

R6. 10. 5号



塩浜地区市民センター TEL 059-345-2403 FAX 059-349-0045 塩浜団体事務局 TFI • FAX



059-347-0681 塩浜まちづくり協議会 HP

菓子まき

するよ!!



行こうぜ!塩浜文化祭 2024

日 時 11月3日(祝・日)【雨天決行】

9時30分~14時30分まで

場 所 塩浜地区市民センター&昭和四日市石油体育館

作品展示 一般・サークル・学校・園

イベント 磯津鯨船・獅子舞(御薗町一丁目)(川合町)

塩浜音頭・塩浜農楽隊

園児お遊戯(海山道保育園)

防災コーナー・起震車体験他

健康相談(中北薬品)・介護 車イス体験(ユマニテク)

移動児童館(工作コーナー・人形劇)

わたがし・バルーンアート・ふれあいサロン「ほっと」

(予定は変更になる場合もあります)





キッチンカーも来るよ! みんなで来てね~

作品の搬入・搬出について(園、学校、児童館 別途連絡)

搬入 ◇日時 11月2日(土) 14 時から 15 時まで

◇場所 塩浜地区市民センター 駐車場

搬出 ◇日時 11月3日(祝・日)14時30分から15時30分まで

◇場所 塩浜地区市民センター 展示場

2024塩浜地区文化祭実行委員会 共催 塩浜まちづくり協議会



おしらせの回覧はお早めに・・・

覧						

塩浜地区防災訓練のお知らせ

いつ起きるかわからない自然災害! 行政からの避難指示等に備え各町内の訓練にみなさん参加しましょう。

◇日 時 11月10日(日) 8時30分~(小雨決行)

◇場 所 各町の実施計画に基づいて

◇訓練の内容 各町計画の避難訓練

避難訓練の内容など詳細については、各町自治会でご確認ください 塩浜地区連合自治会 塩浜地区防災協議会

四日市市議会 議会報告会のお知らせ

8月定例月議会の議会報告会を10月22日に開催します。定例月議会でどのような議論がされたのかを、議員が直接、市民の皆さんにお伝えします。報告会の後にシティ・ミーティング(意見交換会)を開催します。市内に在住または通勤・通学する人を対象とし、事前のお申し込みは不要ですので、参加を希望する会場にどうぞお気軽にお越しください。

第1部:議会報告会 第2部:シティ・ミーティング(意見交換会)

日時	10月22日 (火)
	18時30分~20時30分
	四日市市総合会館
会場	7階第1研修室
	諏訪町2番2号
シティ・ミーテ	四日市市政全般について
ィングのテーマ	

- ※会場でのやりとりを基本としてご意見をいただきます。
- ※手話通訳・要約筆記いたします(事前予約は不要です)。
- ※天候等により中止や開催内容が変更となる場合があります。
- ※状況によっては、記載された予定時刻よりも早く終わる可能性がありますので、 あらかじめご了承願います。

【問合せ】四日市市議会事務局 議事課 TEL 059-354-8340 FAX 059-354-8304

市民税·県民税 ・森林環境税 (第3期)



納期限は **○10月31日(木)**です

三浜文化会館イベント2024 アートフェスティバル

三浜文化会館全館を使って多様なイベントを開催します。ぜひご来場ください。

<日時> 11月10日(日) 開館9時30分 閉館16時30分

<各イベント紹介>

人形によるライブショー(有料)、科学実験教室、天体観測、工芸・マジック体験、吹奏楽コンサートなど 19 の催事を企画・実施します。

<申込み>

一部催事(★マーク)は事前申込み。10月23日(水)10時から、三浜文化会館ホームページに設けた専用フォームからの申込みとなります。

(人形によるライブショーはチケット販売(三浜文化会館窓口、四日市市文化会館窓口、インターネットにて10月23日(水)10時から発売します。)

応募方法その他公演詳細につきましては、三浜文化会館ホームページをご覧ください。



QRコード 三浜文化会館ホームページ

主催:(公財)四日市市文化まちづくり財団

- 1. ★三菱ケミカルによる科学実験教室
- 2. ★ボッチャ体験 協力:三菱ケミカル
- 3. 「松ぼっくりツリーづくり」「じどうかんの遊具であそぼう」 協力:四日市市移動児童館
- 4. しおはまふれあいサロン「ほっと」
- 5. つくし会 水墨画作品展
- 6. 「牛乳パックでびっくり箱をつくろう」
- 7. ★「自分のからだを知ろう!食べたものは、からだの中でどうなるの?」 からだTシャツづくり
- 8. 久しぶりの人のための吹奏楽講座受講者による発表公演
- 9. バルーンアート
- 10.★「グレゴの音楽一座」人形たちによる楽しいコンサート
- 11.★折り紙体験
- 12.★邦楽(三味線)体験
- 13.★書道でカレンダーをつくろう
- 14.★マジック体験
- 15.★どんぐりクリップづくり 協力:環境未来館活動室/三重県環境学習センター
- 16.★バスボムづくり 協力:四日市市企業 OB 人材センター
- 17.★陶芸でお皿をつくろう
- 18.★水消火器と煙体験 協力:四日市市南消防署
- 19.★移動天文車きらら号観望会「昼間の太陽を見てみよう」





令和6年度AI活用型乗合デマンド交通の実証事業を実施します!

新たな移動手段として、決まった時刻表や運行ルートがなく、予約状況に応じて、AIが最適な配車や運行ルートを決定し、乗合で決められた乗降場間を運行するAI活用型乗合デマンド交通(愛称:のり愛みかん号)の実証事業を実施します。

◆運行期間(予定) 令和6年11月15日(金)~令和7年2月7日(金)

※土日祝日及び年末年始は運休

◆運行時間 平日 6時30分~20時

◆運行区域

河原田地区及びその周辺

区域内の駅や商業施設等の計19ヶ所に乗降場を設置

※地区内では塩浜駅に設置

◆その他 今後、広報よっかいちや市HP等で実証事業について

の詳細をお知らせいたします。

◆問合せ 都市計画課公共交通推進室 担当者 伊藤

TEL 059-354-8095 FAX 059-354-8404

第2回婚活イベント いいね!match event ~Night Party~

結婚を希望する独身の人を対象とした婚活イベントを行います。婚活イベントは今年度 6回開催する予定です。

■日 時:11月17日(日)17時30分~20時

■場 所:フルール・ド・セル (大字羽津4645-3)

■対 象:市内に在住、または通勤するイベント当日25~34歳の独身男女

■参加費:1,500円(ビュッフェ・ソフトドリンク付き)

■定 員:男女各10人(応募多数の場合は抽選)

■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:11月7日(木)17時まで

■申込み:四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページの応募フォームから

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 059-355-1320 FAX 059-355-1321

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

【問合せ】こども未来課 TEL 059-354-8038





出会いたい!結婚したい!をサポート! LINE「よっかいちマリサポ」のお知らせ

四日市での婚活をサポートするLINE公式アカウント「よっかいちマリサポ」が スタートしました。

LINE公式アカウント「よっかいちマリサポ」

- ■対 象 市内に在住、または通勤する20~39歳の独身の人
- ■内 容
- ◆マリサポコンシェルジュサービス 出会い・婚活に関する相談を専門の相談員がLINEでお受けします
- ◆デート・お出かけにピッタリな情報をお届け! 市内でのデートやお出かけにおすすめの情報を配信
- ◆サクッと婚活Tips 第一印象アップのコツや、異性との会話のコツなど、すぐに使えるカンタンな 婚活アドバイスを動画で配信
- ◆出会いイベントのお知らせ 四日市マリッジサポート事業の出会いイベントの募集情報を配信
- ■利用方法:二次元コードから四日市マリッジサポート事務局の専用ホームページ ヘアクセス
 - LINEの友だち追加後、必要な情報を入力して送信してください。 四日市マリッジサポート事務局

(安島一丁目 トナリエ四日市4階(株)デルタスタジオ内) TEL 059-355-1320 FAX 059-355-1321 専用ホームページ https://yokkaichi-marriagesupport.ip



【問合せ】こども未来課 TEL 059-354-8038

食物繊維で腸内環境を整えよう!



こにゅうどうくんの☆ちょこっと健康情報

自分の腸内環境に関心をもっていますか?

腸内環境が整っていないと便秘になりやすくなるなど体調に影響を及ぼすことがあります。 腸内環境を整える方法のひとつとして食物繊維を積極的にとることがあげられます。

【腸管内での働き】

- ・便をやわらかくする
- ・便の滑りをよくする
- ・善玉菌の餌になる

【こんなときにおススメ!】

・便が硬い

水溶性食物繊維

・排便時に力む



溶性食

【腸管内での働き】

- ・便のかさを増す→押し出す
- ・腸の運動を促す

【こんなときにおススメ!】

- ・排便回数が少ない
- 腸があまり動かない



0

きのこ れんこん

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 059-354-8291

スマホサポート人材(ボランティア)育成のための教室を開催します

スマートフォンの基本的な使い方やLINE、Zoomの使い方などを学び、身近で困っている人に教えられるようになってみませんか。受講後は、今後市が開催するスマホ教室などにアシスタントとしてご参加いただいたり、身近で困っている人に教えてあげたりすることをお願いします。
(活動は強制ではありません。)

■開催日程

+므 ac	日時					
場所 	1日目	2日目	3日目			
川島地区市民センター	11月15日(金)	11月18日(月)	11月20日(水)			
八郷地区市民センター	11月19日(火)	11月21日(木)	11月22日(金)			
日永地区市民センター	11月26日(火)	12月2日(月)	12月3日(火)			
河原田地区市民センター	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)			

■内容および時間割

1	電源の入れ方、ボタン操作方法、カメラの使い方、アプリの入れ方など (andoroid)		
目目	電源の入れ方、ボタン操作方法、カメラの使い方、アプリの入れ方など (iphone)		
2 インターネットの使い方、ITリテラシーについてなど			
目目	LINEの使い方		
3	Zoomの使い方		
3 日 目	市のLINE公式アカウント、市の電子申請システムの使い方		

午前の部: 9:30~11:45 午後の部: 13:15~15:30

※講座は午前の部のみ3日間、もしくは午後の部のみ3日間を選択していただきます。

■定員:各回先着8名まで■費用:無料■対象者:どなたでも参加できますが、上記のいずれかの3日間全て(午前の部もしくは午後の部)に参加できる 方を対象とします。■持物:スマートフォン(お持ちでない人には貸出可能)

お申込み・お問合せ(株)CTY)

050-3820-9831(9時~17時、日祝除く)

※お問合せは随時受付けておりますが、<u>お申込みは10月15日(火)から受付</u> 開始ですのでご注意ください。

