

回覧

# かいそう センターだより



第 21 号  
令和 8 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

海蔵地区社会福祉協議会 環境部 主催

## 第36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ひします。



☆日 時 3月1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8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

## かいそう・はつらつ健康塾!

- ★日 時 3月16日(月) 10:00~11:00
- ★開催場所 西阿倉川公民館
- ★話の内容 フレイル予防について
- ★対 象 おおむね65歳以上の方
- ★持 ち 物 筆記用具、タオル、マスク、飲み物など各自必要なもの
- ★申 込 み 当日、直接会場へお越しください

参加費：無料  
申込み：不要

※自由参加ですので、軽い体操ができる服装でお気軽にお越しください。

※座談会はありません。



【問合せ先】海蔵在宅介護支援センター TEL 333-9837

市が養成した介護予防ボランティア  
四日市市ヘルスリーダーの会による

## イキイキ教室



対 象：おおむね65歳以上の市民の方  
会 場：海蔵地区市民センター 2階中会議室  
日 時：3月23日（月）10：30～12：00  
持ち物：タオル、飲み物、必要に応じマスク  
内 容：ストレッチ体操、筋トレ、脳トレ、歌など  
その他：申し込み不要・参加費無料  
お願い：参加される方は感染症予防にご協力ください

認知症予防のための“コグニサイズ”  
も実施しています♪

コグニサイズとは、コグニション（認  
知）とエクササイズ（運動）を合わ  
せた言葉で、国立長寿医療研究セン  
ターで考案された、**認知症予防**の運  
動方法です。



【問合せ先】高齢福祉課 TEL 354-8170

## 卒業式・卒園式のご案内

山手中学校	3月 6日（金）
海蔵小学校・大谷台小学校	3月19日（木）
海蔵幼稚園	3月23日（月）
海蔵保育園	3月26日（木）



## ※表彰おめでとうございます※

1月11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。

【三重県消防協会表彰】（表彰徽章） 海蔵分団 団員 いけだ たつや 池田 達哉 さん

【三重県消防協会表彰】（表彰徽章） 海蔵分団 団員 もりもと けんじ 森本 健史 さん

【四日市市長感謝状】（退職者感謝状） 海蔵分団 副分団長 たち よしひろ 館 佳宏 さん



## 働くことに悩みを抱えている当事者の「ご家族向けセミナー」 ～困難な状況でも自分らしく生きる～

北勢地域若者サポートステーション（ほくサポ）は、若年無業者をサポートし自立・就労を促すための相談窓口です。当事者を支えるご家族の心のケアを考えるセミナーを開催しますので、ぜひご参加ください。

日 時：2月21日（土）13：30～16：00  
場 所：総合会館7階 第2研修室（諏訪町2番2号）  
講 師：萩 典子さん（鈴鹿医療科学大学 教授）  
対 象：49歳以下の当事者の就労を考えているご家族の方  
定 員：20人（先着順）

参加無料  
事前申込要

【申込み・問合せ先】北勢地域若者サポートステーション  
TEL 359-7280  
（火～金曜日、9：30～18：00）  
E-mail：wakamono@hokusapo.com  
ホームページ：https://hokusapo.com/

▼専用フォームからも  
申込できます



## マイナンバーカードの申請をサポートします！

- 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（無料）
  - ・交付申請書送付用封筒（切手不要）のお渡しなど

**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



マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表

曜 日	場 所	受付時間
3月 1日（日）	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月 7日（土） 8日（日）	イオンモール四日市北 【1階専門店通路】	
3月14日（土） 15日（日）	イオンタウン四日市泊 【1階中央イベント広場】	
3月21日（土） 22日（日）	イオン四日市尾平店 【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コールセンター TEL 0120-000-396

【担当課】市民課 マイナンバーカードサービスセンター TEL 340-8371

## 第6回出会いイベント

### Match event ~spring talk party~

結婚を希望する独身の人を対象とした出会いイベントを行います。出会い・結婚応援！  
「出会いイベント」に参加してみませんか。

■日 時：3月22日（日）10：00～17：45

	時間
第1部	10：00～12：00
第2部	13：00～15：00
第3部	15：45～17：45

■場 所：café neuf（諏訪栄町）

■対 象：市内に在住、または通勤するイベント当日に26～39歳の独身男女

	対象年齢
第1部	26～30歳
第2部	30～34歳
第3部	34～39歳

■参加費：1,000円（ドリンク・スイーツ付き）

■定 員：各部男女各10人（応募多数の場合は抽選）

■内 容：グループトークを中心とした出会いイベント

■その他：参加者を対象にした事前ガイダンスあり

■申込期間：3月16日（月）午前9：00まで

■申 込 み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページから

■問合せ先：四日市マリッジサポート事務局

（四日市市安島一丁目 トナリエ四日市4階 （株）デルタスタジオ内）

TEL 355-1320 FAX 355-1321

専用ホームページ <https://yokkaichi-marriagesupport.jp>

ホームページ



■担 当 課：こども未来課 TEL 354-8038

固定資産税・都市計画税  
（第4期）

納期限は  
3月2日（月）です

