



熱中症を予防しましょう

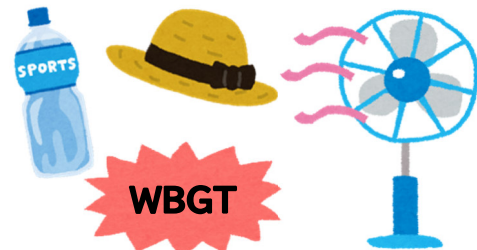
熱中症とは

高温多湿の環境で体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋内でも何もしない時でも発症し、命に関わることもあります。



熱中症予防のためのチェックポイント

- 喉が渇いていなくても、こまめに水分・塩分補給をする
- エアコンや扇風機を使い、部屋の中を涼しくする
- 涼しい服装、外出時は日傘や帽子を使用する
- 暑さ指数（WBGT）、熱中症警戒アラートを確認する



熱中症予防の一時避難施設「クーリングシェルター」

熱中症を防ぐため、危険な暑さから避難するための施設として、熱中症特別警戒情報発表時に開放します。

クーリングシェルターについては
こちら→



熱中症予防の詳細情報は
こちら↓


環境省 熱中症 検索



健康づくり課 TEL : 354-8291

地域づくりマイスター養成講座 受講生募集 7月10日(金)締め切り

市民協働安全課では、今年度も「地域づくりマイスター養成講座」を開催します。地域のまちづくりに興味をお持ちの方、ご応募をお待ちしております。

◆開催日時	7月25日(土)、8月8日(土)、8月29日(土)、9月12日(土) 9月19日(土)、10月3日(土)、10月17日(土)、11月7日(土)の全8回、 9:30~12:00(10月17日は9:30~16:30)
◆場 所	四日市市総合会館
◆内 容	「地域で市民活動・市民協働を進めるために」「効果的な広報・取材について」 「地域資源のマッピング演習」など
◆その他	定員40名(応募者多数の場合抽選)
◆申込方法	はがき、ファクス、Eメールで ①団体名・役職等 ②おなまえ ③住所 ④電話番号 ⑤メールアドレス ⑥性別 ⑦年代 をご回答の上、市民協働安全課までお申し込みください。 受講申込書またはQRフォームからも申込みできます。  [申込フォーム]
◆問い合わせ先	市民協働安全課 〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号 電話 354-8179/FAX354-8316 メール: shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp

◆コンビニ交付サービスの一時停止について

メンテナンス作業のため、下記のとおりコンビニ交付サービス業務を停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

- 一時停止日時 7月15日(水)終日
- 停止するサービス すべての証明書

◇問合せ 市民課 TEL354-8152 FAX359-0282



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の申請の仕方がわからない方やカードの更新時期を迎える方などに市内商業施設において、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ます！予約不要ですので、この機会にぜひご利用下さい！

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(令和8年6月・7月分)】

	日 程	場 所	受付時間
6月	13日(土)・14日(日)	イオンタウン四日市泊【1階中央イベント広場】	10:00
	27日(土)・28日(日)	イオンモール四日市北【1階専門店通路】	~
7月	4日(土)・5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)】	18:00
	11日(土)・12日(日)	イオンタウン四日市泊【1階中央イベント広場】	

【問合せ】マイナンバーカードコールセンター(TEL 0120-000-396)



ーマイナンバーカードの出張申請受付についてー

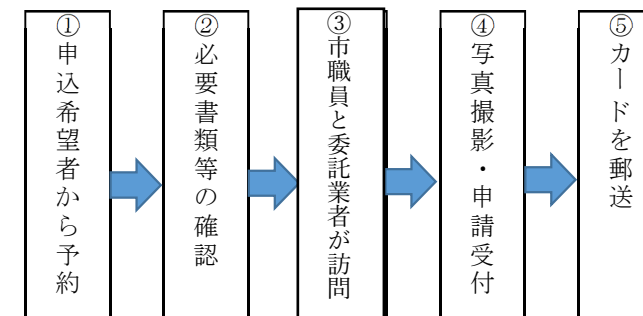
マイナンバーカードの新規申請・マイナンバーカード自体の更新について、事前予約制により出張申請受付を実施いたします。※電子証明書の更新は出張申請の対象外です。

福祉施設、企業等 市内に住民登録がある新規申請希望者、またはマイナンバーカード自体の更新時期をむかえる方が5人以上見込まれる福祉施設等を対象に、市職員と委託業者が指定の場所などを訪問し、申請手続きを一括して行います。

戸別訪問 市内に住民登録がある新規申請希望者、またはマイナンバーカード自体の更新時期をむかえる方のうち、次のいずれかに該当する方。

- ①要介護1~5の認定を受けている方
- ②身体障害者手帳1・2級又は療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級を持っている方

手続きの概要



※申請後、カードが届くまでに1~2か月かかります。



【問合せ】出張申請の申し込みやその他マイナンバーカードに関わる予約ご相談はマイナンバーカードコールセンター(TEL 0120-000-396)まで。