

回 覧

かいそう センターだより

第 21 号
令和6年2月5日



海蔵地区市民センター
TEL 331-3284
FAX 330-0222

海蔵地区ホームページ <http://kaizotiku.org/>

かいそう地区

検索



《四日市市における令和6年能登半島地震への支援》

令和6年1月1日に発生した能登半島地震により、お亡くなりになられた方に対し、心よりお悔やみを申し上げますとともに、被災された多くの皆さま及び関係者の皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

四日市市では、令和6年能登半島地震支援本部を立ち上げ、被災地への職員派遣や義援金の募集といった支援を実施しています。詳しくは、四日市市ホームページをご覧ください。

今後も四日市市として、被災地の復旧・復興のため、支援を続けていきます。

四日市市ホームページ

<https://www.city.yokkaichi.lg.jp/www/index.html>



海蔵地区社会福祉協議会 環境部 主催

第34回 「皆できれいに海蔵川の日」

自治会を中心に各種団体のご協力により、堤防清掃活動を行います。
堤防上道路を通行される方は、ご協力のほどよろしくお願いします。

❖日 時 3月3日(日) 9:00~11:30

❖少雨決行。決行の判断は7:30に行います。

❖雨天の場合は3月10日(日)に順延します。

❖ボランティアのみなさまは、海蔵地区市民センターにお越しください。

❖清掃活動時、堤防の斜面、道路などで事故のないよう十分にご注意ください。



【問合せ先】海蔵地区市民センター TEL 331-3284

海蔵地区団体事務局 TEL 333-8770

固定資産税・都市計画税
(第4期)

納期限は
2月29日(木)です



※表彰おめでとうございます※

1月14日（日）に四日市市消防出初式にて、次の方が表彰されました。



【三重県消防協会北勢支会長表彰】（表彰徽章）

海蔵分団 団員 池田 達哉さん
海蔵分団 団員 森本 健史さん

【四日市市長表彰】（消防団功労者表彰） 海蔵分団 班長 和田 展幸さん

【四日市市長感謝状】
海蔵分団 班長 服部 光男さん
海蔵分団 班長 杉野 健二さん
海蔵分団 団員 田中 泰史さん



特殊詐欺対策講座を開催します！

（三重県行政書士会との共催）

令和5年に三重県内であった特殊詐欺被害は、前年に比べて、件数、被害額ともにほぼ倍増しています。そういった状況の中、三重県行政書士会と連携して、寸劇を通して特殊詐欺の手口と対策を紹介します。講座では、四日市南警察署生活安全課より近年の特殊詐欺犯罪の実態等について説明いただきます。

また、講座終了後、行政書士による無料相談会（日々の悩み事や遺言相続等）も併せて開催します。

- 日 時 2月19日（月）14：00～15：30
- 場 所 四日市市総合会館7階 第1研修室
- 共 催 三重県行政書士会、四日市市
- テ ー マ 「特殊詐欺の手口と対策」
- 定 員 50名（事前申込不要）
- 参 加 料 無料



【問合せ先】 市民・消費生活相談室 TEL 354-8147



かいぞう文庫に新しい本が入りました



☆一般図書☆

- 口訳古事記 町田 康
 - 図書館のお夜食 原田 ひ香
 - 極楽征夷大將軍 垣根 涼介
 - レーエンデ国物語 喝采か沈黙か 多崎 礼
 - 世界でいちばん透きとおった物語 杉井 光
 - ハンチバック 市川 沙央
 - 夜明けのはざま 町田 そのこ
 - リカバリー・カバヒコ 青山 美智子
 - 心臓の王国 竹宮 ゆゆこ
- ほか



会計年度任用職員(パートタイム)(保育士)を募集しています

1. 募集人員(保育士)
若干名
2. 採用日
4月1日
3. 勤務場所
四日市市児童発達支援センターあけぼの学園
(下海老町185-1)
4. 勤務内容
発達が心配な子どもへの発達支援
5. 勤務日数
月～土のうち週5日勤務できる方(勤務日は応相談)
6. 勤務時間
8:30～17:00(応相談)
7. 賃金
時給1,090円～1,260円、交通費は別途支給(上限あり)
8. その他
四日市市会計年度任用職員(パートタイム)の任用に関する留意事項による
9. 応募方法
電話でご連絡ください。面接の日時を改めてご連絡いたします。
なお、面接時に保育士免許等資格の確認できるものと履歴書(写真貼)をお持ちください。



【問合せ先】 四日市市児童発達支援センターあけぼの学園 TEL 325-4121

子育てを地域で支えあう

四日市市ファミリー・サポート・センターからのお知らせ



「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、また子どもの置かれている状況等を理解していただくために、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人はもちろん、すでに利用されている人で未受講の人も、受講してください。

- 日 時 2月17日(土) 13:00～16:00(講習会のみの方は14:40終了)
*講習会終了後、希望される人は依頼会員の登録手続きをいたします。
- 場 所 三浜文化会館(海山道町一丁目1532-1)
- 定 員 保育の都合により、20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。
- 保 育 あり/無料(保育対象:満6か月～)※事前にお申し込みください。

【申込み・問合せ先】 四日市市ファミリー・サポート・センター
(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)
TEL 323-0023

～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、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！



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 (3月分)

曜日	場所	受付時間
3月 1日 (金)	日永カヨー 【1階中央広場】	10:00～18:00
2日 (土)	アピタ四日市店	
3日 (日)	【2階休憩スペース(西側エスカレーター付近)】	
7日 (木)	スーパーサンシいくわ店	
8日 (金)		9:00～17:00
9日 (土)	県地区市民センター	
10日 (日)	小山田地区市民センター	10:00～18:00
14日 (木)	Aコープくす店	
15日 (金)		9:00～17:00
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	10:00～18:00
21日 (木)	J Aファーマーズ四日市	
22日 (金)	【ファムタウン四日市上海老内】	9:00～17:00
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	

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

こにゅうどうくんの☆ちよこっと健康情報



緑黄色野菜と淡色野菜の違いは？

野菜を食べよう！
いつもの食事にプラス1皿!!

野菜 350g ってどれくらい??

野菜350gを小鉢にすると、約5皿分です。
(1皿約70g)



野菜は、加熱したり、汁物にいれたりするとかさが減って食べやすくなります。



緑黄色野菜は、β-カロテンが豊富に含まれます。体内でビタミンAとして働き、目・皮膚・粘膜の健康を保ちます。



淡色野菜は、その他の野菜をいいます。ビタミンCや食物繊維が多く含まれます。

◎簡単レシピでプラス1皿!

切ってそのまま

切って焼く

切ってレンジでチン

切って煮る
茹でる

※自分に合った、野菜の取り方を見つけてみましょう!

詳しくは四日市市公式サイトにて・・・トップページ
ライフメニュー〔健康・医療〕→健康・医療・保健所→成人の健康づくり→必見!健康情報へ



健康づくり課

TEL 354-8291