

# 回覧

八郷地区市民センター



# ひとみ

お知らせ

『八郷のホームページ』 <http://www.yasato.org>  
『テレビ データ放送』 12チャンネル (CTY) dボタン

令和5年8月5日  
No. 843  
八郷地区市民センター  
TEL 365-0259



## はつらつ健康塾 シニアは「メタボ」より「フレイル対策」

年をとると、自分では気づかぬうちに栄養不足になっている方が見受けられます。中年期にはメタボリックシンドロームに注意しますが、高齢期には低栄養やフレイルにも気をつける必要があります。今回は、フレイルの説明と、お口のケア・食事改善を中心に気を付ける事をご紹介します。お気軽にお越しください。

日時：8月22日(火) 10:00~11:00

場所：八郷地区市民センター 2階 大会議室

持ち物：水分補給の飲み物

その他：シニア向け宅配弁当のパフレットを配布します。

問合せ：ハピネスやさ在宅介護支援センター TEL 366-3301

申込み不要



## 防災行政無線の試験放送を実施します

Jアラート全国一斉情報伝達試験に併せて、市内121箇所全ての防災行政無線の屋外拡声子局および、CTY-FMラジオ放送、四日市市Sアラート等からも一斉に放送します。

日時	試験放送内容
8月23日(水) 11:00ころ から数分程度	上りチャイム音(♪ピンポンパンポン ↑) 「これは、Jアラートのテストです。」×3 「こちらは、こうほうよっかいちです。」 下りチャイム音(♪ピンポンパンポン ↓)



※ 地域住民のみなさんに参加していただく放送ではありません。

- 059-351-4004 (自動電話応答機能) に電話していただくと放送内容が確認できます。
- 気象状況その他の理由により中止する場合があります。

問合せ：危機管理課 TEL 354-8119 メール [kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp)

## 映画を見て楽しい夏休みをすごそう

### 映画『劇場版 ポケットモンスター みんなの物語』

映画を見て楽しいひと時を過ごしましょう。どなたでもご覧いただけます。お誘いあわせの上、ぜひお越しください。小学生のみなさんは、必ずふれあいパスポートを持ってきてね。

日時：8月20日(日) 13:30~15:30 ごろまで

場所：あかつき台二・四丁目集会所ホール

主催：あかつき台ボランティア協会

後援：八郷西社会福祉協議会

◆映画会にご出席の方はマスクの着用をお願いします◆



## 高齢者大学のご案内

＜主催：八郷地区連合社会福祉協議会 共催：八郷地区市民センター＞

学びを通して仲間づくりや健康的で生きがいのある生活を見出してみませんか。みなさんお誘いあわせの上、お気軽にお越しください。事前のお申込みは不要です。詳しくは回覧をご覧ください

	八郷西小学校区	八郷小学校区
場所	あかつき台三丁目集会所	八郷地区市民センター2階大会議室
時間	10:00~12:00	13:30~15:30

回	開催日	内容
1	9月8日(金)	文化教養講座 『日本伝統芸能 歌舞伎を楽しもう』 市川團十郎・市川海老蔵 パリオペラ座公演 「勸進帳・紅葉狩」 DVD鑑賞会
2	10月13日(金)	教養講座 『贈与税と相続税 税制改正でどう変わる?』 講師：林 亮二 さん(税理士)
3	11月10日(金)	教養講座 『終活～葬儀をする前に知っておくとよいこと～ (エンディングノートの書き方)』 講師：高木 孝佳さん (四日市中央斎奉閣 一級葬祭ディレクター)
4	12月 8日(金)	文化教養講座 『お正月を楽しむ 門松づくり体験』 講師：ひまわり会

問合せ：八郷地区連合社会福祉協議会 川添 TEL 070-5251-1714

## 八郷地区活動団体協議会事務局 お休みのお知らせ

団体事務局の業務は、**8月10日(木)～15日(火)** お休みさせていただきます。

※ 八郷地区市民センターの業務は、通常通りです。

## 八郷分団が「消防操法競技大会」で敢闘賞を受賞!!

7月16日(日)、四日市市で活動する24分団が参加する「第57回消防操法競技大会」が開催されました。

競技会は5人1チームで消防車からホースを延ばし、障害物を通過しながら炎に見立てた的へ放水することで、技術や確実性を競う競技です。各分団は日ごろの活動と練習の成果を発揮すべく、合図とともに力強く素早い動きで的をめがけて放水していき

ました。競技の結果、優勝は楠分団となりました。八郷分団は全員のチームワークで敢闘賞(6位)を受賞しました。



## 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。家屋を取り壊したときもご連絡をお願いします。

問合せ：資産税課 家屋係 TEL 354-8135 FAX 354-8309

## 四日市市内の郵便局で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、郵便局社員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、この機会にご自宅や職場近くの郵便局で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
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け
- ・マイナンバーカード交付に関する案内など



受付期間：8月7日(月)～令和6年3月22日(金)

受付時間：平日 9:00～17:00 (土日祝、12月30日～1月3日を除く)

受付郵便局(市内10局)

四日市小杉郵便局	四日市曙郵便局	四日市高花平郵便局
四日市小古曾郵便局	四日市松本郵便局	四日市赤堀郵便局
四日市波木郵便局	四日市あかつき郵便局	四日市西郵便局
小山田郵便局		

問合せ：マイナンバーカードサービスセンター TEL 340-8371

## 読書に関するエッセー(随筆)を募集します

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。

対象：市内に在住または通勤、通学する小学生以上の人

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

申込み：10月4日(水)(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、市立図書館にお申込みください。

その他：募集要項は、市立図書館で配布するほか、ホームページから入手できます。

問合せ：市立図書館 [休館日] 月曜日、第2・4火曜日

〒510-0821 久保田 1-2-42 市立図書館「エッセーコンクール係」

TEL 352-5108 FAX 352-9897

メールアドレス tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp

\*件名を「エッセーコンクール」としてください。

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





## 「よっかいち農業マルシェ」を開催します

地域の生産者が育てた農産物などの販売と夏休みイベントを開催します。

日時：8月19日（土） 9：00～12：00 \*雨天実施、荒天中止

場所：農業センター 芝生広場ほか

内容：①農産物、農産物加工品の展示即売など

②スイカ、ウリ、カボチャの親子収穫体験（有料 1組500円）

当日受付：先着 30組 \*生育状況により変更する場合があります。

③観葉植物のカラーサンド植え親子体験（有料 1組1000円）

当日受付：先着 30組 \*1組で2個制作できます。

※②、③の体験の参加には受付前に整理券を配布します。

④防災教室 自由参加 \*参加賞あります

⑤バルーンアート 自由見学 \*犬などのバルーンアートをプレゼント

⑥ひまわりの摘み取り体験ができます。

\*当日、ひまわり摘み取り体験参加券を配布します。（先着100名）

その他：来場にあたり、水分補給をこまめに行うなど、熱中症対策を講じてください。

問合せ：農業センター（赤水町971-1） TEL 326-0132



## 第3回消費者講座「キャッシュレス決済とポイ活術」を開催します！

近年、ますます利用が広がるキャッシュレス決済やポイ活（ポイント活動）術について、キャッシュレス決済のメリットとデメリットに触れながら、わかりやすくお話しいたきます。キャッシュレス決済を上手に使い、ポイントをお得に貯めましょう！

日時：9月7日（木） 14：00～15：30

場所：総合会館7階 第1研修室

講師：樋口 裕倫さん（三重県金融広報アドバイザー）

定員：50名 \*事前申込不要

参加料：無料

その他：市営中央駐車場の混雑が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

問合せ：市民・消費生活相談室 TEL 354-8147



**参加費無料**

## 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”を楽しみましょう。

日 時	内 容
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：加藤 伊都子さん（認定フェミニストカウンセラー）

定 員：10人程度 \*応募者多数の場合は抽選。結果は全員へ通知します。

託 児：無料、定員3人程度（6か月から未就学児まで）

申込み：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、下記まで。または、右の申込フォームからお申し込みください。

問合せ：はもりあ四日市（本町9-8 本町プラザ3階）

TEL 354-8331 FAX 354-8339

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



## 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。

(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

問合せ：市民・消費生活相談室 TEL 354-8147



申込方法など  
詳細はこちら  
（費用は無料）

市民税・県民税  
（第2期）



納期限は

8月31日（木）です