキンケイギクは、「特定外来生物」に指定されており、栽培・運搬等は法律で禁止されています。

※自宅等で見かけた際は、下の手順で駆除・処分して頂くよう、ご協力をお願いします。



市HP

- ① 花が咲く5月～7月頃に、根から抜き取る。スコップ等を用いると駆除しやすいです。
- ② 種子が飛散しないように、ビニール袋に入れた状態で天日にさらし、枯死させる。
- ③ 燃えるごみに出す。

【問い合わせ】 環境政策課 電話 059-354-8188