

回 覧

かいそう センターだより



第 5 号
令和6年6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

市民税・県民税
・森林環境税
(第1期)

納期限は
7月1日(月)です



第28回海蔵川桜まつり 写生大会の表彰式が行われました

第28回海蔵川桜まつり写生大会の表彰式が、5月11日(土)海蔵地区市民センターで行われました。応募作品165点の中から23名の方々が各賞に選ばれました。おめでとうございます。

- ❁最優秀賞 3名
- ❁特選 7名
- ❁入選 7名
- ❁佳作 6名



移動天文車「きらら号」 で星空観察しませんか？

- ★日 時 7月13日(土) 19:30~
- ★場 所 海蔵地区市民センター 駐車場
- ★参加費 無料
- ★定 員 60名
- ★申込み先 海蔵地区市民センター TEL 331-3284



- ※小学生以下は必ず保護者同伴をお願いします。
- ※お車でお越しの方は、学童保育所駐車場へお停め下さい。
- 雨天・曇天の場合、センター内で天文教室をします。

主催：かいそう文庫運営委員会

🌸 敬老行事の実施にあたって 🌸

海蔵地区社会福祉協議会では、高齢者の皆さんを敬愛し、長寿をお祝いするため、本年も、9月下旬(予定)に連合自治会・婦人会の協力のもと、敬老行事として敬老記念品をお届けします。当日は、できるだけ多くの方にお届けさせていただきたいと考えており、市に依頼して70歳以上の方の名簿(住所、氏名、生年月日、性別が記載されたもの)を閲覧させていただきたいと考えています。

名簿の閲覧により取得した個人情報については、この敬老行事にのみ使用し、秘密保持の厳守を徹底いたしますので、私どもが開催します敬老行事が円滑に実施できますよう、皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

なお、名簿にお名前等を載せたくない方は、誠にお手数ですが、6月28日(金)までに、ご本人様から高齢福祉課へご連絡をいただきますようお願いいたします。その場合や名簿の住所にお住まいでない方につきましては、敬老記念品をお届けできなくなりますのでご了承ください。昨年までにご連絡をいただいた方は、改めてご連絡いただく必要はありません。

【連絡先】 高齢福祉課 TEL 354-8455
海蔵地区社会福祉協議会

再掲載

明治安田生命 「MY定期講座」

参加費無料

=わたしと家族の「そうぞく」講座



最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう

日 時：6月25日(火) 10:00~11:30
場 所：海蔵地区市民センター 2階 中会議室
内 容：ライフ&エンディングノートを活用して、ご自身の想いの実現を考える
①ライフプランを考える ②エンディングプランを考える
講 師：明治安田生命四日市支社 篠さん
定 員：10名(先着順)
申込み・問合せ先：海蔵地区市民センター TEL 331-3284
(平日8:30~17:15)

☆脳年齢測定会があります

地域づくりマイスター養成講座 受講生募集

7月12日(金) 申込締め切り

市民協働安全課では、今年度も「地域づくりマイスター養成講座」を開催します。地域のまちづくりに興味をお持ちの方、ご応募をお待ちしております。

◆開催日時 (全て土曜日)	7月27日、8月24日、9月7日、21日、10月5日、26日、11月16日、 12月14日の全8回、9:30~12:00 (7月27日は13:30~16:00、10月5日は9:30~16:30)
◆場 所	四日市市総合会館など
◆内 容	地域社会と住民自治に関する講義や事例紹介、効果的な取材・広報について、 地域資源のマッピング演習など
◆その他	定員40名(応募者多数の場合抽選)
◆申込方法	住所、名前、電話番号、年齢を、はがきかファクス、Eメールで 〒510-8601 諏訪町1番5号 市民協働安全課へ
◆問合せ先	市民協働安全課 TEL 354-8179 / FAX 354-8316 メール: shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp

「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 体を動かすことが好きな方や健康に関する知識を人に伝える意欲がある方で、地域での健康づくり活動に興味があり、講座終了後ステキ健康サポーターとして、ボランティア活動ができる市内在住の18歳以上の方

日時 7月26日、8月2日、9日、23日、30日（全5回、毎週金曜日）
9：30～11：30

場所 あさけプラザ 〈下之宮町296-1〉

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

定員 30人（応募者多数の場合は、抽選）

締切 6月28日（金）【必着】

申込 右記二次元コードから申込む、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

【問合せ先】健康づくり課 TEL 354-8291

（〒510-8601 諏訪町1-5）



「2時間後に電話が使えなくなります」

という不審な電話が急増しています！

近頃、自宅の固定電話に自動音声で「2時間後に電話が使えなくなります。〇番を押していただくとオペレーターにつながります」という電話がかかってくるという事例が発生しています。ガイダンスに従うとオペレーターを名乗る人物につながり、氏名や生年月日等の個人情報聞き出すようです。詐欺の予兆とも考えられるため、このような不審な電話にはくれぐれもご注意ください。

【対処法】

■「電話が使えなくなる」という言葉に慌てず、安易に応じることなく、電話を切ってください。

■満65歳以上の方を対象とした「自動通話録音警告機の購入費補助制度」
をご活用ください。詳しくは、四日市市ホームページをご覧ください ▶

■対応に困ったときは、こちらへご相談ください。

四日市市役所1階 市民・消費生活相談室

相談専用電話：354-8264（市民対象）

相談受付時間：月曜日～金曜日 9：00～12：00/13：00～16：00

（土日祝日、年末年始を除く）



【四日市市HP】

◆コンビニ交付サービスの一時停止について

メンテナンス作業のため、下記のとおりコンビニ交付サービス業務を停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■一時停止日時 7月17日（水）終日 ■停止するサービス すべての証明書

【問合せ先】市民課 TEL 354-8152 FAX 359-0282


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。

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、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！

- 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（7月分）

曜日	場所	受付時間
7月 6日（土）	アピタ四日市店	10:00～18:00  予約不要
7日（日）	【2階休憩スペース（西側エスカレーター付近）】	
13日（土）	イオンタウン四日市泊 【1階中央イベント広場】	
14日（日）		
15日（月・祝）		
20日（土）	イオンモール四日市北	
21日（日）	【1階専門店通路】	
27日（土）	イオン四日市尾平店	
28日（日）	【1階東側エスカレーター付近】	

【問合せ先】 マイナンバーカードサービスセンター TEL 340-8371



熱中症を予防しましょう



熱中症は、暑く湿った環境で長時間過ごした時などに発生します。暑くなり始めたばかりの時期や急に暑くなった日は、身体が暑さに慣れていないため、注意が必要です。

熱中症予防のポイント

1. 喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
2. 日頃から暑さに備えた体づくりと体調管理をしましょう。
3. エアコンや扇風機を使い、部屋の中を涼しくしましょう。
4. 熱中症警戒アラートを活用しましょう。

※熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が極めて高いと予測される場合に発表されます。アラートが発表された場合は、外出を控える、外での運動は原則、中止/延期とする等とし、普段以上に熱中症の予防行動をとりましょう。

より詳しい情報は [こちら](#)⇒

環境省 熱中症 検索



【問合せ先】健康づくり課 TEL 354-8291