



お知らせ 第8号

令和5年7月20日

内部地区市民センター TEL 345-3951

FAX 349-2004

Eメールアドレス: utsube-c@city.yokkaichi.mie.jp

ホームページアドレス: http://www.utsube.jp/

表彰おめでとうございます

7月13日(木) 四日市市文化会館にて、令和5年度四日市市民生委員児童委員大会が開催され、次の方々が表彰されました。

◇四日市市長表彰

飯村 壽子さん (中堀町担当 民生委員・児童委員)

田中 秀和さん (内部小学校区担当 主任児童委員)



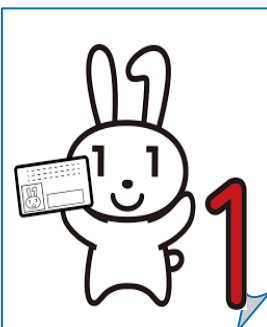
あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします!

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、令和5年度は、地区市民センターや皆様により身近な商業施設などに会場を拡げて、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ています!

サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント!

予約不要ですので、この機会にぜひ出張申請サポートをご利用ください!

- 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

曜日	場所	受付時間
8月17日(木)	日永カヨー【1階中央広場】	10:00~18:00
18日(金)		

【問合せ】四日市市マイナンバーカードサービスセンター TEL340-8371



8月15日に黙とうを

毎年8月15日は、「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。

市民・事業者の皆さんも当日正午から1分間の黙とうをお願いします。

黙とうの時間にあわせて、市内の寺院では鐘が鳴らされることがあります。

この機会に、今一度戦争の悲惨さ、平和と命の尊さについて考えてみましょう。

◇問合せ 福祉総務課 TEL354-8109 FAX359-0288



※裏面もご覧ください

諏訪太鼓を楽しもう



♪日時 8月4日(金) 13:00頃~(15分程度)

♪場所 JAみえきた内部支店駐車場

8月5日(土)と6日(日)に行われる大四日市まつりを盛り上げるため、諏訪太鼓が市内各所を訪問します。迫力ある太鼓演奏をぜひお楽しみください。

参加無料

女性のためのカウンセリング講座

~わたしを大切に、人とよりよくつながるために~

人間関係に悩み、日々生きづらさを感じていませんか。よりよく人とつながるために、カウンセリングの基本を学び、“人との関係”と“こころ”を楽にしましょう。

◇日時 9月7日(木) 10:00~15:00

第1回 女性の悩みとフェミニストカウンセリング

第2回 なぜ生きづらいのか

9月14日(木) 10:00~15:00

第3回 カウンセリングの技法 ①自分自身をカウンセリングする(マイナス思考をプラス思考へ)

第4回 カウンセリングの技法 ②身近な人とわかりあうために

◇場所 本町プラザ5階 第3会議室

◇対象 全回参加できる市内在住・通勤・通学の女性

◇講師 認定フェミニストカウンセラー 加藤 伊都子 さん

◇定員 10人程度(応募者多数の場合は抽選。結果は全員へ通知)

◇託児 無料、定員3人程度(6か月から未就学児まで)

◇申込 8月22日(火)(必着)までに、講座名、住所、名前、年齢、電話番号、メールアドレス、応募動機(ひとつ)、託児の有無(託児希望の場合は、子どもの名前と年齢)を、電話かファクス、Eメール、または直接「はもりあ四日市」へ。または、右の申込フォームから申し込み

四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」

四日市市本町9番8号 本町プラザ3階

TEL354-8331 FAX354-8339

Eメール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp



申込フォーム

学ぼう!体験しよう!くるべで防災・減災

開催日 9月2日(土)(雨天中止)

場所 くるべ古代歴史館(大矢知町2323-1)

内容 古代の地震を学び、体験を交えて防災意識を高めます。

地震体験車もやってきます。詳しくは「広報よっかいち7月下旬号」

または久留倍官衙遺跡公園のHPをご覧ください。

久留倍官衙遺跡公園 HP



新・増築の家屋調査にご協力ください

令和5年1月2日以降に、家屋を新築または増築した人には、市役所資産税課から家屋調査の手紙をお送りします。この調査は、来年度の固定資産税・都市計画税の課税の基礎となるものです。手紙が届きましたら調査にご協力をお願いします。また、相続・売買・贈与などにより未登記の家屋の名義変更をした場合は、「家屋補充課税台帳登録者の変更届」の提出が必要です。家屋を取り壊した時のご連絡をお願いします。

【問合せ】資産税課 家屋係 TEL354-8135 FAX354-8309



読書に関するエッセーを募集

募集中!

あなたが今まで読んだ本の中で感じたこと、印象に残ったことをエッセー(随筆)にしてください。

■テーマ

図書館が出会わせてくれたもの

または、読書法や読書論について

■規定 400字詰め原稿用紙またはワード等(1列20文字×20列)を使用し、本文3枚と表紙1枚で未発表のもの(1人1編)に限る

対 市内に在住、または通勤・通学する小学生以上の人

申 10月4日(必着)までに、作品表紙に所定の応募票を添えて、郵送、Eメール、または直接、〒510-0821 久保田一丁目2-42

市立図書館「エッセーコンクール係」へ

他 募集要項は、同館で配布するほか、同館ホームページから入手できます。

問 市立図書館〔月曜日、第2・4火曜日休館〕 TEL352-5108 FAX352-9897
Mail tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp

HP <https://www.yokkaichi-lib.jp/>



8月の自動車文庫はお休みさせていただきます。
四日市市立図書館



回									
覧									

令和5年度参加者募集!!

カラダにいいストレッチ!



日常活動の習慣で歪んだ姿勢は、使わなくなった筋肉が縮んでしまったため。ストレッチで“眠った筋肉を目覚めさせ”運動機能、病気に対する抵抗力などを増進させ!心の幸福感を取り戻しましょう! うつべ☆スターが支援します。昨年4月から週1~2回の参加で成果を実感して頂いてます!ご提供する3つのプログラムは、「ストレッチポール」を使って体を整えてから始め、終了前にも体を整えます。1回の無料体験ができますので体が硬いと感じている方も安心してご参加いただけます。

募集教室: 火曜日と金曜日。水曜日は、ほぼ満室となっております。

時間: 火曜日 19:00~20:30

水曜日 10:15~11:30

金曜日 19:15~20:45

参加料: うつべ☆スター会員500円/人(5回毎に1回無料券配付)
非会員700円/人(無料券配付なし)



<プログラム内容>

教室	講師	会場	内容
体感コース(I) 〔毎週火曜日〕	渡邊勝幸	市民センター別館1階和室	ストレッチで伸びる筋肉を頭で感じて、自分で変化を目で確認し「緩く、無理せず、楽しく、のびのびと」硬い体を年齢相応の柔軟な体に戻します。
姿勢改善コース 〔毎週水曜日〕		市民センター別館1階和室	それぞれの堅さに応じたストレッチで姿勢を整えていきます。
健美コース(II) 〔毎週金曜日〕		市民センター別館2階ホール	特に硬い体の人に大殿筋・ハムストリングス・大腿四頭筋・股関節を中心にストレッチで年齢相応の柔軟で健康な体に近づけます。更に体形を整えてくびれを目指しましょう。

※お問合せ・お申し込みは、うつべ☆スター事務局(347-3330)まで。

★うつべ☆スターの開所時間は

月・水・金の13:00~17:00です★

消費生活出前講座をご利用ください!

悪質商法の被害を未然に防止するため、10人以上のグループ(自治会・婦人会・老人会・学校など各種団体)に対して、悪質商法の手口や対処方法を紹介する講座を開催しています。なお、会場及び会場設備は申込者でご準備ください。(費用は無料)

(1) 出前講座

■講師 消費生活専門相談員

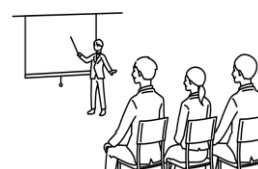
■開催日時 1時間から2時間程度で、原則、平日の昼間

(2) ワンポイント講座

■講師 市職員(消費生活担当)

■開催日時 15分程度で、平日、土日祝日の昼間、夜間

■事務担当 市民・消費生活相談室(TEL354-8147)



申込方法など詳細はこちら

