



お知らせ

第 1 1 号

令和 7 年 9 月 5 日号

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/> 検索は「内部地区 HP」で

令和 7 年度「地元の『公民館』元気プロジェクト」



知って備える！もしものときのがん講座 ～がんのリスクを知り、未来を守る～

以前は「不治の病」といわれたがん。現在は、通院しながら仕事をしている人が増加傾向にあるなど、「ともに生きる」病気へと変わってきています。

がんの基礎知識から治療方法、かかる費用など、がんに関わるさまざまなことについてご紹介します。

皆さまお誘いあわせのうえ、お気軽にお申込みください。

◇日 時 10月10日（金） 14:00～15:30

◇場 所 内部地区市民センター 別館2階 ホール

◇内 容 ・がんの基礎知識・がんの予防と早期発見・がんの治療とお金
・がん患者家族の生活など

◇講 師 明治安田生命保険相互会社 服部さん

◇定 員 20名（先着順で定員になり次第締め切ります）

◇参加費 無料

◇申込み 内部地区市民センター TEL: 345-3951
9月18日（木）9:00から電話のみの受付です。

◇その他 講座終了後に血管年齢測定を行います。

センター
申込み開始
9/18(木)
9:00～



内部地区自主防災協議会・内部地区社会福祉協議会 ボランティア募集

内部地区社会福祉協議会・内部地区自主防災協議会では秋に行われる文化祭での準備や防災展示、総合防災訓練を、多くの方に加わって頂きたいと思い、ご協力していただける方を募集します。年齢や性別は問いません！興味のある方は下記まで問合せください。

学生の方たちの参加もお待ちしています！！

◇問合せ：内部地区団体事務局 電話：347-1224



ボランティア



「うつべ☆スターが大好きになっちゃう」

ご家族・お友達と自然の中で楽しい時間を！！

= 第17回ウォーキング大会開催 =

四日市市最大規模の丘陵地を活かした「南部丘陵公園」をウォーキングする。自然な景観が楽しめる南ゾーンと人工的景観の北ゾーンでご家族、友人と過ごす休日もいいかな！

デイキャンプ場で昼食と宝探し、ビンゴゲームで楽しく遊びましょう。

主催 内部地区総合型地域スポーツクラブ「うつべ☆スター」

日時 10月19日（日曜日） 8:30～受付 9:00 開会式～12:00 解散予定

場所 集合場所 内部東小学校 ～ 目的地 南部丘陵公園

内容 南部丘陵公園の南ゾーン・北ゾーンをウォーキング、「昼食」「宝探し」と「ビンゴゲーム」で楽しく遊ぶ！

定員 100人程度（小学生以下は保護者同伴のこと）

参加費 中学生以上1人500円 小学生1人200円 未就学児は無料

持ち物 運動靴、帽子、タオル、飲料水、その他必要に応じてお持ち下さい

申込み お名前、年齢、町名、携帯電話番号をFAX またはお電話で事務局
(TEL/FAX 347-3330) へ、10月10日（金曜日）までにお申し込み下さい。



草刈り、剪定のお手伝いをお願いできませんか？

内部っ子はげまし隊は、下記にて草刈り、剪定作業を予定しています。

9月26日（金）9:00から 集合および作業場所 内部保育園裏手の畑の草刈り

10月2日（木）9:00から 集合および作業場所 内部小校庭の草刈り、剪定

はげまし隊の活動に参加してみよう、草刈りを手伝ってみようと思っていただける方、是非ご参加ください。手袋や帽子など対策していただければ手ぶらで体一つで結構です。

問い合わせは、下記まで。当日直接ご参加いただいても結構です。

連絡先：内部っ子はげまし隊 事務局 熊野

TEL: 090-2185-2193 mail: kumano3152@icloud.com

*見学だけでも構いません。お待ちしております。

スケジュールは防災カレンダーにも記載していますのでご確認ください。



ヘルスリーダーによるイキイキ教室のお知らせ

無理のないストレッチ・筋トレ・脳トレ、レクリエーションなどで楽しく体を動かします。

動きやすく、体温調節しやすい服装でお越しください。

◇日 時 10月9日（木）13:30～15:00

◇場 所 内部地区市民センター 本館1階 会議室

◇持ち物 タオル、飲み物、マスク（推奨）

◇問合せ 高齢福祉課 TEL 354-8170

申込み・参加費
不要です



裏面もご覧ください

安全で安心なまちづくりに向けて！！

「侵入盗難」(空き巣・しのび込み)

短時間の外出や在宅中でもしっかりカギをかけて！
防犯カメラやセンサーライトを活用しよう！

「自轉車盜難」

備え付けのカギと、さらに補助錠をかけて
ツーロック！自宅でも油断しないで！
防犯登録をしましょう！

「交通安全」

交通ルールを守り、安全な歩行、運転をしましょう！
交通事故を減らすため、お互いの思いやりと配慮が大切です！

「特殊詐欺」

お金・キャッシュカードは渡さない！
暗証番号は絶対、教えない！
見知らぬ人に安易に個人情報を教えない、
すぐに信用せず、家族や警察に相談！



安全・安心なまちづくりのため、地域の皆様のご理解とご協力をお願いします。

◇問合せ 市民協働安全課 TEL 354-8179
内部地区市民センター TEL 345-3951

浜田小学校・羽津小学校・県小学校・笹川小学校・桜台小学校・三重北小学校・水沢小学校
給食パートを募集（10月上旬からの勤務です）

- ◇募集職種 = 小学校給食調理員（給食パート）
 - ◇業務内容 = 給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など
 - ◇勤務日 = 給食実施日等（春・夏・冬休みは勤務なし）
 - ◇勤務時間 = 桜台小学校：午前8時35分～午後3時20分（労働時間6時間）
水沢小学校：午前8時15分～午後3時00分（労働時間6時間）
上記以外の学校：午前8時30分～午後3時15分（労働時間6時間）
 - ◇時間給 = 1,190円（通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給）
 - ◇その他 = 浜田小学校、羽津小学校及び笹川小学校勤務の場合、他の学校の調理員の欠勤状況等により他の市内小学校に勤務することがあります。
三重北小学校を除き、社会保険加入あり。三重北小学校を除き、週5日勤務。
（三重北小学校のみ2日に1回程度の勤務です）
 - ◇申込み = 応募を希望される方は、教育総務課 TEL 354-8236に電話のうえ、履歴書を提出して下さい。書類選考のうえ、面接を実施します。
 - ◇応募期間 = 9月8日（月）～9月30日（火）



小中学生対象
参加 無料

「四日市の小中学生のための こどもの居場所」

～イベント開催のお知らせ～

ジュニアクリエイター超入門！“映える”写真のひみつを探れ！

さまざまな体験を通じて居場所を見つけてみませんか？
四日市市では7月から、あさけプラザにてさまざまな体験ができる居場所づくりを始めました。
9月はプロフォトグラファーの辻 雅大（つじ まさはる）さんを講師にお招きして、“映える”写真のコツを教えてもらうイベントを開催します。ご家族、お友達とぜひご参加ください。
宿題や勉強、ミニ卓球、ボードゲーム、eスポーツができる常設コーナーもあります。習い事や待ち合わせの間にふらっと来るのも大歓迎です。

【日 時】 9月27日（土）14：00～15：00
※常設コーナーは13：30～16：00まで
 【場 所】 四日市地域総合会館 あさけプラザ（四日市市下之宮町 296-1）

【予約・定員】なし（開催時間中は自由に入退きができます）

【持ち物】 撮影したいモノ（机の上に乗る大きさ程度のもの）
撮影できるデバイス（スマホやデジカメなど）

【問合せ】 企画内容に関すること：アクティオ株式会社 TEL 359-5560
事業内容に関すること：四日市市こども未来課 TEL 354-8038

【その他】 この事業は「多様なこどもの居場所づくり実証事業」のうち「小中学生のための体験ができる居場所づくり」です。事業に関する詳細は市ホームページをご確認ください。



**令和8年度一般財団法人自治総合センターによる
コミュニティ助成事業の募集**

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじ収入を財源に、コミュニティ活動に対し助成を行っています。
令和8年度の助成を希望するコミュニティ組織は、地区市民センターまでご連絡ください。

- 助成対象団体 コミュニティ組織（自治会、町内会など地域に密着して活動する団体）・自主防災組織
- 募集する事業
- ①一般コミュニティ助成事業
 - ②コミュニティセンター助成事業
 - ③青少年健全育成助成事業
 - ④地域防災組織育成助成事業
- 

- 書類提出期限 ①②③については、9月30日（火）までに市民生活課へ
④については、10月3日（金）までに危機管理課へ

※制度の詳細は、一般財団法人自治総合センターのホームページをご覧ください。
<https://www.jichi-sogo.jp/>



納税は、便利で安心な
口座振替で!!

【お問合せ先】四日市市 収納推進課
Tel 059-354-8141
Fax 059-354-8309

圖覽