

回覧

かいそう センターだより



第 15 号
令和7年11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

～自然素材を利用した飾りを作ってお正月を迎えましょう～

エコ工作体験教室



- 日 時 12月16日(火) 10:00～11:00
- 場 所 海蔵地区市民センター 2階 中会議室
- 対 象 海蔵地区在住の方
- 参加費 無料
- 講 師 四日市公害と環境未来館 講師
- 定 員 10人(先着順) 11月10日(月)から受付開始
- 持ち物 持ち帰り用袋



【申込み・問合せ先】海蔵地区市民センター TEL 331-3284

海蔵婦人会だより

<生麴で作る塩麴・醤油麴作り体験教室>

秋の気配が感じられる今日この頃、皆様にはお健やかに過ごしのことと存じます。日頃より婦人会活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、この度婦人会では「生麴で作る塩麴と醤油麴を作る体験教室」を開催いたします。

垂坂町の「麴や^{えにし}縁」の先生をお迎えし、麴の基礎知識から実際の仕込み方、家庭での活用方法までを学びます。ご自身で仕込んだ麴は容器ごとお持ち帰りいただけますので、ご家庭ですぐに実践できます。また、簡単な試食もご用意し、麴の魅力を実際に味わっていただきます。定員に限りがございますので、お早めにお申し込みください。

- ◇日 時 12月13日(土) 10:00～11:30
- ◇場 所 海蔵地区市民センター 2階 調理室
- ◇持ち物 エプロン
- ◇参加費 1000円(材料費+ビン代込み)
- ◇定 員 先着15名
- ◇締切日 12月2日(金)

皆様のご参加を心よりお待ちしております。

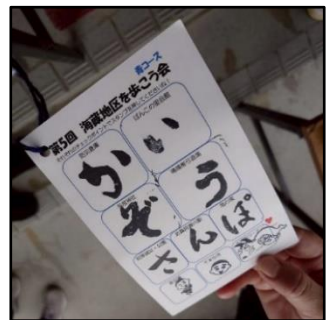


【申込み・問合せ先】石崎 朱美 TEL 090-1565-1827
矢田 花穂 TEL 340-7623 (16時以降)

第5回 海蔵地区を歩こう会 開催される

10月18日(土)は曇り空で雨も心配なあいにくの天候での開催となりました。参加人数は、156名で1才から83才の皆さんが地区内の「健康コース」ちょっぴり隣地区の「健脚コース」に分かれてファミリー、お友達で参加していただきました。今回は、スタンプラリーとクロスワードクイズ、おもてなしドリンクも楽しみながらの散策となり無事に終了しました。

第5回 海蔵地区を歩こう会



スタッフ参加としてご協力いただいた山手中学校生徒さんを含め54名の皆様、コース沿線施設の皆さま、大変お世話になりました。今後も皆様の健康づくり、世代間交流の為にイベントを開催しますのでご参加ください。

主催：海蔵地区社会福祉協議会 健康推進部

海蔵そば打ちサロン 新規メンバー募集

海蔵地区住民の交流と健康の推進を図ることを目的とし、令和4年10月に設立され今年で4年目を迎え、男女22名が元気にそば打ちを楽しんでいます。そば打ち道具も設立時より充実し、新規メンバーを募集します。

活動：毎月1回 日曜日9：00から そば打ちを体験
600g(5人前)の、打ったそばはお持ち帰り

場所：野田公会所

募集人員：5名

* 概ね60歳以上の男女 ご夫婦で お一人でも
もちろん初心者大歓迎

* 入会金2000円と月間会費(参加時のみ)1000円をご負担いただきます



【問合せ先】 海蔵地区地域団体事務局 TEL 333-8770

(平日9：00～12：00/ 13：00～16：00)

= Jアラートの全国一斉情報伝達試験が実施されます =

◇試験実施日時

11月12日（水）11：00ころから数分程度

◇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↓）

※地域住民の皆さんに参加していただく試験放送ではありません。



- 351-4004（自動電話応答機能）にTEL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8年 2月 6日（金）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

【問合せ先】危機管理課 TEL 354-8119

メール kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp





フレイル予防・対策の第一歩は「知ること」から！

元気に暮らすヒントを毎月スマホにお届けします♪

四日市市高齢福祉課 公式LINE「フレイル対策ルーム」にぜひご登録ください

四日市市高齢福祉課 公式LINE「フレイル対策ルーム」では、健康長寿に向けて“フレイル”（加齢に伴って、筋力や認知機能等が低下した状態）の予防・対策に関する情報や体操動画等を定期的にお届けしています！ぜひ友だち登録をお願いします♪

《友だち登録方法》※以下のいずれかの方法で登録できます。

- 二次元コードから登録する方法
右記の二次元コードを読み取り「フレイル対策ルーム 四日市」が表示されたら友だち追加を選択
- ID検索から登録する方法
 - ①LINEアプリのホーム画面の上の方にある、このマーク「」を押す
 - ②「 検索」を押す
 - ③ID検索画面で「@022mtaqp」を入力
 - ④「フレイル対策ルーム 四日市」が表示されたら友だち追加を選択

こちらを読み取り



フレイル対策ルーム 四日市
この画面が表示されたら
“追加”を選択

※本アカウントを利用することにより、LINE社に個人情報や機密性を有する情報が保存されることはありません。

【問合せ先】高齢福祉課 TEL 354-8170

認知症サポーター養成講座

認知症はだれでもなる可能性のある病気です。いつ自分や家族が、あるいは友人や知り合いが認知症になるかわかりません。他人事として無関心でいるのではなく、「自分の問題である」という認識を持つことが大切です。認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症の人やその家族の「応援者」です。安心して暮らせるまちをみんなで作っていく「パートナー」になってください。

日時：11月29日（土）13：30～15：00

会場：海蔵地区市民センター 2階 中会議室

定員：20名（申込み順。定員になり次第、締め切らせていただきます）

参加料：無料

講師：海蔵在宅介護支援センター 職員

内容：認知症の理解・症状・支援、DVD鑑賞等

* 講座終了後に、アンケートのご記入のご協力をお願いします

申込み：お電話にて申し込みください

海蔵在宅介護支援センター TEL 333-9837



＊ ＊ 避難所における外国人避難者受入訓練を開催します ＊ ＊

四日市市には、約13,700人の外国人市民が暮らしています。

大規模災害が起きた場合、日本人だけでなく外国人も被災者になります。しかし、言葉や習慣の違いに加え、災害の経験が少ないことから、より深刻な状況に置かれます。さらに、避難所での生活ルールを十分に理解できず、避難所での受け入れが円滑に進まないケースも考えられます。

この訓練では、外国人市民への支援や円滑な避難所運営を視野に入れながら、災害時に求められる知識や行動を、実践的に学んでいきます。

●日時 12月21日（日）12：30～16：30

●場所 四日市市なやプラザ体育館（蔵町4-17）

●対象 地域防災に関わる自主防災組織、自治会関係者、災害時の外国人支援に関心のある方等

●参加費 無料

●主催 四日市市（市民生活課多文化共生推進室）

●申込み・問合せ先 公益財団法人四日市市文化まちづくり財団

四日市国際交流センター（YIC）

12月2日（火）までに二次元コード、電話、Emailで申し込んでください。

TEL 353-9955 Email:yic@yokkaichi-shinko.com



納税は、便利で安心な
口座振替で!!



【問合せ先】収納推進課 TEL 354-8141
FAX 354-8309