

お知らせ

令和8年 9月20日 (No.12)

羽津地区市民センター

TEL 331-4465

羽津地区連合自治会

羽津地区まちづくり推進協議会

TEL 331-5333 (事務局)

ホームページ <http://hazu.org/>

心も空間もスッキリ! 断捨離®入門講座

モノが多くてイライラ、どうしたら部屋がスッキリするの？

片付けたいけど何から始めたらいいかわからない…。そんな悩みを抱えていませんか？

断捨離とは単なる「お片付け」ではなく、自分にとって本当に必要なものを見極め、

不要なものを手放すことで、空間と心に余裕を生み出すためのメソッドです。

この講座では、断捨離の「基本のキ」をお伝えします。お気軽にご参加ください。

日時:11月12日(木)10:00~11:30

場 所:羽津地区市民センター 2階 ホール



講師：杉本 かよ さん（断捨離トレーナー）

定 員：15名（先着順 定員になり次第締め切ります）

参加費：テキスト代350円（当日集金します）

申込み：10月6日（火）8：30から、羽津地区市民センター窓口、または電話にて受付

デザイン書道で年賀状を書こう

デザイン書道で年賀状を書きます。初めての人でも、わかりやすく説明していただきますので、お気軽にご参加ください。

日時:11月20日(金)10:00~11:30

場 所:羽津地区市民センター 2階 ホール



講師：榮田 清峰（えいた せいほう）さん（デザイン書道家）

定 員：15名（先着順 定員になり次第締め切ります）

参加費：500円（当日集金します）

持ち物：書道用筆（太さは自由）、下敷き（フェルト地）、文鎮

墨・硯（すずり）、皿（パレット）、筆洗いバケツ、ぞうきん

※墨・硯（すずり）をお持ちでない人は、墨汁をセンターで用意します。

※半紙とハガキは先生に準備していただきますが、お持ちのハガキ、色紙に書くこともできます。

申込み：10月14日（水）8：30から、羽津地区市民センター窓口、または電話にて受付



【申込み・問い合わせ先】羽津地区市民センター TEL331-4465

[illegible]

再掲載

「認知症サポーター養成講座」のご案内

参加費無料

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその介護者の想いに寄り添い、ちょっとした手助けができる地域の応援者です。

日 時：10月5日(月)13:30～15:00 (90分程度)

場 所：羽津地区市民センター 2階 ホール

講 師：羽津在宅介護支援センター キャラバン・メイト

内 容：認知症の基礎知識、認知症の人の気持ちや接し方について
認知症の人を支える活動や相談機関の紹介など

定 員：20名(定員になり次第締め切り)

持ち物：筆記用具

申込み：羽津地区市民センター窓口または電話でお申込みください。



講座終了後、
認知症サポーターの証である
缶バッジがもらえます。

再掲載

はじめての「お金の育て方講座」のご案内

参加費無料

将来設計や夢をかなえ、生活を豊かにしてくれる「お金」について、資産形成の基礎知識を解説します。

日 時：10月15日(木)10:00～11:30

場 所：羽津地区市民センター 2階 ホール

講 師：林 香さん(明治安田生命保険相互会社)

内 容：資産形成の基礎知識とリスク管理 など

定 員：30名(定員になり次第締め切り)

その他：「ベジチェック(野菜の摂取量測定会)」も予定しています。

申込み：羽津地区市民センター窓口または電話でお申込みください。



【申込み・問い合わせ先】羽津地区市民センター TEL 331-4465



あなたのサポートで身近な人を笑顔に！

スマホサポート人材育成教室

参加費無料

四日市市のLINE 公式アカウントや電子申請システムの使い方などを学び、身近な人のスマホ利用をサポートできるようになりませんか。(サポート活動はボランティアで、任意です)

日 時：11月30日(月)

午前の部 10:00～12:00(休憩時間を含む)

午後の部 13:30～15:30(休憩時間を含む)

場 所：羽津地区市民センター 駐車場 *専用車両で実施します

対 象：どなたでも参加できます。

内 容：LINE(ビデオ通話 等)、インターネット検索、アプリ追加、防災
四日市市のLINE 公式アカウント、電子申請システム

定 員：各回3名(先着順)

持ち物：スマートフォン(お持ちでない人は貸出可能)

申込み：10月1日(木)より下記電話にて受付開始

【申込み・問い合わせ先】ソフトバンク(株) TEL 0800-111-9442

(9:00～17:00 土日祝も可)

【主 催】デジタル戦略課 TEL 354-8317

予約不要の
スマホ相談窓口も
同時開催します。
場所：羽津地区
市民センター
2階 ホール

よっかいち・はつらつ健康塾！

参加費無料・申込み不要

10月13日(火) 14:00~15:00 八田第三自治会集会所

10月27日(火) 14:00~15:00 山手町集会所

おおむね65歳以上の方を対象に、介護予防のための健康知識を学んでいただく講座です。軽い体操ができる服装でご参加ください。

持ち物：タオル
飲み物

【問い合わせ先】羽津在宅介護支援センター TEL 334-3387

ヘルスリーダーによる イキイキ教室

参加費無料・申込み不要

10月15日(木) 13:30~15:00 羽津地区市民センター 2階 ホール

おおむね65歳以上の市民の方を対象に、介護予防の運動・レクリエーション・ストレッチ・筋トレ・脳トレ・歌などを行います。体温調整しやすく動きやすい服装でご参加ください。

持ち物：タオル・飲み物
必要に応じて
マスク

【問い合わせ先】高齢福祉課 TEL 354-8170

妊産婦・乳幼児サポート講座

主催：羽津地区まちづくり推進協議会

「さろん de 志氏我野」(志氏神社内)にて開催

参加費無料・申込み不要

ベビーマッサージ教室	10月11日(日) 10:00~	持ち物：バスタオル
バレトン教室	10月20日(火) 10:30~	持ち物：フェイスタオル、飲み物

【問い合わせ先】羽津地区まちづくり推進協議会事務局(羽津地区市民センター2階)
TEL・FAX 331-5333 平日10:00~16:00

10月 みんなであそぼう！



参加費無料・申込み不要

幼稚園・保育園にまだ入園されていないお子さんと保護者の方に遊び場を提供しています。

はづ子育て支援 ぴよぴよ 志氏神社内『さろん de 志氏我野』 TEL 324-2286	10:00 ~11:30	7日・14日・21日・28日(水)
みのりこども園 TEL 332-2392	9:30 ~14:30	1日・6日・7日・8日・13日・14日 15日・20日・21日・22日・27日 28日・29日(火・水・木) *10日は15:15~16:00
羽津保育園 TEL 331-6987	9:30 ~11:30	1日・8日・15日(木) *22日(木)絵本の読み聞かせ
羽津文化幼稚園 TEL 331-3615	10:00 ~11:30	2日(金)・30日(金)
羽津幼稚園 TEL 331-4712	9:15 ~11:15	2日・7日・9日・14日・21日 23日・28日・30日(水・金)

10月の 自動車 文庫

10月 9日（金） 別名三丁目 ブルーミングハウス 13:20~14:00
 10月 9日（金） 緑丘町 集会所 14:20~15:00
 10月21日（水） 大宮町 志氏神社 13:30~14:10

たみお

民生のつぶやき



民生委員児童委員は日々の活動のうえに成り立っています。一人ひとりが地域住民の皆さんと接したこと、感じたことの課題を持ち帰り毎月の定例会等で情報を共有し課題の解決に取り組んでいるよ！

「民生」は四日市市民生委員児童委員協議会
 連合会キャラクターだよ。よろしくね！



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、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ください！

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
 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



※申請サポートで作成いただいた申請書は、ご自身で郵便ポストに投函していただき、その後、カードが完成次第（約1ヵ月半後）、市窓口にてお受け取りいただく必要があります。

マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表（10月分） *予約不要

曜 日	場 所	受付時間
3日（土）・4日（日）	日永カヨー ショッピングセンター 【2階 ひながてらす付近スペース】	10:00 ~
24日（土）・25日（日）	イオンモール四日市北店【1階 専門店通路】	18:00

【問い合わせ先】マイナンバーカードコールセンター TEL0120-000-396

こども子育て交流プラザへ遊びに行こう!!



【主なイベント日時・内容】

＜参加費無料＞

10月10日（土） 15：30～16：00	ドタバタ靴取り合戦 みんなで走って、よけて、靴を取り合おう！	対 象/小学生 定 員/20名（当日先着順） 受 付/開始 30 分前から
10月11日（日） ①10：30～11：30 ②15：00～16：00	ペットボトルキャップで工作！ 色とりどりのペットボトルキャップを、工夫していろいろなものに変身させよう	対 象/小学生 定 員/各回 20 名（当日先着順） 受 付/各回開始 30 分前から
10月13日（火） 9：30～11：00	赤ちゃん広場 体重測定や、助産師に発育相談ができます	対 象/0～18ヵ月、出産予定の人 定 員/10組（当日先着順） 受 付/9：00～10：30 持ち物/母子手帳、バスタオル
10月25日（日） 14：00～15：00	離乳食講座 取り分け離乳食を紹介します	対 象/0～18ヵ月、出産予定の人 定 員/8組（事前申込制）

※詳しくは、ホームページをご覧ください。電話にてお問い合わせください。

【問い合わせ先】こども子育て交流プラザ（東新町26-32 橋北交流会館4階）

TEL330-5020 FAX334-0606

ホームページ <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

「四日市の小中学生のための こどもの居場所」



さまざまな体験を通じて居場所を見つけてみませんか？ ぜひ、遊びに来てください！

【開催日時・内容】

＜参加費無料＞

10月7日（水） 14：00～19：00 （小学生は17：00まで）	あさけプラザ 2階 第4、5展示 会議室	常設コーナー 宿題や勉強、ミニ卓球、ボードゲーム、e-スポーツができます。おやつもありますよ。	定 員/なし 予 約/不要
10月24日（土） あさラボ ①14：15～ ②15：45～ ③17：15～（中学生のみ） 常設コーナー 14：00～19：00 （小学生は17：00まで）	あさけプラザ 2階 第4、5展示 会議室 第1小ホール	あさラボ 「プラネタリウム体験&宇宙工作」 移動式プラネタリウム体験「星たまご」に入って星空を学び、宇宙に関係する工作を楽しみます。 常設コーナーもあります。	定 員/各回20名 *先着順 *③は中学生のみ 

【場 所】あさけプラザ（下之宮町296-1）

【問い合わせ先】企画内容に関すること：アクティオ株式会社

事業内容に関すること：こども未来課

TEL359-5560

TEL354-8038

四日市市役所 受付時間変更のお知らせ

令和9年1月4日(月)から、羽津地区市民センターを含む四日市市役所の全ての窓口と電話の受付時間は、「9:00~16:30」に変わります。ご理解とご協力をお願いします。 ※一部施設や貸館利用時間等は対象外



窓口時間短縮のご案内

【問い合わせ先】働き方改革推進室 TEL 354-8105 FAX 359-0286

性の多様性に対する理解促進事業

講演&落語 ~女らしく、男らしく、でなく自分らしく~

◆日 時：11月3日(火・祝) 13:30~14:30(開場13:00)

参加費無料

◆場 所：あさけプラザ 1階 ホール

◆講 師：露の眞(つゆのまこと)さん (落語家・志摩市出身)

◆定 員：200名(先着順)

◆託 児：無料、先着8名(4ヵ月~未就学児)

申込み時に別途、電話でお申込みください。

◆その他：手話通訳・要約筆記をご希望の方は、専用フォームの該当項目を選択の上、お申込みください。

◆申込み：10月1日(木)~10月23日(金)までに、下記のいずれかの方法でお申込みください。

①専用フォーム

②市民生活課(市役所5階)または、あさけプラザにて整理券配布



【申込み・問い合わせ先】市民生活課

TEL 354-8146

E-mail: shiminseikatsu@city.yokkaichi.mie.jp



専用フォーム

はもりあ四日市講演会

一緒に生きて行こう ~あなたの愛を求めています~

★日 時：11月8日(日) 13:30~15:00(開場13:00)

★場 所：総合会館 8階 視聴覚室

★講 師：家田 莊子さん(作家・僧侶)

★定 員：200名程度(先着順)

★託 児：無料、先着10名(6ヵ月~小学3年生)

※10月22日(木)までに要申込み

★申込み：10月1日(木)9:00以降に、下記のいずれかの方法でお申込みください。

1. 申込みフォームより

2. 電話で申込み

講演会名、住所、名前、電話番号、託児の有無(希望の場合は、お子さんの名前と年齢)、手話通訳・要約筆記希望の有無を、ご連絡ください。

参加費無料



申込みフォーム

【申込み・問い合わせ先】はもりあ四日市(本町9-8) TEL 354-8331