ココロ、トキメク、ヨッカイチ
広報 よっかいち
YOKKAICHI CITY PUBLICITY PAPERS

令和7(2025)年11月20日発行
［11月下旬号］NO.1681
編集・発行／四日市市
代表電話(総合案内) ☎059-354-8104
8:30～17:15(土・日曜日、祝・休日除く)
〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号
HPhttps://www.city.yokkaichi.lg.jp

地域ブランド「泗水十貨店」お試し会

観光交流課
問（一社）四日市観光協会
(☎357-0381　FAX355-8311)

地域ブランド「泗水十貨店」の商品の一部をお試しいただける「お試し会」を開催しています。

時12月28日(日)まで
11：00～17：00
所四日市観光協会内
四十三(よそみ)茶屋
定30人／日（先着順）
申専用フォームから

第５回出会いイベント Match event ～winter night party～

こども未来課
問四日市マリッジサポート事務局
[㈱デルタスタジオ内
☎355-1320　FAX355-1321]

１対１トークを中心とした出会いイベントを開催します。

対市内に在住、または通勤するイベント当日に20～29歳の独身男女
時令和８年１月31日(土)　17：00～19：30
所1st(ファースト) FLOOR(フロア) COFFEE(コーヒー)（中川原一丁目）
定男女各15人（応募多数の場合は抽選）　料1,000円
申１月26日９：00までに、四日市マリッジサポートㅎから
他参加者への事前ガイダンスあり

四日市港ポートビル「うみてらす14(フォーティーン)」クリスマスイベント

政策推進課
問四日市港管理組合振興課
(☎366-7022　FAX366-7025)

所四日市港ポートビル14階
展望展示室「うみてらす14」

◆クリスマスコンサート

「日本夜景遺産」に認定された四日市港ポートビルから美しい景色を見ながら、クリスマスコンサートを楽しみませんか。展望展示室は、終日無料で開放します。

時12月13日(土)　15：30～16：10
内四日市メリノール学院聖歌隊による合唱
他展示コーナーは一部利用不可

◆クリスマスは展望展示室「うみてらす14」で夜景を楽しもう

平日の開館時間を延長します。

時12月22日(月)～26日(金)
10：00～21：00
料高校生以上310円、中学生以下無料

諏訪新道 一部通行止めのご案内

観光交流課
問なんでも四日の市出店者連絡協議会
(☎351-6405　FAX351-6407)

諏訪新道（三滝通りより西）を通行止めにし、「なんでも四日の市」と「お諏訪さん市」を共同開催します。マルシェや遊具、キッチンカー、綱引き大会もあります。

時11月30日(日)　9：00～16：00
（通行止めは7：00～18：00）
他天候により中止の場合あり。詳しくは、なんでも四日の市出店者連絡協議会事務局ㅎを参照

■記事の記号の意味
HP ID 13桁の数字を市ホームページ右下の「広報ページID検索」に入力すると関連ページを検索できます
対対象　時日時　所会場　内内容　師講師　定定員　料料金　持持ち物
申申し込み　他その他　問問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料、申し込み方法の記載がないものは申し込み不要

■申し込みの記号の意味
ㅎホームページ　Ⓔメール　Ⓕファクス　㋹はがき　Ⓣ電話

■申し込みの必要事項
事前申し込みは、以下の必要事項を記入してください
①行事名　②開催日時・希望の回　③代表者の住所・名前（ふりがな）・電話番号
④参加者全員の名前と年齢（学生は学校名と学年）

INDEX

01　注目情報
02　イベント・講座一覧
09　イベント・講座
14　パブリックコメント
14　募集
16　その他
21　保健だより
24　相談一覧

イベント・講座一覧

今月のイベントカレンダー
紙面に掲載しきれなかった催しも市ホームページ「四日市市イベントカレンダー」で紹介しています

◆あさけプラザ

〒510-8028　下之宮町296-1　☎363-0123　FAX363-0129　9：00～21：00
月曜日休館（祝日の場合はその翌日）　✉asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp
専用フォームは所に記載の二次元コードから

時		行事名	所	申し込みなど
12月17日(水)	13:30から（13:00受け付け）	**12月高齢者講座（健康体操）**	1階　第1集会室	対市内または三重郡に在住する60歳以上 持タオル、飲み物
令和8年1月7日(水)	10:00～11:30	**デザイン書道～書初め「令和8年の目標・抱負を」～**	3階　美術室	対市内か三重郡に在住、または通勤・通学する人 定20人（応募多数の場合は抽選）　料1,200円（材料費ほか） 持書道用具一式［書道用太筆・細筆、下敷き（フェルト地）、文鎮、墨、すずり］、汚れてもよい服装　申12月20日(必着)までに、専用フォームか往復はがきで、必要事項を、同プラザへ
1月14日(水)	10:30～11:15	**1月キッズのはつらつエクササイズ**	体育館	かけっこやバランス運動など 対市内または三重郡に在住する、2～4歳の幼児とその保護者　定40組（先着順。こどもと保護者で1組） 持動きやすい服装、上靴、バスタオル1枚、フェイスタオル2枚、飲み物　申1月11日までに、専用フォームから

◆こども子育て交流プラザ

☎330-5020　FAX334-0606　9：00～19：00（小学生以下は17：00まで）
HPhttps://cocoplaza-yokkaichi.jp/

時		行事名	申し込みなど
12月7日(日)	10:00～11:15（9:00受け付け）	**よかパパひろば（父親の子育て相談）**	さまざまな遊びとおしゃべりタイムでパパ同士が交流します 定15組程度（当日、先着順）
12月26日(金)	15:00～15:30（14:30受け付け）	**ぞうきんレース**	全力の雑巾掛けを楽しみます 対小学生　定16人（当日、先着順）

◆勤労者・市民交流センター

〒510-0886　日永東一丁目2-25　☎347-3000　FAX345-3286　8：30～20：30
火曜日休館（祝日の場合は開館）

時		行事名	所	申し込みなど
12月15日(月)	①10:00から ②13:00から ③15:00から	**シニア向け就職相談会**	東館2階　第1・2・4会議室	(公財)産業雇用安定センター職員による個別面談後、求人紹介や相談を受け付けます 対在職中、または離職後1年以内の60～70歳の人 定各1人（先着順） 申Ⓣで、産業雇用安定センター（☎059-225-5449）へ
12月20日(土)	9:30～12:00	**初めてさんでもできるクリスマスネイルアート**	東館2階　第3会議室	ツリーやオーナメントをモチーフに、ネイルチップ（付け爪）を装飾します。自分の爪には装着しません 対高校生以上　定6人（先着順）　料1,700円 申11月29日以降に、Ⓣで、または直接、同センターへ 他皮膚疾患の疑いがある人は、受講できない場合あり
		社会人のための基礎実践セミナー第1弾～ビジネスマナー編～	東館2階　第4会議室	働くうえでの心構えと組織理解を学びます（あいさつ、おじぎ、身だしなみ、立ち振る舞い、印象管理、名刺交換の習得） 定10人（先着） 申11月28日以降に、Ⓣで、または直接、同センターへ
12月27日(土)		**清潔感アップ！！ネイル＆ハンドケア講座**	本館2階　研修会議室	自分の爪が簡単に綺麗になる基本ケア 対高校生以上　定6人（先着順）　料1,700円　持タオル 申12月6日以降に、Ⓣで、または直接、同センターへ 他爪のジェルネイルやマニキュアは事前に落とすこと。皮膚疾患の疑いがある人は、受講できない場合あり
12月28日(日)	10:00～12:00	**小原（おはら）流いけばなお正月花をいけてみませんか**	東館2階　第5会議室	定15人（先着順）　料3,700円（器付き） 持持ち帰り用袋、花ばさみ（貸出用あり、要申し込み） 申12月4～20日に、Ⓣで、同センターへ

［申し込み必要事項］①行事名　②開催日時・希望の回　③代表者の住所・名前（ふりがな）・電話番号
④参加者全員の名前と年齢（学生は学校名と学年）

◆すわ公園交流館

☎350-8411　FAX350-8412　9：30～18：30　月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）

時		行事名	申し込みなど
令和８年 ２月22日(日)まで	17:00 ～ 24:00	**すわ公園から 光の贈りもの2025**	冬の風物詩、諏訪公園＆すわ公園交流館での約５万球のイルミネーションの輝きをお楽しみください
12月２日(火)	14:00 ～ 15:00	**みんなで唄おう！ 野ばら音楽会♪**	童謡や懐かしの名曲、季節の歌などを一緒に歌いましょう ■出演　Brilliant Colors
12月７日(日)	11:00 ～ 16:00	**第100回交流館 フォークジャンボリー**	地元などで音楽活動をしている人たちが、ウッドデッキをステージにオリジナルやカバーの曲を歌います。懐かしのフォークソングなどを一緒に楽しみましょう 他雨天の場合１階ホール
12月13日(土)	13:30 ～ 15:00	**四日市まちなか寄席**	■出演　ねむ亭安楽、野島洋美（琵琶）
12月14日(日)	13:00 ～ 14:30	**こども四日市 ワークショップ2025 「クリスマスプチケーキつくり」**	お菓子を飾り付けた小さなケーキと持ち帰り用の箱を作ります 対小学生　定10人（先着順）　料300円ヨーまたは300円 持飾りに使えそうなお菓子 申事前に、Ⓣで、または直接、同館へ
	16:00 ～ 17:30	**こども四日市 GOLD市民会議**	「こども四日市」をさらに面白くするために、一緒にアイデアを出し合って、具体的に形にしていきましょう 対小学５年生以上（大人も大歓迎） 申事前に、Ⓣで、または直接、同館へ
12月19日(金)	11:00 ～ 11:40	**親子三世代で楽しむコンサート**	こどもから大人まで楽しめる、プロ演奏家によるコンサート。クラシック、童謡、アニメソングなど、よく知られた曲を間近に鑑賞できます ■出演　JUNCO（歌・キーボード）、高橋真珠（ヴァイオリン）
12月20日(土)	10:00 ～ 12:00	**こどももよろこぶ 飾り巻き寿司体験講座**	親子でミニサンタの飾り巻き寿司を作ります 定８組（先着順）　料2,000円　持巻きす（30㎝×30㎝）、包丁、ふきん、ラップ、持ち帰り用容器、エプロン　申事前に、Ⓣで、または直接、同館へ　他使用食材：すし飯、のり、かまぼこ、スティックチーズ、鮭フレーク、おぼろ、山ゴボウみそ漬け
12月21日(日)	11:00～ 15:00 (各１時間。 計４回)	**手作りアロマキャンドル教室**	「1000000人のキャンドルナイトinすわ公園」で使用したキャンドルを溶かしてオリジナルアロマキャンドルを作ります 定各８人（先着順）　申事前に、Ⓣで、または直接、同館へ
12月25日(木)	10:00 ～ 11:45	**大正琴大好き！ どんぐり音楽会♪**	大正琴や得意な楽器で演奏。歌での参加や大正琴の体験もできます 持あれば得意な楽器 他演奏希望者は、楽器を持って９：55までに同館へ。定員６組（応募多数の場合は抽選）

◆三浜文化会館

☎348-5380　FAX345-3809　9：00～19：00
火曜日休館。ただし祝日、あるいは四日市市文化会館が火曜日休館の場合は開館し、翌平日が休館

時		行事名	所	申し込みなど
12月14日(日)	14:00開演 (13:30開場)	**三浜ロビーコンサート** 	１階　ロビー	同会館利用団体による発表公演。木管楽器に打楽器を加えたアンサンブルによる演奏会 ■出演　ムジクス ■演奏予定曲　クリスマス曲、朝ドラ名曲集、歌劇「カルメン」より、サウンドオブミュージックより
①12月19日(金) ②12月20日(土)	①14:00開演 ②10:00開演 ／14:00開演 (いずれも 30分前に開場)	**映画上映会 Mihama de Cinema 「三十四丁目の奇跡」**	２階　視聴覚室	ニューヨーク34丁目の百貨店を舞台に、本物のサンタクロースと自称する老人を巡る騒動を描いたハートフル・ドラマ。監督：ジョージ・シートン、出演：モーリン・オハラ、エドマンド・グウェンほか（1947年作。米国映画。モノクロ96分） 他①日本語吹替　②日本語字幕

［申し込み記号の意味］㊋ホームページ　Ⓔメール　Ⓕファクス　㊐はがき　Ⓣ電話

◆スポーツ施設

スポーツ協会（中央緑地管理事務所内）　☎345-4111　FAX346-7767　HPhttps://www.y-sports.jp

時		行事名	所	申し込みなど
令和８年 １月10日(土)	10:00 開始 (９:30 受け付け)	**チャレンジトランポリン**	相好アリーナ四日市（総合体育館）	トランポリン体験会 対市内に在住、または通学する小学１～６年生 持運動のできる服装（半袖か長袖シャツ、半ズボン、靴下）、飲み物　定100人 申12月８～22日に、所定の申込書を、Ⓔ（✉taikyou.047@y-sports.jp）・Ⓕで、または直接、同協会へ 他申込書は、同協会㊋から入手可
１月16日(金)～18日(日) (２泊３日)		**第63回 市民スキー・スノーボード教室兼大会**	平湯温泉スキー場（岐阜県高山市） 中央緑地施設管理事務所前集合（18:15受け付け）	対市内に在住、または通勤・通学する小学４年生以上（グループであればこどものみで参加可）　定47人（先着順） 料大人29,000円、小・中学生24,000円［２泊３食付き。交通費・受講料・バッジテスト受講料・大会参加料・傷害保険料含む（公認料、リフト・レンタル料別途）］ 申12月15日までに、所定の申込書に参加料を添えて、直接、同協会へ。または、Ⓔ（✉taikyou.025@y-sports.jp）・Ⓕで申し込み後、指定口座へ送金　他開催要項や所定の申込書は、同協会㊋から入手可。スキー・スノーボード大会（オープン部門）のみの参加者は、現地集合・解散
１月25日(日)	１部 10:00から ２部 12:00から (８:15 受け付け)	**第67回 四日市総合駅伝競走大会**	中央陸上競技場	■チーム編成　一般の部・高校男子の部は、監督１人、選手６人、補欠２人。シニアの部・女子の部・中学男子の部・中学女子の部は、監督１人、選手５人、補欠２人 料6,000円／チーム（中学男子・女子の部は、4,000円／チーム）　申12月19日までに、所定の申込書に参加料を添えて、直接、同協会へ。または、Ⓔ（✉taikyou.024@y-sports.jp）で申し込み後、指定口座へ送金 他開催要項や所定の用紙は、同協会㊋から入手可。雨天決行

◆そらんぽ四日市（四日市公害と環境未来館）

〒510-0075　安島一丁目3-16　月曜日休館（祝・休日の場合はその翌平日）
12月１～８日は整備休館、12月26日～令和８年１月１日は年末年始休館
A：☎354-8065　FAX329-5792　✉kougai-kankyoumiraikan@city.yokkaichi.mie.jp
B：☎354-8430　FAX354-8431　✉info@eco-yokkaichi.com
※当選者にのみ郵送で案内を送ります。開催５日前になっても案内が届かない場合は落選となります

申し込みフォーム

時		行事名	所	申し込みなど	問
12月９日(火) ～14日(日)	9:30 ～ 17:00	**公害・環境に関する研究作品展**	そらんぽ１階ロビー、研修・実習室	公害と環境に関する小・中学生の研究作品を展示します	A
12月13日(土)	10:00 ～ 15:30	**四日市市環境フェア**	(メイン会場)じばさん６階、(一部イベント会場)じばさん５階　研修室５	ヒノキや松ぼっくりなど、自然の材料を使った工作や水素エネルギーの実験などのほか、フードドライブを開催します 他四日市市環境活動表彰式、グリーンカーテンフォトコンテスト表彰式は10：30から。公害・環境に関する研究発表会・表彰式は13：30から	A
12月25日(木)	8:45 ～ 14:30	**井村屋工場見学から学ぶSDGs**	井村屋㈱本社工場（市民公園噴水前集合）	身近な食品を製造する工場で、ごみの減量やエネルギーの工夫など環境に優しい取り組みを学びます（バス移動） 対小・中学生（保護者同伴、未就学児同伴不可） 定30人（応募多数の場合は抽選） 申12月11日(必着)までに、専用フォーム、またはⒺ・Ⓕ・㊐で、同館「井村屋」係へ	B
令和８年 １月18日(日)	10:00 ～ 12:00	**自然観察会　冬のため池や雑木林のいきもの ～カモ類、冬の植物～**	北勢中央公園	冬のため池や、雑木林を散策しながら、周辺の鳥類や植物を観察してみましょう 対小学生以上（小学生は保護者同伴） 定60人（応募多数の場合は抽選） 申１月４日(必着)までに、専用フォーム、またはⒺ・Ⓕ・㊐で、同館「自然観察会１月」係へ	A

［申し込み必要事項］①行事名　②開催日時・希望の回　③代表者の住所・名前（ふりがな）・電話番号
④参加者全員の名前と年齢（学生は学校名と学年）

◆そらんぽ四日市（博物館・プラネタリウム）

申し込みフォーム

〒510-0075　安島一丁目3-16　月曜日休館（祝・休日の場合はその翌平日）
12月1日～8日は整備休館、12月26日～令和8年1月1日は年末年始休館
☎355-2700　FAX355-2704　✉hakubutsukan@city.yokkaichi.mie.jp
HPhttps://www.city.yokkaichi.mie.jp/museum.html

時		行事名	所	申し込みなど
11月30日(日)まで		**特集展示「館蔵品展Ⅲ　赤羽刀（あかばねとう）」**	3階　常設展示室展覧処「白里亭」	戦後GHQにより接収･管理された赤羽刀のうち、同館所蔵の刀剣を展示
12月9日(火)～令和8年3月1日(日)		**特集展示「館蔵品展Ⅳ　大正・昭和のモダンデザイン」**		同館の収蔵品の中から大正から昭和にかけて人気を集めた絵封筒や豆本を紹介
12月13日(土)	10:00～12:00	**大人の社会科②「豆本を作ろう」**	1階　講座室	手のひらサイズの小さな本を作ります 定25人（応募多数の場合は抽選）　料500円 申12月3日(必着)までに、必要事項を、専用フォームか㋮で、同館「豆本を作ろう」係へ
	19:00～20:30	**ふたご座流星群観望会**	伊坂ダム	14日(日)の明け方までは月明かりがないため、長い時間、流星観測を楽しめます 他きらら号は出動なし。天候不良時は中止。参加者が多い場合は制限あり。天候不良などによる実施判断は、開始時刻の3時間前に同館SNS（Facebook、Instagram、X）で発信
12月14日(日)	13:15～15:15	**時空街道ツアーex**	3階　常設展「時空街道」入口集合	プラネタリウムを含めた「そらんぽ四日市」のコンセプトを博物館ボランティアと天文分野の学芸員が案内 定20人（当日、先着順）
12月20日(土)	14:00～15:30	**学芸員講座②「小林かいちのデザイン～絵封筒コレクションより～」**	1階　講座室	特集展示「館蔵品展Ⅳ　大正・昭和のモダンデザイン」に関連し、京都で活躍した図案家・小林かいちがデザインした絵封筒などを解説 定50人（当日、先着順） 他手話通訳・要約筆記あり

プラネタリウム冬番組

時12月9日(火)～令和8年3月1日(日)　所5階　プラネタリウム
料一般550円、高校・大学生390円、小・中学生210円、幼児無料
内①ファミリー番組「すみっコぐらし　ひろい宇宙とオーロラのひかり」
②一般番組「スターリー スカイ　天空に舞う星座たち」
③幼児番組　はじめてのプラネタリウム「しまじろうとおつきさまのひみつ」
※幼児対象の番組のため、大人のみでの観覧は不可
④時空街道ツアーex環境番組「宇宙から見た地球」※無料

■タイムテーブル（投映時間は入場を含めて約55分　幼児番組は約45分）

			10:05～11:00	11:20～12:15	13:05～14:00	14:20～15:15	15:35～16:30	18:20～19:15
基本タイムテーブル	平日	木曜日（下記日程を除く）	学校団体利用			①		
		火・水・金曜日（下記日程を除く）	学校団体利用			②		
	土曜日（下記日程を除く）		①	①	②	②	①	②
	日･祝･振休（下記日程を除く）		①	①	②	②	①	
特別タイムテーブル	12/21, 1/18, 2/15		③	③	②	②	①	
	1/12, 2/11, 2/23		③	①	②	②	①	
	12/14, 1/4		①	①	②	④	①	
	12/24, 25 1/2, 6, 7		①	①	②	②	①	

［申し込み記号の意味］㊋ホームページ　Ⓔメール　Ⓕファクス　㊐はがき　Ⓣ電話

◆その他

時		行事名	所	申し込みなど	問い合わせ先など
令和８年 ２月22日(日) まで	17:00 以降の 営業列車	**四日市あすなろう鉄道　イルミネーション列車**	四日市あすなろう鉄道車内（２両）	イルミネーションを装飾した車両を運行 料普通運賃　他運行ダイヤは、四日市あすなろう鉄道㊋（HPhttps://yar.co.jp）、Facebook「あすなろう鉄道日和」を参照	公共交通推進室 (☎354-8095 FAX354-8404)
12月１日(月)～ 令和８年２月28日(土)		**巡ろう！あすなろう！鉄道沿線スタンプラリー**	あすなろう四日市駅ほか	四日市あすなろう鉄道に乗って、沿線スポットを巡るスタンプラリー 他詳しくは、(一社）日本自動車連盟㊋へ	公共交通推進室 問(一社)日本自動車連盟三重支部 (☎059-222-2300)
12月３日(水)	14:30 ～ 16:30	**小中学生のためのこどもの居場所**	あさけプラザ２階　第４・５展示会議室	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（おやつあり） 対市内に在住する小・中学生	こども未来課 (☎354-8038) 問アクティオ㈱ (☎359-5560)
①12月４日(木) ②12月５日(金)	①10:00 ～15:00 ②10:00 ～13:30	**いきいきサークル・母子寡婦福祉会作品展＆バザー** 	総合会館４階会議室、技能取得室	編み物・和裁・書道サークルや、母子寡婦福祉会の作品展示、手芸品・和菓子などの販売 他公共交通機関を推奨	母子・父子福祉センター (☎／FAX354-8277)
12月５日(金)	18:30 ～ 20:30 (18:00 受け付け)	**四日市志創業応援隊　創業カフェ「飲食店開業セミナー」（全２回）**	四日市商工会議所	飲食店の開業に向けた基礎知識（コンセプトの設定、物件の選び方、集客のポイントなど）を学びます。２回目は令和８年１月９日(金)18：30に開催予定 対これから創業を考えている人、創業後間もない人　持筆記用具 申事前に、㊋（HPhttps://www.yokkaichi-sogyo.com）から	商業労政課 問四日市商工会議所経営支援課 (☎352-8290)
12月７日(日)	8:00 ～ 10:00	**吉崎海岸早朝清掃・環境学習**	吉崎海岸	市内の貴重な砂浜海岸である吉崎海岸を保全するため、清掃と外来植物の駆除をします。その後、海に関する楽しい勉強会を開催します 持運動靴、帽子、タオル、飲み物、雨具 他雨天決行。中止の場合は㊋（HPhttp://umigame2009.com）でお知らせ	環境政策課 問楠地区まちづくり検討委員会 (☎398-3121)、四日市ウミガメ保存会　山田 (☎090-3951-5881)
	9:00 ～ 11:30	**手作りしめ縄で新年を迎えませんか？**	楠歴史民俗資料館	対小学４年生以上（小学生は保護者同伴） 定10人（応募多数の場合は抽選。結果は全員へ12月３日に通知）　料1,000円 持はさみ、あればペンチ、作業のできる服装、防寒着 申11月22日～12月２日（9:00～17:00）に、Ⓣで、または直接、同館へ	楠歴史民俗資料館 [☎398-3636 FAX398-3637 (月曜休館。祝日の場合その翌平日)]
	12:30 ～ 15:20 (12:00 受け付け)	**第40回四日市市障害者大会**	総合会館８階視聴覚室	■講演会　「災害時『も』安心安全な地域に向けて～近年の大災害に学ぶ～」式典、顕彰、当事者発表など 師跡見学園女子大学教授　鍵屋（かぎや）一（はじめ）さん 定221人（当日、先着順） 他公共交通機関を推奨。手話通訳・要約筆記あり	障害福祉課 (HPID17588616 83243) 問四日市市精神保健福祉会（四季の里・あおぞらワーク） (☎328-3110 FAX328-2940)
12月10日(水)	13:30 ～ 15:00	**がん患者と家族のおしゃべりサロンin四日市**	総合会館７階第３研修室	情報交換や、お互いの悩みを話し合うがん患者のための交流会 対がん患者と家族 申事前に、三重県がん相談支援センターへ	保健企画課 問三重県がん相談支援センター (☎059-223-1616)

［申し込み必要事項］①行事名　②開催日時・希望の回　③代表者の住所・名前（ふりがな）・電話番号
④参加者全員の名前と年齢（学生は学校名と学年）

時		行事名	所	申し込みなど	問い合わせ先など
12月11日(木)	10:00 〜 11:30	**花の寄せ植え教室**	農業センター	葉ボタン、ガーデンシクラメン、ビオラ、パンジーなどを使って花の寄せ植えを作ります 対市内に在住、または通勤・通学する人 定15人（応募多数の場合は抽選） 料1,500円　持軍手、飲み物 申12月５日までに、専用フォームから	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)
12月13日(土)	9:00 〜 12:00	**定期普通救命講習**	北消防署	心肺蘇生法（胸骨圧迫）、AED（自動体外式除細動器）の使用法、止血法、異物除去など 対市内に在住、または通勤・通学する中学生以上　定20人（先着順） 申12月６日までに、専用フォームかⓉで、消防本部消防救急課へ	消防本部消防救急課 (☎356-2006 FAX356-2016)
	10:00 〜 12:30 （9:30 受け付け）	**Bizcafeよっかいち**	ビズ・スクエアよっかいち(栄町)	先輩起業家や支援者などをゲストスピーカーに迎え、ビジネスアイデアを得たり、経営の悩みをシェアしたりする勉強会。講演後、交流会を開催 対起業家と起業に興味がある人 定20人（先着順）　料500円　申事前に、㊍(HPhttps://www.bizcafe41.jp/）から	商業労政課 問サイネット㈱ビズ・スクエアよっかいち (☎329-5407 FAX329-5408)
	14:00 〜 15:30	**第12回市立四日市病院市民公開講座**	市立四日市病院研修センター４階　多目的ホール	■講座　もっと知ろう！乳がんのこと 「乳がん治療の最前線」、「乳がん患者さんを支える看護師の役割〜診断時から受けられるケア〜」 持マスク	市立四日市病院地域連携・医療相談センター「サルビア」 (☎354-1111 FAX354-2214)
12月13日(土) ・21日(日)	10:00 〜 16:00	**借金のお悩み電話相談会**		借金などのお悩みに関する電話相談 ■専用電話　059-224-2458（２日間のみ） 他相談は１人30分程度	市民・消費生活相談室 問三重県多重債務者対策協議会（☎059-224-2400）
12月14日(日)	10:00 〜 11:30	**国際理解講座「オーストラリア」**	本町プラザ１階　ホール	オーストラリア出身の三重県国際員が、母国の食べ物、観光スポット、文化などを日本語で紹介 定40人（先着順） 申事前に、Ⓔ・Ⓣで、国際交流センターへ	国際交流センター (☎353-9955 FAX355-5931 ✉yic@yokkaichi-shinko.com)
	10:00 〜 16:00	**全国和菓子めぐり（毎月第２日曜日）**	茶室「泗翠庵」立礼席(いす席)	■館最中（茨城県筑西市） 料一服550円　他60個限定（なくなった場合、通常の和菓子）。入席は15：40まで	茶室「泗翠庵」 (☎／FAX352-4960)
		四日市ドーム体験講座 オリジナルのしめ縄をつくろう	四日市ドーム大会議室	新年を飾るしめ縄をプリザーブドフラワーで作成します 対高校生以上　定15人（先着順）　持ハサミ 料4,000円（材料費込み。当日、支払い） 申12月７日までに、同所㊍（HPhttps://yokkaichi-dome.com/school/）「教室のご案内」から、または受講申込書を、直接、同事務所へ	四日市ドーム (☎330-3131 FAX330-3133)
12月20日(土)		**四日市あすなろう鉄道クリスマスマーケット**	日永駅	本市や周辺市町の飲食店・雑貨店が出店。あすなろう鉄道の駅を巡るクリスマスマーケットオリジナルのスタンプラリーも開催 他日永駅の構内に入る場合は、入場料が必要。詳しくは、㈱農協観光㊍を参照	公共交通推進室 問㈱農協観光中部支店 (☎052-951-2124)
	13:30 〜 16:00	**小中学生のためのこどもの居場所「お楽しみクリスマス会」**	あさけプラザ２階　第４・５展示会議室、第１小ホール	マリオカート対戦、プチケーキへのデコレーション、ペーパークラフトでオーナメント作り、ミニ卓球、ボードゲーム（おやつあり） 対市内に在住する小・中学生	こども未来課 (☎354-8038) 問アクティオ㈱ (☎359-5560)

［申し込み記号の意味］㊐ホームページ　Ⓔメール　Ⓕファクス　㊒はがき　Ⓣ電話

時		行事名	所	申し込みなど	問い合わせ先など
12月21日(日)	10:00〜12:00	**犯罪被害者等支援のための講演会**	総合会館８階視聴覚室	■講演会　第１部　「子どもが守られる社会をつくるために－学校での性暴力と声を聴きつなぐ会の経験から－」、第２部　「犯罪被害者等からの回復に向けて」 定150人（応募多数の場合は抽選） 師第１部　声を聴きつなぐ会、第２部　みえ犯罪被害者総合支援センター 申12月20日(必着)までに、専用フォームから、または必要事項を、Ⓔ・Ⓕ・郵送で、〒510-8601　市民協働安全課へ	市民協働安全課 (☎354-8179 FAX354-8316 ✉shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp)
	10:00〜15:00(14:30まで受け付け)	**第75回四日市市民芸術文化祭行事「クリスマス茶会」**	茶室「泗翠庵」広間	伝統文化の茶道とクリスマスのコラボで、自由に親子で茶会を楽しみましょう 料一服1,000円	文化課 問文化協会 (☎／FAX347-1023) 中野（☎090-7045-9028）
	12:25から	**三重ホンダヒートをスタジアムで応援しよう！**	三重交通Gスポーツの杜鈴鹿サッカー・ラグビー場	対戦相手：コベルコ神戸スティーラーズ 対県内に在住、または通勤・通学・通園する人と家族　定1,100人（先着順） 料1,000円（18歳以下無料） 申専用フォームから	スポーツ課 問三重ホンダヒート（☎059-329-6665）
12月24日(水)	13:30〜16:00	**冬野菜の育て方教室＆クッキング**	農業センター	冬野菜の育て方の学習と、冬野菜を使った料理をします（保護者の見学可） 対市内に在住、または通学する小学１～３年生　定12人（応募多数の場合は抽選） 料500円 持エプロン、マスク、三角巾、飲み物 申12月15日までに、専用フォームから	農業センター (☎326-0132 FAX326-1162)
①令和８年１月17日(土) ②１月18日(日)	10:00〜12:00（9:30受け付け）	**富良野自然塾in少年自然の家１月**	少年自然の家	五感を使って地球や自然の大切さを学ぶ野外講座 対こどもを含む家族 定10組（応募多数の場合は抽選。市内に在住する人を優先）　料1,000円／組 申①12月17日、②12月18日までに、同所㊐「お問い合わせフォーム」から	少年自然の家 (☎329-3210 FAX329-2095 HPhttps://www.seibu-la.co.jp/yokkaichi/)
１月25日(日)	9:30〜14:00	**総合型地域スポーツクラブPRイベント「スポーツクラブフェス」**	四日市ドーム	なわとびや合気道、ボッチャ、モルックなど多彩な種目を体験できます。こどもから大人まで、気軽に参加できます 申一部の種目は事前予約 他健康測定や体操体験あり。詳しくは、左記二次元コードを参照	スポーツ課 (☎354-8429 FAX354-8432)

◆四日市けいりん

けいりん事業課（☎331-3457　FAX333-3261　✉jigyou@city.yokkaichi.mie.jp）

四日市けいりんホームページ

12月	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
	昼	西日本カップ名古屋ＦⅠ♥			佐世保ＧⅢ							伊東温泉ＧⅢ				西日本カップ防府ＦⅠ					広島ＧⅢ				ジャパンカップ小田原ＦⅠ			YGP GGP GP 平塚♥			
		H♥			取手ＦⅠ							京都向日町ＦⅠ in奈良									和歌山ＦⅠ♥					防府ＦⅠ♥						J
	ナイター	Ⅰ	松戸ＦⅠ			松阪ＦⅠ♥							四日市ＦⅠ			別府ＦⅠ							四日市ＦⅠ		西日本カップ奈良ＦⅠ		玉野ＦⅠ				
												武雄ＦⅠ♥									静岡ＦⅠ						岐阜ＦⅡ♥		小倉ＦⅠ		

♥…ガールズケイリン　　H：伊東温泉ＦⅠ　Ⅰ：京王閣ＦⅠ　J：岸和田ＦⅠ　　※日程は、追加・変更の場合あり

［申し込み必要事項］①行事名　②開催日時・希望の回　③代表者の住所・名前（ふりがな）・電話番号
④参加者全員の名前と年齢（学生は学校名と学年）

◆図書館

- 市立図書館　☎352-5108　FAX352-9897　月曜日、第２・４火曜日休館
  利用時間９：30～19：00（土・日、祝日は17：00まで）
- あさけプラザ図書館　☎363-0102　FAX361-1990　月曜日休館（祝・休日の場合はその翌日）
  利用時間10：00～18：00（土・日、祝・休日は17：00まで）
- 楠交流会館図書室　☎397-2277　FAX397-2160　月曜日、祝日休館。利用時間９：00～17：00

所	時		行事名	対象など
市立	12月４～18日の木曜日	11:00から	**赤ちゃん絵本のよみきかせ**	対０歳から　所１階　児童室　定10組程度 他当日10：30から整理券を配布
	12月13日(土)	10:30から	**文色草子朗読組「朗読ライブ」**	対中学生以上　所２階　視聴覚ホール
		14:30から	**絵本ライブラリー（読みきかせ）**	対幼児から　所１階　児童室
	12月14日(日)	14:00から	**小学生版冬のおはなしぎんのかい（語り）【拡大版】**	対小学生から　所２階　視聴覚ホール
	12月17日(水)	15:30から	**おはなし（語り）と読みきかせ**	対幼児から　所１階　児童室
	12月20日(土)	14:30から	**絵本の読みきかせ**	
	12月24日(水)	14:00から	**クリスマスCanのおはなしびっくりBOX（読みきかせ）【拡大版】**	対幼児から　所２階　視聴覚ホール
	12月27日(土)	14:30から	**どっこいしょのおはなし会（語り）**	対幼児から　所１階　児童室
あさけ	12月６日(土)	14:00から	**紙しばい**	所幼児コーナー
	12月３日・17日（いずれも水曜日）	11:00から	**よちよちさん（0歳から）の読みきかせ**	対乳幼児と保護者　所幼児コーナー
	12月20日(土)	14:00から	**冬のおはなし会**	所１階　身体測定室
楠	12月２日(火)	10:30から	**よみきかせ　クリスマス**	所２階　和室
	12月13日(土)		**おはなし会**	所２階　研修室
	12月21日(日)			
	12月25日(木)		**よみきかせ　ひよこ**	対０歳から　所１階　えほんのへや

eスポーツ大会「こにゅうどうくんカップ」

観光交流課
（☎354-8286　FAX354-8315）

eスポーツ大会（ストリートファイター６　２on２大会）を開催します。大会終了後、懇親会を実施します。

対15歳以上（ゲーム経験者向け）
時令和８年１月10日(土)　11：00～19：00（10：00受け付け）
所四日市商工会議所１階　ホール
■ゲスト　ゴールデンボンバー歌広場淳（じゅん）さんほか
定350人（先着順）
申12月26日までに、専用フォームから

「もったいない」を「ありがとう」にフードドライブ

生活環境課
（☎354-8192　FAX354-4412
HP ID 1758255021691）

食品ロス削減のため、家庭で眠っている食品をぜひお持ちください。四日市市環境フェアと同時開催。

■寄付できる食品
・常温保存ができて、未開封
・賞味期限まで１カ月以上ある
※缶詰、米、乾物（パスタ、うどんなど）、レトルト食品、飲料、お菓子、調味料など

■寄付できない食品
・生鮮食品（生ものや野菜など）
・包装や外装が破損している
・ほかの容器に移し替えたもの
・賞味期限が明記されていない（米は除く）
・手作りのもの（クッキーなど）
・アルコール類（料理酒、しょう油、みりんは除く）
※寄付できない食品は要持ち帰り

時12月13日(土)　10：00～15：30
所じばさん１階　正面入口
他寄付された食品は、四日市市社会福祉協議会を通じてこども食堂などに寄付

広報ページID検索

本文中に記載された HPID(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

令和７年度　冬季スポーツ教室

スポーツ協会（中央緑地施設管理事務所内　☎345-4111　FAX346-7767　✉taikyou.044@y-sports.jp　HPhttps://www.y-sports.jp）

対市内に在住、または通勤・通学する人（年齢は教室初日、学年は令和７年４月１日現在）
定下表参照（応募多数の場合は抽選。結果は全員に通知）
申12月10日（必着）までに、Ⓔか往復Ⓐで、または直接、必要事項と、託児付き教室の託児を希望する場合は、こどもの名前（ふりがな）・性別・年齢を、〒510－0886　日永東一丁目３－21　四日市市スポーツ協会「スポーツ教室申込」係へ。直接申し込む場合は、申込書に返信用Ⓐ（裏面は白紙）を添付
他●申込書は、同協会Ⓗから入手可　●料金は保険料を含む　●受講料は、教室初日に集金　●乳幼児同伴での教室参加は不可　●こどものみのロビーでの待機は禁止　●申し込み状況により、開催中止となる場合あり　●各教室の日程は、天候などにより変更・中止となる場合あり。詳しくは、同協会Ⓗを参照　●教室中は、写真・映像などを撮影することがあり、主催者が同協会Ⓗ・情報発信案内およびパンフレットなどに無断で掲載することを了承した上で要申し込み

教室名	対	時			所	回数	定	料
親と子のウェルネスリトミック①	親と子(1～3歳)	火	1/13～3/17	9：30～10：15	相好アリーナ四日市多目的室1	10	15組	8,000円
親と子のウェルネスリトミック②				10：30～11：15		10	15組	8,000円
アナトミック骨盤ヨガ	16歳以上			19：00～20：30		10	50人	5,000円
ウォーキング＆ストレッチ		水	1/14～3/18	9：30～11：00	中央陸上競技場	8	40人	3,200円
スロージョギング				11：00～12：30		8	40人	3,200円
バランスボールエクササイズ	16歳以上の女性		1/14～3/25	13：15～14：15	相好アリーナ四日市多目的室2	9	25人	4,500円
やさしいピラティス				14：45～15：45		9	50人	4,500円
卓球	16歳以上	木	1/15～3/19	9：30～11：30	相好アリーナ四日市アリーナ	10	60人	5,000円
骨盤エクササイズ&ウェーブリング	16歳以上の女性			19：30～20：30	相好アリーナ四日市多目的室1	10	60人	5,000円
プア　レフア（フラダンス）	16歳以上	金	1/23～3/27	10：00～11：30		7	50人	3,500円
スローエアロビック	65歳以上		1/30～3/27	10：30～11：30	相好アリーナ四日市多目的室2	6	50人	3,000円
ＺＵＭＢＡ	16歳以上			13：30～14：30		6	50人	3,000円
かけっこ教室	小学1～3年生	土	1/10～3/14	9：00～10：00	桜運動施設多目的広場	10	30人	4,000円
ジュニア陸上	小学4～6年生			10：30～12：00		10	30人	4,000円
マット運動が上手になるレスリング教室	年少～中学3年生		1/10～3/21	9：00～10：00	中央レスリング場	10	20人	4,000円
託児付き ウェルネスヨガ	16歳以上	月	1/19～3/30	10：00～11：30	相好サブアリーナ四日市	10	50人	5,000円
託児付き スタイルアップヨガ		水	1/7～3/18			10	50人	5,000円
託児付き ヨガ(入門)		金	1/9～3/13	9：30～10：30		8	70人	4,000円
託児付き シェイプアップエクササイズ				11：00～12：00		8	70人	4,000円
託児	1歳以上	各教室と同日程			幼児室		各25人	2,400円～

※四日市テニスセンターでは、ジュニアスクール、一般スクールの各テニス教室を年間を通じて水・木・金曜日に実施。
申し込み・問い合わせは、テニス教室専用ダイヤル（☎080－4844－0968）へ

はもりあカレッジ2025 心(精神・心理)と社会性のフレイル ―私って、うつ?―

はもりあ四日市
（☎354-8331　FAX354-8339
日・月曜日、祝日休館
HPID1761108028713）

対市内に在住、または通勤・通学する、全２回参加できる人

時	内
令和８年 1月17日(土) 14：00～15：30	心（精神・心理）と社会性のフレイルとは? ―認知機能低下・うつ・孤独・閉じこもり―
1月24日(土) 14：00～15：30	心（精神・心理）と社会性のフレイル予防 ―笑いや運動等で改善をはかろう―

所本町プラザ３階　会議室
定20人（先着順）
申11月25日９：00以降に、専用フォーム、またはⒻ・Ⓣで、必要事項、託児希望の場合はこどもの名前と年齢を、はもりあ四日市へ
他託児あり（６カ月～未就学児。先着８人。１月７日までに、要申し込み）
■企画・運営　まんなか

おしゃべりえほんの会 テーマ「新刊絵本を読む」

市立図書館
（☎352-5108　FAX352-9897）

絵本の楽しさを自由に語り合う、大人向けの講座です。１年間に入った新刊絵本の中から司書が選んだ本を読み合います。
時12月２日(火)　10：00～11：30（９：45開場）
所市立図書館２階　視聴覚ホール
持あれば、お薦めの新刊絵本

自動運転実証実験

公共交通推進室
（☎354-8095　FAX354-8404）

中心市街地の回遊性向上を目的に自動運転実証実験を行います。

時12月９日(火)～26日(金)
（月曜日除く。関係者のみの試乗日あり）

■運行区間　中央通り（市役所～JR四日市駅間）

申12月４日以降に、専用フォームから

他詳しくは、スマートシティポータルサイトを参照

避難所における外国人避難者受け入れ訓練

多文化共生推進室
問国際交流センター（☎353-9955
✉yic@yokkaichi-shinko.com）

外国人の避難者を受け入れる体験を通して、避難所の運営に必要な知識や課題への対処法を学びます。

対地域防災に関わる自主防災組織、自治会関係者、災害時の外国人支援に関心のある人

時12月21日(日)　12：30～16：30

所なやプラザ体育館

申12月２日までに、専用フォーム、またはⒺ・Ⓣで、必要事項、メールアドレス、所属を、国際交流センターへ

介護予防教室「オーラルフレイル予防講座」

ステップ四日市
（☎348-4008　FAX346-4070）

オーラルフレイル（口腔機能の衰え）の原因と、予防・対策を学びます。

対市内に在住するおおむね65歳以上

時12月15日(月)　14：00～15：00
（13：40受け付け）

所ステップ四日市２階　ホール（日永東一丁目）

定30人程度（応募多数の場合は抽選）

申12月５日までに、専用フォーム、またはⒻ・Ⓣで、必要事項、性別を、ステップ四日市へ

e－ケアネットよっかいち講演会「障がいのある子が生まれても」

障害福祉課
問(一社)e-ケアネットよっかいち事務局
（☎329-5262　FAX329-5263
✉natyuranyokkaichi@helen.ocn.ne.jp）

対障害福祉への理解を深めたい人

時12月14日(日)　10：00～12：00

所北勢きらら学園体育館(下海老町)

師e－ケアネットよっかいち代表（貝沼内科小児科院長）　貝沼圭吾さんほか

定120人（先着順）

申12月７日までに、専用フォームかⒺで、必要事項を、同団体へ

他手話通訳・要約筆記あり

子ども読書研修会「子どもと本をつなぐ大人の役割」

市立図書館
（☎352-5108　FAX352-9897）

こどもたちが、自分の力で読み、楽しみ、考えられるように育つための、大人の役割について解説します。

対読み聞かせボランティアなどの活動をしている、または活動に興味のある人

時12月７日(日)　10：00～11：30

所市立図書館２階　視聴覚ホール

師皇學館大学司書・司書教諭課程非常勤講師　林千智さん

定30人（先着順）

申11月21日９：30以降に、専用フォームかⒻで、または直接、必要事項を、同館へ

他託児なし

国指定天然記念物御池沼沢植物群落で環境保全活動に参加しませんか

文化課（☎354-8238　FAX354-4873
✉bunka@city.yokkaichi.mie.jp）

時12月14日(日)　９：00～12：00
（小雨実施）

所天然記念物御池沼沢植物群落東部指定地（西坂部町）

持作業しやすく汚れてもよい服装、長靴、あれば草刈機（軍手、お茶、草刈機の燃料、鎌、熊手は用意あり）

申12月８日までに、専用フォーム、またはⒺ・Ⓣで、必要事項、参加人数、交通手段を、文化課へ

他交通費の支給なし。駐車場は、大池中学校武道場横駐車場を利用可。傷害保険に加入。西部指定地の除草は令和８年２月８日(予定)。別途募集

ミニ情報

◆四日市まんなかこどもステーション
所(1)(3)(4)同所（西町）
問同所（☎351－6670　FAX351－6679）

(1)絵本のひろばとクリスマスランチ
対未就園児と保護者　時12月４日㈭ 10：30～13：00（10：00受け付け）　定８人（先着順）　料1,300円、こども用ランチ100円（必要な人のみ）

(2)文化芸術鑑賞体験「おむすび」
対０～２歳　時12月５日(金)　11：00開演（10：40開場）　所三浜文化会館練習室Ｃ　料親子2,000円／組（大人追加1,000円／人、こども追加500円／人）大人のみ2,000円／人

(3)子育て中の方、ゆっくりお話ししませんか？「カフェまんなか」
時12月10日(水)　10：00～12：30（９：45受け付け）　定５組（先着順）　料500円／組　他託児あり（500円。２人目から250円）

(4)みんなの居場所「きらり」クリスマスランチを作ろう
対未就園児と保護者　時12月11日㈭　10：30～13：00（10：00受け付け）　定５組（先着順）　料200円（別途材料費）

◆四日市友の会友の家
所同会（智積町）

（1）クリスマスセール
手作りの焼き菓子、布製品などの販売をします。
時12月６日(土)　10：00～12：00（９：30から整理券配布）　持マイバッグ　問同会（☎326－2081　火・金午前のみ）

(2)「わくわく子どもひろば」クリスマスの飾りを作ります
対小学生以下と保護者　時12月14日㈰　９：45～11：30　定10組　料100円／組、50円（こども保険料）　持飲み物、手拭きタオル、あれば上靴　問関（☎090－9940－1243　FAX355－1535）

広報ページID検索 本文中に記載された HPID(13桁の数字)を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

健康づくり教室

三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）[☎349-3311 FAX348-0017（月曜日休館、祝日の場合はその翌日）]

所ヘルスプラザ 定下表参照（応募多数の場合は抽選）
申12月20日（必着）までに、Ⓕ・Ⓚ・Ⓣで、必要事項、今までにかかった病気および治療中の病気・心臓病・不整脈・運動制限の有無（ある場合は、病名と発症した時期、主治医の許可の有無）、内服薬の有無（ある場合は、薬名）、関節の痛みの有無（ある場合は、部位）を、〒510－0851 塩浜町１－11 ヘルスプラザへ
他主治医が運動不可と判断した場合は、参加不可。６～12月に、同じコースに複数回の申し込み不可（異なるコースには申し込み可）。令和８年１月以降は２回目の応募可（応募者多数の場合は初回の人を優先）ただし、いきいきライフ教室は参加回数の制限なし

教室名		対	時			定	持
シニア・ここカラ教室（水中運動コース） 関節への負担が少なく、介護予防に効果的な運動をします		おおむね65歳以上で、肩・膝・腰の痛み、骨粗しょう症などでお悩みの人	水	１月７～28日 全４回	9:45 ～ 10:45	各20人	水着、水泳帽
転ばぬ先の健康教室（水中運動コース） 介護予防に効果的な運動をします		おおむね65歳以上の体力低下を感じている人、要介護認定申請の要支援者、市の総合事業における基本チェックリストの該当者と介助者	木	１月８～29日 全４回	13:30 ～ 14:30		
足腰パワーアップ教室（陸上運動コース） 関節への負担が少ない運動を中心にします。ちょっと頑張る人向けです		18歳以上で、肩・膝・腰の痛み、骨粗しょう症などでお悩みの人	金	１月９～30日 全４回	9:45 ～ 10:45		運動できる服装、運動靴（上靴）
いきいきライフ教室 障害のある人と介助者が一緒に運動をします	水中運動コース	18歳以上で、身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳のいずれかの所持者と介助者（手帳所持者で介助が必要ない人は、本人のみで参加できる場合もあります。手帳所持者以外でも、運動機能の低下により、立つ・歩くなどの日常生活動作に介助が必要な人は参加できる場合もあります）	火	１月６・20日	10:00 ～ 11:00	各３組	水着、水泳帽
	トレーニングジムコース		水	１月14日	13:30 ～ 14:30		運動できる服装、運動靴（上靴）

シルバー人材センター定期入会説明会のお知らせ

福祉総務課
問シルバー人材センター
（☎354-3670 FAX351-4830）

対市内に在住する原則60歳以上の人で、健康で働く意欲のある人

■定期入会説明会

時	所
12月10日(水) 13：30から	シルバー人材センター（十七軒町）
12月24日(水) 13：30から	あさけプラザ２階 第１小ホール
令和８年 １月14日(水) 13：30から	シルバー人材センター（十七軒町）
１月28日(水) 13：30から	あさけプラザ２階 第１小ホール

持筆記用具。当日入会される場合は、①年会費3,600円（初年度のみ2,200円） ②通帳（本人名義のもの、ゆうちょ銀行も可） ③運転免許証、保険証、マイナンバーカードなど本人確認ができるもの

生涯学習情報誌「まなぼうや通信」を一緒に作りませんか

市民生活課
（☎354-8146 FAX354-8316）

生涯学習情報誌「まなぼうや通信」のボランティア記者になるために、広報誌づくりの基礎や取材方法を学習します。

対パソコンでメールのやりとり、Wordでの文章入力や写真撮影ができ、取材活動に関心のある人
時令和８年１月21日(水) 10：00～11：45、１月26日(月) 10：00～11：30 全２回
所総合会館７階 第２研修室
定５人程度（応募多数の場合は抽選）
申12月24日（必着）までに、専用フォームか郵送で、必要事項、メールアドレスを、〒510－8601 市民生活課へ

申し込みフォーム

▲詳細はこちら

令和７年度　第Ⅲ期　外国語講座

国際交流センター（☎353-9955　FAX355-5931
✉yic@yokkaichi-shinko.com　HPhttps://yokkaichi-shinko.com/yic
月曜日、祝日休館）

対16歳以上　時内下表のとおり　所本町プラザ６階
定各15人程度（先着順。初めて受講する人を優先。５人以下の場合は開講しない場合もあり）
料一般14,300円、賛助会員 13,200円（全10回分。テキスト代込み。ただし、英会話入門・初級・中級は、別途3,300円必要）
申12月９～18日17：00に、専用フォームかⒺで、必要事項、メールアドレス（必須）、語学のレベル、受講動機を、国際交流センターへ。賛助会員は、12月２日から先行受付
他同センター㊋、または各地区市民センターで配布する募集案内要項を必ずご確認の上、要申し込み。開講講座の見学は、初回のみ可

※下表の「レベル」について
★：初めて学ぶ　★☆：発音などの基礎や簡単なあいさつができる
★★：少し簡単な会話ができる　★★★：会話や文書をもう少し深めたい
★★★★：表現力や聞き取り能力などを高めたい

曜日	時間	開講講座	レベル	開催期間
水	10:00－11:30	タイ語　入門	★☆	令和８年１月７日～３月11日 休講　２月11日 補講　３月18日
	19:00－20:30	ポルトガル語　初級	★★	
木	19:00－20:30	ハングル　初級	★★	１月８日～３月12日
		ベトナム語　入門	★☆	
金	9:20－10:50	英会話　入門	★☆	１月９日～３月13日
	11:10－12:40	英会話　初級	★★★	
	13:30－15:00	英会話　中級	★★★★	
	19:00－20:30	中国語　入門	★☆	
土	9:10－10:40	はじめてのハングル	★	１月10日～３月14日
	11:00－12:30	ベトナム語　初級	★★	
	13:00－14:30	はじめてのスペイン語	★	

映画「オレンジ・ランプ」上映会

高齢福祉課
問①四日市市北地域包括支援センター（☎365-6215　FAX365-6216）
②ステップ四日市（☎348-4008　FAX346-4070）

39歳で若年性認知症と診断された丹野智文さんとその家族の実話に基づく映画を上映します。
対市内に在住、または通勤・通学する人
時①12月20日(土)　13：30～15：30
②令和８年１月24日(土)　10：00～12：00
所①四日市看護医療大学B101教室（萱生町1200）
②ステップ四日市（日永東一丁目）
定①50人、②30人（いずれも先着順）
申①12月13日　②１月16日までに、各専用フォームから

①　②

ミニ情報

◆三重県オンライン多胎プレファミリー教室
対三重県在住の双子・三つ子を妊娠中の人とその家族、県外から里帰り中の妊婦
時12月６日(土)　10：00～12：00
所オンライン（zoom）
申専用フォームから　問三重多胎ネット事務局（✉info@mie-tatai.net）

◆四日市歩こう会
料300円（交通費自己負担）
持弁当、飲み物、雨具　問同会　鈴木（☎090－6072－3486）
他中止の案内は、同会㊋を参照
①所12月７日(日)　９：10JR枇杷島駅集合、14：20ごろJR八田駅解散
■主な行き先　みずとぴあ庄内、水辺の散策路、凌雲寺、城屋敷神明社、廣讃寺、稲葉地公園、七所社、遍慶寺（10.0km）、ショートコースは7.3km
②時所12月21日(日)　８：35近鉄津駅東口集合、14：00ごろ同駅解散
■主な行き先　四天王寺、安濃川遊歩道、神宮寺、谷川士清旧宅、古川公園、津城跡公園、古川の大銀杏（9.8km）、ショートコースは6.2km

◆「三重の軌道の姿に迫る」講演会
時12月７日(日)　10：00～11：30
所じばさん５階　師上野理志さん　定80人
料400円（先着20人にオリジナルタオルを進呈）
問四日市案内人協会　光用（☎090－2134－4028）

◆みえテクノロジーカフェ
「有機フッ素化合物（PFAS）の測定技術」
時12月７日(日)　10：00～12：00
所MG YOKKAICHI（諏訪栄町）
料500円（お茶・菓子付き）
申事前に、必要事項を、Ⓔで、日本技術士会三重県支部　堀（✉y_hori@mui.biglobe.ne.jp）へ

◆四日市市難聴者友の会　クリスマス会
時12月10日(水)　10：00～15：00
所総合会館４階　調理室　料2,000円
持エプロン、三角巾、ふきん　他文字通訳あり
申問12月５日までに、同会（FAX364－9787　✉yra02370@m6.cty-net.ne.jp）へ

◆シニア歌の広場（リズムメイトの会）
時12月10日(水)、令和８年１月８日(木)　いずれも13：30～15：30
所総合会館８階　視聴覚室
料500円（希望者は別途歌詞集代100円）
問同会　山田（☎090－5629－0283）

◆高齢者のための弁護士電話相談（ひまわりあんしん事業）
対65歳以上の人と親族
時12月12日(金)　10：00～12：00
■相談専用　☎059－228－3167
問三重弁護士会事務局（☎059－228－2232）

◆体験ひろば☆こどもスペース四日市
所同所（波木町）
申問事前に、同所（☎／FAX321－0883）へ
(1)絵本の日＆クリスマスカフェ
時12月12日(金)　11：00～11：30「絵本の時間」、12：00～14：30「クリスマスカフェ」ランチ、お菓子、小物などを販売
(2)おもちつき体験
時令和８年１月10日(土)　13：00～15：00
料500円／人

◆第22回四日市大学留学生日本語弁論大会
時12月13日(土)　13：00から
所四日市大学311教室
問同大学学務課（☎365－6793）

広報ページID検索　本文中に記載された HPID(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

四日市公害と環境未来館解説員養成講座

四日市公害と環境未来館
(☎354-8065　FAX329-5792
✉kougai-kankyoumiraikan@city.yokkaichi.mie.jp)

来館者へ展示について分かりやすく解説する解説員の養成講座。多彩な講師による講義、見学、実習を実施します。

対18歳以上

時	
令和８年 １月14日(水)	９：50～15：30
１月21日(水)	10：00～16：00
２月６日(金)	10：00～15：30
２月20日(金)	
３月６日(金)	
３月13日(金)	

所四日市公害と環境未来館ほか
定10人（応募多数の場合は抽選。当選者のみ通知）
申12月21日（必着）までに、専用フォーム、またはⒺ・Ⓕ・㊋で、必要事項を、〒510－0075　安島一丁目３－16　四日市公害と環境未来館「解説員養成講座」係へ

パブリックコメント

都市計画マスタープラン全体構想・立地適正化計画の見直し（素案）

都市計画課(☎354-8272　FAX354-8404
✉toshikeikaku@city.yokkaichi.mie.jp
HPID1759923433085)

土地利用や都市基盤施設整備など都市づくりの基本方針を示す「都市計画マスタープラン全体構想」と、コンパクトで生活利便性の高い持続可能な都市構造形成に向けた誘導方針などを示す「立地適正化計画」の見直し素案を作成しましたので、皆さんの意見を募集します。

■素案の入手先　市㊋、都市計画課（市役所４階）、市政情報センター（市役所北館１階）、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

■募集期間　12月12日～令和８年１月９日（消印有効）

■意見の提出方法　Ⓔ・Ⓕ、または郵送で、必要事項、ご意見を、〒510－8601　都市計画課へ。または直接、同課か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

第２次四日市市情報化実行計画（素案）

行政DX推進室
(☎354-8317　FAX325-7530
✉dx@city.yokkaichi.mie.jp
HPID1760400737377)

情報化施策を計画的に推進するための「四日市市情報化実行計画」を更新し、「第２次四日市市情報化実行計画」を策定するにあたり、皆さんの意見を募集します。

■素案の入手先
市㊋、行政DX推進室（市役所７階）、市政情報センター（市役所北館１階）、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

■募集期間　11月26日～12月25日（消印有効）

■意見の提出方法
Ⓔ・Ⓕ、または郵送で、必要事項、ご意見を、〒510－8601　行政DX推進室へ。または直接、同室か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

第４期四日市市環境計画の中間見直し

環境政策課(☎354-8188　FAX354-4412
✉kankyouseisaku@city.yokkaichi.mie.jp　HPID1758251143691)

市の環境に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための計画案について、皆さんの意見を募集します。

■計画案の入手先　市㊋、環境政策課（市役所５階）、市政情報センター（市役所北館１階）、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

■募集期間　12月19日～令和８年１月19日（消印有効）

■意見の提出方法
Ⓔ・Ⓕ、または郵送で、必要事項、ご意見を、〒510－8601　環境政策課へ。または直接、同課か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

市民自治基本条例の見直し

政策推進課(☎354-8112　FAX354-3974
✉seisakusuishin@city.yokkaichi.mie.jp
HPID1759227761169)

同条例は定期的に見直しをすることが定められています。この度、見直しの検討をした結果、見直しの必要はないとの結論に至ったことについて、皆さんの意見を募集します。

■資料の入手先
市㊋、政策推進課（市役所８階）、市政情報センター（市役所北館１階）、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

■募集期間　11月26日～12月25日（消印有効）

■意見の提出方法
Ⓔ・Ⓕ、または郵送で、必要事項、ご意見を、〒510－8601　政策推進課へ。または直接、同課か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

募　集

公立保育園・認定こども園給食用共同購入物資の納入業者募集

保育幼稚園課
(☎354-8172　FAX354-6013)

申12月１～12日に、保育幼稚園課（総合会館３階）にある所定の登録申請書を、直接、同課へ

消防出初式 こども隊長募集

消防救急課（☎356-2004　FAX356-2016　HPhttps://yokkaichisyoubou.jp）

消防出初式の分列行進で消防車に乗車するこども隊長を募集します。

対市内か朝日町、川越町に在住する6～12歳（平成25年4月2日～平成31年4月1日生まれ）
時令和8年1月11日（日）
9：00～11：40（小雨・小雪決行）
所四日市ドームおよび周辺
定20人（応募多数の場合は抽選。当選者には12月18日午後に電話で連絡）
申11月25日～12月12日（消印有効）に、消防本部㊋か郵送で、〒510－0087　西新地14－4　消防救急課へ。または直接、各消防署・分署・出張所の受付窓口へ
他申込書は、消防本部㊋で入手可。団体での申し込み不可

令和9年4月1日採用 市職員（土木技師）募集

人事課（☎354-8120　FAX354-8330　HPID1703569089581）

■募集職種　技術職（土木）［社会人経験者（キャリア枠）・（職歴不問枠）］
■募集人数　若干名
■受験資格　昭和57年4月2日～平成9年4月1日生まれで、高校またはこれと同等以上の学校を卒業など
■採用予定日　令和9年4月1日（ただし、第1～3タームは採用試験要項に記載のある候補日から選択可能）
■募集期間
第1ターム：令和8年2月28日
第2ターム：令和8年5月31日
第3ターム：令和8年8月31日
第4ターム：令和8年11月30日
■試験日（1次試験）　受験申し込み後、市が指定する日程のうち、受験者が希望する日に各自でSPI3試験を受験
申各募集期間中に、専用フォームから
他詳しくは、人事課（市役所8階）、各地区市民センターで配布する採用試験要項、または市㊋を参照

生活バスよっかいち・菰野町コミュニティバスに対する意見募集

公共交通推進室（☎354-8095　FAX354-8404　✉koutsuu@city.yokkaichi.mie.jp）

■募集期間　11月20日～12月10日
■意見の提出方法　専用フォームからそれぞれ入力
①生活バスよっかいち　バス停新設について
②菰野町コミュニティバス「かもしか号」近鉄桜駅への乗り入れについて

円形デッキ愛称の市民投票を実施します

市街地整備課（☎354-8200　FAX354-8404　HPID1759968672980）

対市内に在住、または通勤・通学する人
■投票期間　12月5日まで
■投票方法
専用フォームか郵送で、投票用紙を、〒510－8601　市街地整備課へ。または直接、同課（市役所4階）か各地区市民センターへ
他候補作品は、市㊋を参照。投票用紙は、同課、各地区市民センターで配布するほか、市㊋からも入手可。結果は、12月中旬のオープニングセレモニーで発表

ミニ情報

◆市民公開ライヴ　くすの町de子どもの歌音楽会
時12月13日㈯　14：00～15：30（13：30開場）　所楠地区市民センター3階　会議室304　定30人（先着順）　申問男の囲炉裏端の会　志田（☎／FAX346－2903）へ

◆ビバ橋北・ロゲイニング大会＆ミニライブ
対市内に在住、または通勤・通学する成人を含む2人以上のグループ　時12月14日㈰　9：00から（8：30受け付け）　所橋北交流会館体育館　定80人（先着順）　料大人500円／人、中学・高校生200円／人（小学生以下は無料）　持飲み物、タオル、雨具、撮影ができるデジカメ・スマホなど　申問11月24日～12月5日に、同事務局（✉vivakyohoku@ymail.ne.jp）へ

◆「福祉の就職ガイダンス」開催！
対就職を考えている人、福祉職場について知りたい人　時12月14日㈰　10：00～12：00　所プラザ洞津（どうしん）2階　明日香の間（津市）　申12月10日までに、専用フォームから　問三重県福祉人材センター（☎059－227－5160）

◆命の声を聴く自己尊重トレーニング＆一生幸せマインドをつくる「ほめ日記」
時12月15日㈪　10：00～12：00　所富田地区市民センター1階　和室　料500円　持筆記用具、ゆったりとした服装　他託児あり（300円／人。12月8日までに要申し込み）　問セパ三重（☎090－1831－1714）

◆子育て支援ルーム「ユマっこルーム」開催
対乳幼児と保護者　時12月17日、令和8年1月14日（いずれも水曜日）　10：30～12：00　所ユマニテク短期大学　定10組　持飲み物　申専用フォームから　問同短期大学（☎356－8170）

◆子育て仲間づくり～ピッコリーノ～絵本、手作りおもちゃなどで遊び、パパ、ママのおしゃべりタイム
対乳幼児と保護者　時12月18日㈭　10：00～11：30　所あさけプラザ2階　第4.5展示会議室　問子育ち広場∴ドロップin（☎／FAX363－3728　✉smile_dropin@yahoo.co.jp）

◆「地球交響曲（ガイアシンフォニー）」上映“地球に感謝・龍仁まつり”
時12月18日㈭「第4番」・21日㈰「第9番」　いずれも13：30から（13：15受け付け）　所三浜文化会館　視聴覚室　定50人（予約優先）　申地球交響曲小さな上映会・三重　伊藤（☎090－2683－4562　✉ytkchy@gmail.com）へ

◆クリスマスJ.ゴスペルコンサート
時12月19日㈮　19：00から　所あさけプラザホール　問ロバの子J.ゴスペルクラブ（☎090－9915－6972）

◆あったらいいな　こんな図書館　多文化・多国籍ワークショップ
時12月20日㈯　14：00～15：45　所中部地区市民センター3階　図書室　定15人　持筆記用具　申12月13日までに、専用フォームから　問ライブラリーフレンズ四日市　岡田（☎352－3094）

◆鉄道写真家中井精也　講演会「素晴らしき鉄道絶景」
時12月20日㈯　15：00から　21日㈰　11：00と15：00から　所楠福祉会館ホール　定各100人　他併せて写真展示会も開催　問㈱フォート・ナカイ　柴田（☎048－940－1019）

◆第6回　四日市☆映画祭　開催！
時12月20日㈯・21日㈰　定150人　所近鉄百貨店四日市店11階　アートホール　他詳しくは、同映画祭㊋を参照　問四日市映画祭（☎070－8329－8045）

広報ページID検索　本文中に記載された HPID(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

会計年度任用職員登録者の募集

育ち支援課(☎354-8285　FAX359-0280)

申事前に電話連絡の上、履歴書を、直接、育ち支援課（総合会館６階）へ

◆小・中学校介助員（パートタイム）

対市立小・中学校に勤務可能な人(教員免許の有無は問いません)

◆医療的ケアサポーター

対看護師（准看護師）資格を持ち、市立小・中学校に勤務可能な人

北大谷・富田霊園空き区画墓地使用者を募集

生活環境課(☎354-8186　FAX354-4412　HPID1667544112564)

対市営霊園に墓地を持っていないか、市営霊園に持つ墓地を移転したい人で、８月27日以前から本市に住民登録がある人

■募集内容

●北大谷霊園（大字松本）

墓地面積	募集区画数	墓地使用料
8㎡	17区画	1,120,000円
6㎡	9区画	840,000円
4㎡	41区画	560,000円

※別途、要墓地管理料（18,900円）

●富田霊園（大字茂福）

墓地面積	募集区画数	墓地使用料
3.24㎡	19区画	421,200円
1.44㎡	8区画	187,200円
0.81㎡	6区画	105,300円

持世帯全員の住民票、印鑑

申11月27日～12月５日に、直接、生活環境課（市役所５階）へ

他申し込みは、１世帯１区画に限る。区画の選択順位を抽選で決定し、補欠者も同時に抽選。詳しくは、同課で配布する案内、または、市㊙を参照

第１回四日市みなとランフェスティバルボランティア募集

スポーツ課
問四日市みなとランフェスティバル実行委員会事務局
(☎354-8429　FAX354-8432
✉sports@city.yokkaichi.mie.jp
HPhttps://minato-run-fes.jp/)

四日市みなとランフェスティバルで会場案内などをするボランティアを募集します。

時令和８年２月１日(日)　９：30～14：00

所中央緑地など

持動きやすい服装・靴（スニーカーなど）

申12月10日までに、Ⓔ・Ⓣで、必要事項を、四日市みなとランフェスティバル実行委員会事務局へ

市立四日市病院会計年度任用職員募集

市立四日市病院
(☎354-1111　FAX352-1565)

■募集職種
①診療放射線技師
②作業療法士
③診療情報管理士
④医師事務作業補助者

■受験資格
昭和41年４月２日以降生まれなど（詳しくは、募集案内を参照）

■採用予定日
令和８年４月１日

■募集人数
①④２人程度　②③１人程度

■試験日と場所
12月13日(土)
(時間は受験者へ個別に案内)
市立四日市病院

■応募期限
12月２日　17：15（必着）

■募集案内請求と応募先
〒510－8567　芝田二丁目２－37　市立四日市病院

四日市市奨学金奨学生の募集

教育総務課(☎354-8236　FAX354-8308)

経済的な理由で修学が困難な人を対象に奨学生を募集します。

申12月１～23日17：00（必着）までに、願書と必要書類を、郵送で、または直接、在学中の学校（市内中学校の場合）、または〒510－8601　教育総務課（市役所９階）へ

他募集要項などは、同課、各地区市民センター（中部除く）、および市内各中学校・高校で配布。市㊙からも入手可。予算の範囲内で採用

(1)月額奨学金（1/2給付、1/2貸与）

対令和８年度に、①大学、短大、高専（専攻科）、専修学校専門課程（高校卒業後入学。修業年限２年以上）②高校、中等教育学校（後期課程）、高専（専攻科を除く）、特別支援学校高等部、専修学校高等課程（中学校卒業後入学。修業年限２年以上）などに進学する予定、または引き続き在学し、本人か保護者が市内に在住する人（所得制限あり）

定各25人

■支給額
①24,000円　②12,000円
※条件を満たせば貸与分も返還免除

(2)入学支度金（全額給付）

対(1)の対象者のうち、令和８年度に入学する人

■支給額
①50,000円　②40,000円
※入学支度金のみの申し込み不可

その他

令和７年度生涯スポーツ功労者・優良団体文部科学大臣表彰

スポーツ課(☎354-8429　FAX354-8432)

スポーツの健全な普及と発展に貢献し、地域スポーツの振興に顕著な成果をあげたため、本市から１人と１団体が表彰されました。

生涯スポーツ功労者

植松正弘(まさひろ)さん

生涯スポーツ優良団体

特定非営利活動法人楠スポーツクラブ

令和７年度　四日市市スポーツ有功賞・地域有功賞が決定

スポーツ課(☎354-8429　FAX354-8432)

本市のスポーツ振興に貢献いただいた次の皆さんを表彰します。

スポーツ有功賞（永年にわたりスポーツ・レクリエーション団体において、普及、発展に貢献された市民を表彰）

- ●加藤　尊丸（たかまる）さん（四日市市スポーツ少年団）
- ●金森（かなもり）　武志さん（四日市テニス協会）
- ●金山（かなやま）　優子さん（四日市市レスリング協会）
- ●河井　篤忠（あつただ）さん（四日市ソフトテニス協会）
- ●小林　覚さん（四日市市スポーツ推進委員協議会）
- ●佐藤　英治（えいじ）さん（公益財団法人四日市市スポーツ協会）
- ●須上（すがみ）　靖子（やすこ）さん（NPO 法人四日市サッカー協会）
- ●竹田　昌代（まさよ）さん（四日市卓球協会）

スポーツ地域有功賞（永年にわたり地域におけるボランティアとしてスポーツ・レクリエーションの普及、発展に貢献された市民を表彰）

- ●浅田　尅久（かつひさ）さん（中央地区）
- ●安藤　仁士（ひとし）さん（塩浜地区）
- ●橋本　康弘さん（内部地区）
- ●松田　均（ひとし）さん（川島地区）
- ●三成（みなり）　順子さん（常磐地区）

令和７年度三重県地域スポーツ推進表彰

スポーツ課(☎354-8429　FAX354-8432)

スポーツの健全な普及と発展に貢献し、三重県の地域スポーツ推進に顕著な成果をあげたため、本市から１人が表彰されました。

地域スポーツ推進功労者

中瀬古真喜子さん

12月１日は世界エイズデー HIV検査(無料)のご案内

保健予防課
(☎352-0595　FAX351-3304)

HIV感染の早期発見・治療で、エイズの発症を抑えることができます。

■夜間検査増設日

時12月３日(水)　17：30～19：00

■通常検査日　本号24ページ参照

■検査について

- ●匿名検査・予約不要
- ●結果を聞くために、再度来所が必要
- ●HIV検査と一緒に、B型肝炎・C型肝炎・梅毒の検査も可能

所保健所（総合会館５階）
他市営中央駐車場に駐車可

高齢者介護に関する調査にご協力をお願いします

介護保険課(☎354-8425　FAX354-8280
HP ID1759902423144)

第10次介護保険事業計画・第11次高齢者福祉計画（計画年度：令和９～11年度）に、市民の皆さんの意見を反映するため、満40歳以上の人から、無作為に抽出した4,500人にアンケート用紙を送付します。

■アンケート実施期間

12月上旬～12月26日(金)

クリーンセンターへの家庭ごみ直接持ち込み

環境事業課(☎340-3308　FAX331-6183
HP ID1720753569484)

年末は、ごみの直接持ち込みが大変混雑します。待ち時間の発生や、入場を制限する場合があります。

混雑状況をライブ映像で確認できますので、ご活用ください。

ミニ情報

◆裁判所お仕事ガイダンスのお知らせ

対裁判所の仕事に興味のある人
時12月24日(水)　13：30から
定15人程度　所津地方・家庭裁判所（津市）　申12月５～15日に、専用フォームから
問津地方裁判所総務課人事第一係（☎059－226－4805）

◆映画「パレードへようこそ」上映会

時12月27日(土)　①10：00　②13：30
所あさけプラザホール　定各216人
料前売り一般1,000円（当日1,200円）、高校生以下は前売り・当日いずれも500円
問四日市良い映画を観る会　村上(☎090－8078－4153　✉wg482527@pc5.so-net.ne.jp)

◆不登校児童生徒向けフリースクール

居場所を無料開放します。
対小学～高校生（中学生以下は保護者同伴）
時毎週月曜日　８：30～13：00　所富田栄町21－１ハイリー101号室　定10組
他詳しくは、LINEから　問小規模型居場所フリースクール　グッドリダンス（☎070－9066－7014）

◆藤墨会（水墨画）会員募集

時①第１・３日曜日　13：30～15：30
②第２・４土曜日　13：00～15：00
所①三浜文化会館　②北部公会所（前田町）
料1,500円
問同会　伊藤（☎090－2776－5737）

◆三重県最低賃金が改定に

三重県最低賃金が64円引き上げられて、時間額1,087円になりました。

なお、特定の産業に該当する事業場で働く労働者には、特定（産業別）最低賃金が適用されます。また、中小企業支援のための各種助成金制度があります。

問三重労働局賃金室（☎059－226－2108）

◆12月４～10日は人権週間です

隣近所のもめごと、家庭内の問題、体罰やいじめ、職場でのセクハラ、DV、インターネットによる誹謗中傷などでお悩みの人は、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

■相談窓口　みんなの人権110番（☎0570－003－110）
問津地方法務局人権擁護課（☎059－228－4193）

◆県営名古屋空港からのお知らせ

年末年始期間中は、空港駐車場が満車になり、駐車できない恐れがあります。空港をご利用の際は公共交通機関もご利用ください。
問名古屋空港総合案内所（☎0568－28－5633）

◆2026年春休み海外研修　参加者募集

対小学３年～高校３年生
時令和８年３月21日(土)～４月４日(土)　８～14日間　所英国、オーストラリア、カナダ、サイパン、カンボジア、ネパール、フィリピン
定各15人　料29～70万円
申問１月16日までに、国際青少年研修協会（☎03－6825－3130　✉info@kskk.or.jp）へ
他オンライン説明会あり

◆裁判員制度～名簿記載通知を発送します～

令和８年裁判員候補者名簿に登録された人には、11月中旬頃に通知などを送付しました。この通知は、令和８年２月ごろからの約１年間に、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお知らせするものです。詳しくは、(HP https://www.courts.go.jp/saibanin/index.html)を参照

広報ページID検索　本文中に記載された HPID(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

産前産後期間の国民年金保険料免除制度

保険年金課(☎340-0221　FAX359-0288)

国民年金第１号被保険者が出産した場合、出産予定日、または出産日の属する月の前月から４カ月間（多胎は、３カ月前から６カ月間）の国民年金保険料が免除となります。免除期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額が計算されます。

対国民年金第１号被保険者で、妊娠85日（４カ月）以上の出産（死産・流産・早産を含む）をした人

持マイナンバーカードなどの本人確認書類、年金手帳または基礎年金番号通知書、母子健康手帳（出産前に申請の場合）

申出産予定日の６カ月前から、直接、保険年金課年金係（市役所３階）、各地区市民センター（中部地区を除く）、市民窓口サービスセンターへ。マイナポータルから電子申請も可

宝くじ助成金で備品を購入しました

市民生活課(☎354-8146　FAX354-8316)
危機管理課(☎354-8119　FAX350-3022)

宝くじの社会貢献広報事業であるコミュニティ助成事業を活用し、桜台連合自治会では、コミュニティ活動備品を、中野町自治会では、発電機などの備品を購入しました。

マイナ保険証での受診が困難な人は申請ください

保険年金課(☎354-8159　FAX359-0288)

保険証と同様に利用できる「資格確認書」を交付しますので、申請してください。

対四日市市国民健康保険に加入していて、マイナ保険証での受診が困難な施設入所者や障害のある人

持マイナンバーカードや障害手帳などの本人確認書類、代理人（別世帯の人）申請の場合は委任状と代理人の本人確認書類

申直接、保険年金課（市役所３階）、または各地区市民センター（中部地区を除く）へ

他委任状の様式は任意(「国民健康保険資格確認書交付申請の手続き」要明記)。委任状の作成が困難な場合は、要相談

コンビニ交付サービス一時停止

市民課（☎354-8152　FAX359-0282)

新システムへの移行のため、コンビニ交付サービス業務を下記の日程で停止します。住民票の写しなど各種証明書が必要になる人は早めの取得をお願いします。

■すべての証明書

時12月12日(金)・19日(金)
12月29日(月)～令和８年１月３日(土)・１月５日(月)～12日(祝)　※１月４日(日)は利用可

市民窓口サービスセンター
(近鉄四日市駅高架下)
年末年始は休業します

時12月27日(土)～１月４日(日)

※戸籍届出は、市役所地下１階夜間・休日受付で年末年始中も預かります

マイナンバーカードのお知らせ

マイナンバーカードサービスセンター
(木曜日、第１土曜日、第３土曜日の翌日は休業［12月27日(土)～令和８年１月４日(日)は臨時休業］)
問マイナンバーカードコールセンター
(☎0120－000－396)

◆マイナンバーカード出張申請

(1)福祉施設、企業など
新規申請希望者、またはカードの更新手続き希望者が、５人以上見込まれる福祉施設などを対象に、市職員などが訪問し、申請手続きを一括して行います

(2)戸別訪問

対市内に住民登録があり、新規申請希望、またはカードの更新手続き希望で、次のいずれかに該当する人
①介護認定を受けている
②身体障害者手帳１・２級または療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳１級を持っている

他申請から１～２カ月で住所地へ郵送

◆申請サポート

マイナンバーカードの申請サポートをします(予約不要)。後日マイナンバカードをマイナンバカードサービスセンター（市役所北館５階）などで受け取る必要があります。

■12月の開催予定

時	所
６日(土)・７日(日) 10：00～18：00	イオンモール四日市北 (１階　専門店通路)
13日(土)・14日(日) 10：00～18：00	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)

■令和８年１月の開催予定

時	所
17日(土)・18日(日) 10：00～18：00	イオンタウン四日市泊 (１階　中央イベント広場)
24日(土)・25日(日) 10：00～18：00	イオンモール四日市北 (１階　専門店通路)
31日(土) 10：00～18：00	日永カヨー (１階　中央広場)

楠ふれあいセンターゆめの木が閉館します

楠ふれあいセンターゆめの木
(☎397-3972　FAX397-3973)

楠ふれあいセンターゆめの木は令和８年３月31日で、閉館します。長らくのご利用、ありがとうございました。なお、３月31日までは引き続きご利用いただけます。

ミニ情報（1月下旬号）の締め切り日にご注意ください

広報マーケティング課
（☎354-8244　FAX354-3974）

広報よっかいち1月下旬号の「ミニ情報」の締め切りは、通常（原則、発行前月の15日）より早い、12月10日になります。

■下旬号の発行日　毎月20日（おおむね1週間で配布完了）

■掲載対象
発行翌日の1日以降に開催か、申し込み締め切りがある催し

スマホ・パソコンで軽自動車税の納税確認

市民税課
（☎354-8131　FAX354-8309）

軽自動車やオートバイの車検（継続検査）を受けるため、軽自動車税の納税状況をスマホ・パソコンで確認できます。詳しくは、専用フォームから。

令和7年度 固定資産税・都市計画税（第3期）納期のお知らせ

収納推進課
（☎354-8141　FAX354-8309）

12月25日は固定資産税・都市計画税（第3期）の納期限です。納期限までに納付してください。コンビニやeLTAX（エルタックス）などでも納付できます。

口座振替を利用している人は、前日までに振替口座の残高を確認してください。

友だちになろう！ 四日市市 LINE公式アカウント

デジタル戦略課
（☎354-8106　FAX325-0286）

四日市市LINE公式アカウントで↗は、災害時の避難や被害に関する緊急情報、イベントや生活に役立つ情報などをお届けしています。ぜひ友だち登録をお願いします。

なお、本アカウントを利用することにより、LINE社に個人情報や機密性を要する情報が保存されることはありません。

■友だち追加方法（利用方法）

●二次元コードから登録する場合
二次元コードを読み取り「四日市市」を友だち登録

●ID検索から登録する場合
①LINEの友だち追加画面で「検索」を選択
②ID検索画面で、「@yokkaichi city」を入力
③「四日市市」を友だち追加

四日市都市計画公園の変更原案の縦覧・公聴会の開催

都市計画課
（☎354-8272　FAX354-8404）

都市計画の変更案を作成するにあたり、原案を縦覧し、公聴会を開催します。原案に対して意見を述べることを希望する人は、事前に公述申出書の提出が必要です。

■縦覧する都市計画変更原案
四日市都市計画公園における、坂部が丘1号公園の変更、坂部が丘中央公園の廃止および追加

■変更原案の内容
利用が低下している小規模公園を縮小・廃止し、機能を集約した多世代が利用しやすい公園を整備することに伴い、関連する都市計画を変更します

■縦覧・公述申出書の提出期間
11月21日～12月5日

■縦覧場所　都市計画課（市役所4階）、三重地区市民センター

■公述申出書の提出先
必要事項、ご意見を、郵送で、または直接、〒510－8601　都市計↗画課へ

◆公聴会
時12月10日（水）　19：00から
所総合会館7階　第2研修室
他公述申出書の提出がない場合は、公聴会に代えて説明会を開催

学童保育所指導員就職説明会

こども未来課
問四日市市学童保育連絡協議会事務局（☎333-5531）

対市内の学童保育所に指導員として就職を希望する、興味がある人
時12月10日（水）　19：00～20：30
所総合会館7階　第3研修室

四日市市 ごみ処理基本計画の中間見直しについてのパブリックコメント

生活環境課
（☎354-8192　FAX354-4412
✉seikatsukankyou@city.yokkaichi.mie.jp　HP ID 1760083919333）

市のごみ処理に関する計画案について、皆さんの意見を募集します。

■計画案の入手先
市㊋、生活環境課（市役所5階）、市政情報センター（市役所北館1階）、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター

■募集期間
12月19日～令和8年1月19日（消印有効）

■意見の提出方法
Ⓔ・Ⓕ、または郵送で、必要事項、ご意見を、〒510－8601 生活環境課へ。または直接、同課か市民窓口サービスセンター、各地区市民センターへ

広報ページID検索

本文中に記載された HP ID(13桁の数字) を市ホームページ右下の検索ボックスに入力すると、関連ページを検索できます。

市営中央駐車場改修工事に伴い出入り口を変更します

道路管理課
(☎354-8154　FAX354-8302)

年末年始に市営中央駐車場１階部分の改修工事を行います。工事期間中は東口ゲート（三滝通り側）が使用できません。駐車場を利用する場合は、西口ゲート（総合会館側）から入庫し、地下部分に駐車をお願いします。

■工事期間

12月27日～令和８年１月４日

旧財団発行商品券利用終了のお知らせ

文化会館（☎354-4501）

旧財団法人四日市市文化振興財団が平成６～11年度に発行した商品券は、令和10年度末（令和11年３月31日）を過ぎると、利用できません。ご注意ください。

合併処理浄化槽維持管理補助金

生活排水課
(☎354-8402　FAX354-8375)

対次の条件をすべて満たす人

(1)下水道などの供用区域外（諸条件あり）に合併処理浄化槽を設置している

※単独処理浄化槽は対象外

(2)申請者が居住している専用住宅または併用住宅（面積制限あり）

(3)年１回の法定検査の判定が「適正」か「おおむね適正」

※新たに設置した浄化槽の初回の法定検査は対象外

■補助額

人槽	補助額
５～６人槽	16,000円
７～９人槽	18,000円
10～50人槽	22,000円

申令和８年３月31日（必着）までに、申請書と法定検査結果書（検査日が令和７年度分）の写しを、郵送で、または直接、〒510－0076　堀木一丁目３－18　生活排水課へ

他対象者には、三重県水質検査センターから法定検査結果書と申請書類一式を送付

一般競争入札で市有地を売り払います

用地課（☎354-8211　FAX354-8302）

■物件

土地：西村町字中宮336番17
（雑種地　208.02㎡）

■入札参加申込期間

12月１日(月)まで

■受付　用地課（市役所６階）

■入札・開札の日時と場所

12月３日(水)　10：00から
第一入札室（市役所５階）

■予定価格（最低入札価格）

337万円

10月下旬号　記事の訂正 スマホサポート人材（ボランティア）育成教室

デジタル戦略課（☎354-8317　FAX325-7530）

10月下旬号（10ページ）の「スマホサポート人材（ボランティア）育成教室」の記事において、開催時間を誤って掲載していました。お詫びして訂正します。

(誤) 10：00～15：00
(正) 10：00～15：30

体育館などの一般公開

下記の運動施設では、行事のない時間帯に、種目を限定して一般に開放しています。

A＝ 9:00～12:00　F＝ 9:00～21:00
B＝13:00～16:30　G＝16:30～21:00
C＝17:30～21:00　H＝ 9:00～12:00
D＝ 9:00～16:30　　17:30～21:00
E＝13:00～21:00　I＝17:00～21:00

相好アリーナ四日市(☎348－4100)
(四日市市総合体育館)

●アリーナ

バドミントン・ソフトバレーボール・インディアカ
12/19 D
12/2・10・18 F

卓球
12/5 A
12/3・25・26 C
12/4 F

バスケットボール 12/9 F
バレーボール 12/8 E
ハンドボール 12/1・15 E

●弓道場(弓道で使用する場合)

近的射場
12/9 A
12/6・21・24 C
12/1～5・7・8・10～12・17～20・22・23・25～28 F

遠的射場
12/9 A
12/21 C
12/2・4・7・11・18・23・25・27 F
12/20 H

●弓道場(アーチェリーで使用する場合)

遠的射場(全面)
12/24 C
12/28 E
12/1・3・5・8・10・12・17・19・22・26 F
12/6 H

●トレーニングルーム
12/2 G
12/1・3～12・15～28 F

相好サブアリーナ四日市(☎345－4111)
(中央第２体育館)

バドミントン
12/5 B
12/8・15 E
12/3・4・9・16・24・25 F

卓球
12/19 D
12/1 E
12/2・10・11・17・18・22・23 F

四日市ドーム（☎330－3131）
グラウンドゴルフ 12/20 D

あさけプラザ体育館（☎363－0123）
バドミントン・卓球 12/6・13・20・27
(9：30～16：30)

四日市ドーム・あさけプラザは月曜日休み

９月12日の大雨に関するお知らせ

固定資産税・都市計画税の減免のお知らせ

資産税課
（☎354-8135　FAX354-8309
HP ID 1759828927738）

対 ９月12日の大雨により、課税されている固定資産（家屋・償却資産）に被害を受けた人（被害の程度により対象外の場合あり）
申 12月17日までに、直接、減免申請書を、資産税課（市役所2階）へ
他 詳しくは、市㊋を参照

セーフティネット保証４号利用者に対する保証料補助金

商業労政課（☎354-8175　FAX354-8307　HP ID 1760410684129）

９月12日からの大雨に伴う災害の影響を受け、売上高減少などの事由により、セーフティネット保証４号を利用した市内事業者が負担した保証料の一部を補助します。

■**補助対象者**
指定期間内に本市の認定を受け、セーフティネット保証４号の貸し付け実行を受け、保証料を支払った事業者

■**補助金額**　貸付金額に対し0.6%以内を補給率として計算して得た保証料相当額、または、100万円のいずれか少ない金額

■**申請書類**　申請書、金融機関の発行する信用保証料受入証明書、市税完納証明書（発行から３カ月以内のものに限る）

■**申請先**　商業労政課（市役所７階）

他 詳しくは、市㊋を参照

広報用SNS（Facebook／X／YouTube／Instagram）あります

さまざまな方法で市の情報をお知らせするため、広報用のSNSを運用しています。
情報収集の一環として、ぜひ、お役立てください。

Facebook　X
YouTube　Instagram

保健だより

急な病気やけがのときに受診可能な医療機関を24時間案内

◆医療ネットみえコールセンター　☎059－229－1199（要市外局番）
◆音声・FAX案内　☎0800－100－1199
◆インターネット　HP https://www.qq.pref.mie.lg.jp/
◆携帯電話による案内　HP https://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/

◆休日救急医療など　※病気かな？と思ったら、まずはかかりつけ医に相談を

名　称	診療科目	診 療 日	診療時間
応急診療所（西新地14－20） ☎353－1759 ※急な病気の応急処置を行う診療所です。年齢や症状によってほかの医療機関を紹介することがあります ※駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください ※受診する場合は、事前に電話連絡をお願いします	内科・小児科	日曜日、祝・休日、12/31～１/３	10：00～12：00 13：00～16：00
	耳鼻咽喉科 ※年末年始を除く	日曜日	
歯科医療センター（本町９－12） ☎354－5130 ※月によって各曜日の診療回数が変わることがあります	障害者（児）の歯科診療（予約制） ※祝・休日と12/28～１/３を除く	火曜日（月２回）、木曜日（月３回）	13：30～16：30
		木曜日（月１回）	9：30～12：00
		日曜日（月２回）	9：30～12：30
	応急歯科	12/30～１/２	9：00～11：30
名　称	相談内容・時間など		
薬の相談（本町プラザ内／近鉄百貨店２階） ☎350－3925	薬剤師による薬の相談（電話相談可）	毎月第３土曜日 ■担当　(一社)四日市薬剤師会	14：00～16：00
みえ子ども医療ダイヤル　☎#8000 または　☎059－232－9955	こどもの病気などの電話相談	日曜日、祝・休日、12/30～1/3 それ以外 ■担当　医療関係の専門相談員	8：00～翌朝８：00 19：00～翌朝８：00

［申し込み必要事項］①行事名　②開催日時・希望の回　③代表者の住所・名前（ふりがな）・電話番号　④参加者全員の名前と年齢

問こども家庭センター　☎354－8187　FAX354－8061

◆妊婦・産婦・乳幼児健診

名　称	対	所
幼児（1歳6カ月・3歳6カ月）**健診**	対象児に個別通知します	総合会館5階
妊婦・産婦・乳児一般健康診査	妊婦・産婦・乳児（4カ月・10カ月）	各医療機関
妊婦歯科健康診査	妊婦	
幼児歯科健康診査およびフッ素塗布	対象児に個別通知します	

○母子健康手帳・健康診査票などが手元にない場合は、同センターへ連絡してください
○妊産婦健康診査を、県外の医療機関で受診した場合の受診費用を助成します。該当する人は同センターへ連絡してください
○令和7年4月1日以降受診分の1カ月児健康診査費用の一部（上限6,000円）、新生児聴覚検査費用の一部（上限3,000円）を補助します。補助券のない人は同センターへご連絡ください。また、生活保護世帯と市民税非課税世帯には、別途、聴覚検査の補助制度があります

◆予防接種

名　称（個別接種）		注意事項など
ロタウイルス	**小児用肺炎球菌**	対予防接種予診票に付いている説明書で確認してください　持母子健康手帳と予診票 他保護者以外が同伴する場合は、委任状が必要です。長期療養を必要とする疾病にかかっていた人は、定期接種の対象となる場合があります。骨髄移植手術などを受けた人が接種済みの定期予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断された場合、再接種にかかる費用の一部を補助します。該当する人は再接種の前に同センターへ連絡してください ■**日本脳炎予防接種特例対象**　平成19年4月1日以前生まれの人は、日本脳炎予防接種1期・2期の接種が済んでいない場合、20歳未満であれば接種できます ■**ヒトパピローマウイルスワクチンキャッチアップ接種（積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した人に対して、従来の定期接種の対象年齢を超えて接種を行うこと）の経過措置について** 平成9年4月2日から平成21年4月1日までの間に生まれた女子は、令和4年4月から令和7年3月31日までに、1回以上接種していれば、令和8年3月31日まで公費で全3回の接種が完了できます。 詳しくは、厚生労働省㋹（HPhttps://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou/hpv_catch-up-vaccination.html）を参照 ■**MRワクチン接種期間延長**　（第1期）令和4年4月2日から令和5年4月1日の間に生まれた人、（第2期）平成30年4月2日から平成31年4月1日までの間に生まれた人は、MRワクチン予防接種が済んでいない場合、令和9年3月31日まで公費で接種できます
B型肝炎	**Hib（ヒブ）・四種混合または五種混合**	
BCG	**麻しん、風しん混合**	
	日本脳炎	
水ぼうそう	**ヒトパピローマウイルス感染症**（9価ワクチンも含む）	
二種混合		

○おたふくかぜの予防接種費用の一部を補助します。1歳～小学校入学前年度3月31日までのこどもが対象です。
補助額は最大3,000円／回で、補助回数は1人2回までです。なお、接種前に申請が必要です

電子申請はこちらから→

◆育児学級など

所総合会館3・4・5階　申Ⓕ・㋥・Ⓣ・窓口・よかプリコ（さくらんぼひろば、乳幼児食教室、1歳・2歳のバースデー歯科教室のみ）で、こども家庭センター（総合会館3階）へ

申し込み手順：地域子育て情報⇒子育てイベント⇒希望の日程をタップ

よかプリコのご案内

名　称	対象など		時		締め切り	申込時必要事項など
パパママ教室 （妊娠中から産後の生活の話、沐浴（もくよく）体験、妊婦模擬体験など）	出産予定日が令和8年4月13日以降（教室参加時、妊娠28週未満）の妊婦・その家族 定15組		1月18日（日） 9:30～12:00		1月5日	必要事項、出産経験の有無、妊娠週数、出産予定日
パンダひろば （育児について、みんなでわいわいお話ししませんか）	6カ月までの乳児と保護者		12月8日（月） 10:00～11:00		／	所総合会館5階 ／
さくらんぼひろば （みんなで遊んだり、お話ししたりしませんか）	未就学の多胎児（ふたご、みつごなど）と保護者		12月12日（金） 10:00～11:00		12月11日	申Ⓣ・よかプリコ（当日参加も可）
乳幼児食教室 （講話と調理実演など） ※乳児同伴も可	定各15人	4～7カ月児	1月27日（火）	10:30～11:50	開催日の2週間前	必要事項、生年月日 持だっこひもなど
		8～12カ月児	1月30日（金）			
1歳のバースデー歯科教室 （講話・歯科健診など）	10カ月～1歳3カ月の乳幼児 定各15人		1月20日（火） 10:00～11:30			必要事項、生年月日
			1月23日（金） 13:30～15:00			
2歳のバースデー歯科教室 （講話・歯科健診など） ※希望者にフッ素塗布（ふっそとふ）	2歳0カ月～2歳3カ月の幼児 定各15人		1月20日（火） 13:30～15:00			必要事項、生年月日 持歯ブラシ（フッ素塗布時に必要）など ※4カ月以内にフッ素塗布をした人は教室でのフッ素塗布はできません。フッ素塗布後、30分間は飲食できません
			1月23日（金） 10:00～11:30			
家庭訪問・電話相談	妊婦・産婦・新生児・乳幼児		月～金曜日（祝・休日除く） 8:30～17:15		随時	家庭訪問：電話でお申し込みください 電話相談：直接電話してください

※教室などの利用時は、母子健康手帳をお持ちください　※いずれも応募多数の場合は抽選。託児はありません

問健康づくり課　☎354−8282　FAX353−6385

◆地区市民センターなどで行うがん検診

申①市㊋　HPhttps://www.city.yokkaichi.mie.jp/kenshin/index.html
②窓口　各地区市民センター（中部地区除く）、健康づくり課（市役所7階）、三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）、市民窓口サービスセンター
③Ⓕ・㊐　下記の項目（検診ごとに異なる）を〒510−8601　健康づくり課へ

個別検診（胃がん、大腸がん、子宮頸がん、肺がん・結核検診）	①名前　②生年月日　③住所　④電話番号　⑤個別がん検診希望

※電話での申し込みは受け付けていません
○令和７年度末年齢で、20・23・26・29・32・35・38・41・44・47・50歳の女性は、子宮頸がん検診と同時にHPV（ヒトパピローマウイルス）検査が受診できます。希望する人は、集団検診は受診当日に受け付けで、個別検診は受診する医療機関にお伝えください
○65歳以上の人は、市の肺がん検診を受けると、結核検診を同時に受診できます

■個別検診　令和８年２月28日(土)まで　※申込者には、受け付け後、約２週間で受診券を発送します
■集団検診　令和７年度の集団申し込みは、受け付けを終了しました。来年度の申し込みは令和８年４月下旬頃受け付けを開始する予定です

■がん検診無料クーポンのご使用はお早めに
令和７年度がん検診無料クーポンは、令和８年２月28日までにご利用ください。対象者には、「無料クーポン券」と印字した個別がん検診受診券を５月下旬に送付しました。
紛失した人は、同課へお問い合わせください。有効期間直前は、予約が取りにくくなる病院があります。お早めに、医療機関へご相談ください

＜無料クーポン券対象者＞

	対
子宮頸がん検診	平成16年４月２日～平成17年４月１日
乳がん検診	昭和59年４月２日～昭和60年４月１日

◆帯状疱疹ワクチン接種費用補助

対市内に在住し、過去に市の補助で同予防接種を完了していない、接種当日に50歳以上の人
（今年度定期予防接種対象者は補助対象外）
申事前に、市㊋・Ⓕ、郵送で、〒510−8601　健康づくり課へ。または直接、同課（市役所７階）か、各地区市民センターへ
【申込受付期間】市㊋・Ⓕ、郵送、各地区市民センターでの受け付けは**令和７年12月26日**まで。
それ以降は、同課の窓口のみで受け付け

■補助額と自己負担額

種　類	補助額(上限)	自己負担額
①不活化ワクチン	10,000円×２回	12,000円程度×２回
②生ワクチン	4,000円	5,000円程度

■補助券のご使用はお早めに
補助券の有効期限は令和８年３月31日までです。
※不活化ワクチン（２回接種）は、１回目接種後、２回目接種までの間を２カ月空ける必要があります。２回目接種を期間内に終えるために、令和８年１月までに１回目を接種してください
※有効期限が過ぎた補助券は使用不可

三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ)　〒510−0851 塩浜町１−11　☎349−3311　FAX348−0017

ランニングトラックや軽運動室のほか、温水プール（第１・２プール）、グラウンドゴルフ場などの運動施設が利用できます。トレーニングルームに、障害のある人や車いすの人もご利用いただけるトレーニング機器を設置しています。健康増進のために、ぜひご利用ください。
健康づくり教室の参加者を募集しています。本号の12ページ、館内のチラシやポスターをご参照の上、ぜひお申し込みください。

時８：30～21：00［日曜日は８：30～18：00。月曜日休館（祝・休日の場合はその翌日）。運動施設は９：30から利用可能］

※プールを利用する際は、水泳帽、必要な人はゴーグル（一般の眼鏡は使用不可）を要持参。また、ランニングトラック、軽運動室を利用する際は上靴、運動できる服装が必要
※軽運動室、温水プール（第２プール）、グラウンドゴルフ場は、団体専用使用の場合あり
※塩浜子育て支援センターおよび塩浜児童館移転工事のため、１階図書室、学習室などが利用不可

12月の予定

相　談

祝・休日を除く

分類	相　談　名	問	時			所	
市民	消費生活相談　※1	354-8264	月～金曜日		9:00～12:00 13:00～16:00	市民・消費生活相談室 ※1　訪問販売での消費者被害など 市民相談コーナー（法人にかかる相談は不可） ※2　金銭貸借、相続、離婚、借地借家、多重債務など ※3　同一人で、前相談から3カ月以内の相談は不可 ※4　相続、後見、贈与、登記、金銭トラブルなど ※5　遺言、相続、契約、後見、ビザ、許認可など ※6　年金、社会保険、労働問題など ※7　国・県・市など役所の業務や独立行政法人などに対する意見など ※8　示談、自動車保険の請求など 弁護士、司法書士、行政書士、社会保険労務士の各相談の予約は、平日9：00～12：00、13：00～16：00に電話（☎354－8153）か面談（市民相談コーナー）が必要	市役所1階
	市民相談　※2						
	弁護士相談　※3	354-8153	毎週木曜日	予約制各7人	13:00～16:00		
	司法書士相談　※3 ※4		毎週月曜日				
	行政書士相談　※5		2(火)・16(火)				
	社会保険労務士相談　※6		17(水)	予約制6人			
	行政相談　※7		16(火)				
	交通事故相談　※8	354-8155	月～金曜日		9:00～12:00 13:00～15:45		
	建築相談（市民向け）	354-8206	12(金)・26(金)	予約制4人	13:00～15:00		
	建築相談（専門家向け）※9	354-8208	10(水)・24(水)		13:00～16:00	建築指導課　※9 要相談カード	市役所4階
	木造住宅の耐震化相談	354-8207	4(木)・18(木)				
	日曜市税納付相談	354-8140 354-8143	21(日)		10:00～16:00	収納推進課	市役所2階
	日曜国保納付相談	354-8160					
福祉	障害者相談	※10	月～金曜日		8:30～17:15	障害者相談支援事業所	※10 かがやき（身体）354-8450 ソ シ オ（精神）345-9016 ＨＡＮＡ（精神）320-2761 陽だまり（知的）328-5881 ブルーム（知的）329-5657
	障害者の就業に関する相談	354-2550				プラウ（障害者就業・生活支援）	
	福祉総合相談	354-2411				福祉総合相談室	
	ボランティア活動相談	354-8144				ボランティアセンター	総合会館2階
	こどもとその家庭に関する相談	354-8276				こども家庭センター	総合会館3階
	ひとり親家庭の相談	354-8298					
	児童虐待相談	353-5110				子どもの虐待防止ホットライン（電話相談）	
	児童発達相談	354-8064				こども発達支援課	総合会館5階
健康	結核相談・HIV（エイズ）などの相談	352-0595	電話相談（随時） 来所相談（要予約）		8:30～17:15	保健予防課 ※11　検査結果を聞くため、再度来所要 ※12　要予約（先着順。3日前まで） 現在通院していない人が対象です	総合会館4階
	HIV B型・C型肝炎ウィルス 梅毒検査　※11		毎週水曜日	無料 予約不要 匿名	13:00～15:00		総合会館5階
			24(水)		13:00～15:00 17:30～19:00		
	こころの相談 （精神科医師による来所相談）　※12	352-0596	11(木)		13:30～16:30		総合会館4階
			26(金)		10:00～12:00 13:00～16:00		
	こころの相談 （保健師などによる来所相談）		電話相談（随時） 来所相談（要予約）		8:30～17:15		
	難病の相談 （保健師による相談）						
	幼児のアレルギー健康相談	354-8278	23(火)		13:00～15:00	診察室・乳幼児指導室	総合会館5階
教育	発達・不登校等教育相談	354-8285	月～金曜日		8:30～12:00 13:00～17:15	育ち支援課	総合会館6階
	いじめ・体罰等教育相談	354-8169					
	学校外でのいじめなど 青少年とその家庭の悩み相談	352-4188				青少年育成室	総合会館5階
子育て	子育てコンシェルジュによる、子育て期などの悩みごと相談	354-8069 相327-6325	月～金曜日 （祝日と年末年始を除く）		9:00～17:00	こども未来課	総合会館3階
		345-7978 相345-3553				塩浜子育て支援センター	大字塩浜887－1
		332-4527 相331-1875				橋北子育て支援センター	午起一丁目3－13
		330-5020 相331-5560	月～日曜日 （年末年始を除く）			こども子育て交流プラザ	橋北交流会館4階
人権	人権相談	354-8610	月～金曜日		9:00～12:00 13:00～16:00	人権センター	総合会館7階
	女性のための電話相談	354-8335	火・木～土曜日		9:00～16:00	（電話相談）	事業に関するお問い合わせは男女共同参画センターまで（354－8331）
			毎週水曜日（祝日除く）		9:00～19:30		
	男性のための電話相談	354-1070	27(土)		9:30～12:30		
	働く女性、働きたい女性のための就労相談 （働くウーマンナビ）	0120-976-477 （予約専用）	13(土)		9:00～12:00 13:00～15:00	（面談相談）本町プラザ3階	
			10(水)	オンライン	13:00～16:00		
			24(水)		17:00～20:00		
	シングルマザー等のための家計相談	355-1320 （予約専用）	6(土)		9:00～12:00		
	外国人のための生活相談	353-9955	火～日曜日		9:00～17:00	国際交流センター	本町プラザ6階
	外国人のための家事相談		火～日曜日（要予約）				
	出入国・在留手続き相談		21(日)（要予約）		13:00～16:00		

広報よっかいち11月下旬号　No.1681（令和7年11月20日発行）　編集・発行／四日市市広報マーケティング課　〒510-8601　四日市市諏訪町1番5号　☎059-354-8104（総合案内）　印刷／水九印刷株式会社