

## 第10回 よかパパフェスティバル

パパと子どもをはじめ、ママも、おじいちゃん、おばあちゃんも家族みんなで楽しめるイベント「よかパパフェスティバル」を開催します。今年は、親子体操、手作りおもちゃ、手形アート、心理相談など、いろんなブースがあります。是非ご家族で遊びに来てくださいね。

日時 6月18日(日) 10時00分～14時30分 \*12時～13時は消毒時間です。  
場所 こども子育て交流プラザく橋北交流会館4階(四日市市東新町26番32号) >  
対象 小学生以下の子どもと家族  
定員 一部定員あり(当日先着順)  
参加費 無料  
申込 不要  
問合せ 四日市市こども未来課 TEL354-8069  
四日市市こども子育て交流プラザ TEL330-5020

### ブース紹介

ブースはすべて当日先着順です。  
一部のブースには定員があります。  
定員の記載がないものについても状況によってお待ちいただくことがあります。

#### ありがとうのぬり絵

10:00～12:00

気持ちを色で表現してプレゼントしよう。  
あなたのありがとうは何色かな?



#### 育児休業RPG

10:00～12:00  
13:00～14:30

育児休業ゲームを通して「うまくいく」を感じてみよう。



パバスマイル四日市

#### やってみよう! 「手で何ができるでしょう」

10:00～12:00  
13:00～14:30

定員/アクリル絵の具・各部10名

- ・リボン結び
- ・お弁当の包み方
- ・アクリル絵の具でステンシルほか



四日市友の会

#### 3Bたいそう☆ チャレンジ3B

10:00～12:00  
13:00～14:30

- ・ボール・バル・バルターを使ってゲームに挑戦
- ・親子ストレッチとダンス



(公社)日本3B体操協会  
三鳳県支部

#### ナノテープ 風船づくり

13:00～14:30

定員/20組

バタバタする触感のナノテープを使って風船を作ろう。



Ms. チャーズ

#### 子育て相談と 心理テスト

10:00～12:00  
13:00～14:30

- ・子育ての無料相談会
- ・エゴグラムテスト(心理テスト)



NPO法人  
日本メンタルヘルスの会

#### 手形カード をつくろう

10:00～12:00  
13:00～14:30

手形をおしたカードに自由にデコレーションしよう。  
カードは家族で1枚です。



四日市市こども子育て交流プラザ

#### 理想のパパ 投票

10:00～12:00  
13:00～14:30

理想のパパに投票しよう。



こども未来課

#### 絵本のよみきかせ

①10:30～/②11:30～/③13:30～

おはなしと手あそびを図書室で行います。



お知らせ

## かんざき



発行：令和5年6月5日  
神前地区市民センター  
☎ 326-2751  
FAX 325-2070  
団体事務局(13時～17時)  
☎、FAX 327-1501

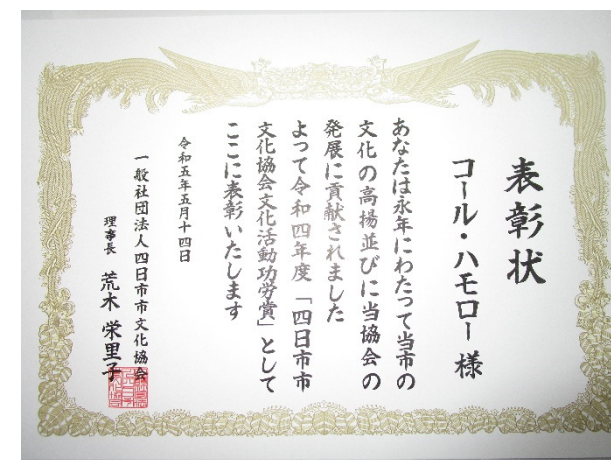
神前地区ホームページ(アドレス kanzaki-yokkaichi.com) もご覧ください。

### 表彰おめでとうございます!

5月14日(日)、永年にわたって四日市市の文化の高揚並び発展に貢献されてきた神前地区団体サークル『コール・ハモロー』さんが令和4年度「四日市市文化協会文化活動功労賞」を受賞表彰されました。

『コール・ハモロー』さん

おめでとうございます!



### 「子育て広場」からのお知らせで～す!!

★日時：7月3日(月) 10:00～11:30

★場所：神前地区市民センター 会議室

★対象：未就園のお子さんと保護者

★内容：ほんわっかさんの読み聞かせ

★問合せ：神前地区主任児童委員 川村 まり 竹中 里佳  
神前地区市民センター TEL 326-2751



### 神前こども園 子育て支援センターにじ

7月：月曜日～金曜日(祝日を除く)

対象：主に乳幼児(0歳～3歳)とその保護者

利用時間：9:30～14:30

コロナ禍では、午前・午後の入替制



問合せ：TEL 326-4408





## 自動車文庫 巡回予定



|          |             |            |
|----------|-------------|------------|
| 7月13日(木) | 13:40~14:10 | 神前地区市民センター |
| 7月21日(金) | 10:40~11:10 | 尾平町集落センター  |
| 7月21日(金) | 14:40~15:10 | 美里ヶ丘2号公園   |

## 三重西幼稚園

〔なかよし会〕

日程：7月 3日(月) 水遊び  
親子であそぼう

10日(月) 水遊び  
大型絵本の読み聞かせ

19日(水) 水遊び・誕生会(身体測定)  
10:00~11:30 問合せ：TEL 332-8976



\*良いお天気の日には、水遊びをします。着替え・タオルを持ってくるください！  
暑くなりますので、水筒・帽子もご持参ください。

## 地域づくりマイスター養成講座 受講生募集 6月30日(金) 申込締め切り

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<br>(全て土曜日) | 7月22日、8月19日、9月2日、16日、10月7日、21日、11月11日、<br>12月16日の全8回、9:30~12:00<br>(7月22日は13:30~16:00、11月11日は9:30~16:30) |
| ◆場 所             | 四日市市総合会館など                                                                                               |
| ◆内 容             | 地域社会と住民自治に関する講義や事例紹介、効果的な取材・広報について、<br>地域資源のマッピング演習、レポート作成など                                             |
| ◆そ の 他           | 定員40名(応募者多数の場合抽選)                                                                                        |
| ◆申込方法            | 住所、名前、電話番号、性別、年齢を、はがきかファクス、Eメールで<br>〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号 市民協働安全課へ                                       |
| ◆問合せ先            | 四日市市役所 市民協働安全課 電話 354-8179/FAX354-8316<br>メール：shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp                   |

## スマホで取り組む介護予防・フレイル対策教室

国立長寿医療研究センターが開発した、いつでも、どこでも、運動や健康づくりに取り組める無料の介護予防アプリ「オンライン通いの場アプリ」の使い方等を学ぶ教室です。

日 時：7月7日、14日 2回シリーズ(いずれも金曜14時~15時半)

会 場：四日市市総合会館 4階 機能回復訓練室(四日市市諏訪町2-2)

対 象：おおむね65歳以上の市民で、教室で使用するアプリ「オンライン通いの場」の  
ダウンロードが完了している方(※ダウンロードは無料です)

講 師：四日市市高齢福祉課職員

内 容：オンライン通いの場アプリの使い方に関する講義・体験など

定 員：8名 ※応募多数の場合は抽選 参加料：無料

持ち物：ご自身のスマートフォン、筆記用具

留意点：スマートフォンの基本操作の使い方教室ではありません。

オンライン通いの場アプリのダウンロードは無料ですが、教室参加時に使用する通信に係る  
費用は自己負担となりますのでご了承ください(※フリー Wi-Fi はございません)  
アプリの登録にはメールアドレスが必要となります。

申 込：6月28日までに、下記 QR コードからお申込ください。

担 当：四日市市高齢福祉課 地域支援係 電話：354-8170

〈アプリのダウンロードはこちら〉

〈アプリ紹介チラシはこちら〉

〈申込みはこちら〉



## ひと工夫でおいしく減塩を！ こにゅうどうくんの☆ちよこっと健康情報

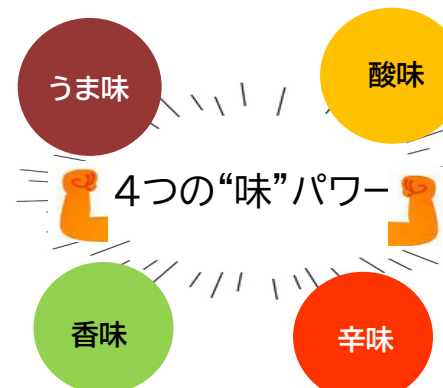


減塩は、「物足りない」というイメージがありがちですが、「アイデア次第」で  
おいしく食べることができます。少しずつ減塩に慣れて、生涯健康に過ごしましょう。

### 減塩を成功させるポイント4つ！

**だしを生かす**  
乾物のだしも活用することで  
ま味をプラスできます。  
●活用例  
肉じゃが→  
干椎茸入り肉じゃが

**香味野菜を使う**  
しょうが・青じそ・みょうがなど  
を加えることで香りが立ち、  
味が引き締まります。



塩味以外の“味”パワーをうまく使い、  
おいしく塩分量を  
減らしていきましょう。

**酸味を生かす**  
レモン汁やかぼす、酢などの酸  
味には、塩味を引き立てる効果  
もあります。

**香辛料を使う**  
カレー粉やこしょう、唐辛子、か  
らしなどの香辛料をうまくきか  
せれば、料理のアクセントにな  
ります。  
●活用例  
小松菜のお浸し→  
小松菜のからし和え

詳しくは四日市市公式サイトにて・・・トップページ ライフメニュー〔健  
康・医療〕→健康・医療・保健所→成人の健康づくり→必見！健康情報へ

四日市市 健康づくり課  
電話 059-354-8291

## 四日市市ファミリー・サポート・センターからのお知らせ

### 「依頼会員講習会と新規登録会」のお知らせ

ファミリー・サポート・センターの仕組みと趣旨について、また子どもの置かれている状況等を良く理解していただくために、依頼会員向けの講習会を実施しています。

新たに依頼会員として登録される人はもちろん、すでに利用されている人で未受講の人も、受講してください。

|        |                                                                             |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 日 時    | 7月1日(土)<br>13:00~16:00(講習会のみの方は14:40終了)<br>*講習会終了後、希望される人は依頼会員の登録手続きをいたします。 |
| 場 所    | 三浜文化会館                                                                      |
| 定 員    | 保育の都合により、20名程度といたします。(先着順に受け付けます)                                           |
| 申込方法   | 電話にてお申込ください。                                                                |
| 保 育    | あり/無料(保育対象:満6か月~)※事前にお申込ください。                                               |
| 申込・問合せ | 四日市市ファミリー・サポート・センター TEL 059-323-0023<br>(NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内)           |

### 羽津小学校・桜台小学校・楠小学校・塩浜小学校・県小学校

#### ・笹川小学校・下野小学校 給食パートを募集(9月上旬からの勤務)

- ◇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 = 午前8時30分~午後3時15分(労働時間6時間)  
※桜台・塩浜小学校:午前8時40分~午後3時25分(労働時間6時間)  
※下野小学校:午前8時45分~午後3時30分(労働時間6時間)
- ◇時 間 給 = 1070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 = 羽津小学校・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。社会保険加入あり。
- ◇申 込 = 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 = 6月8日(木)~6月23日(金)



### 市民税・県民税 (第1期)

納期限は  
**6月30日(金)**です



### 交通安全協会神前支部

## 今年もカーブミラー清掃をしました。



5月21日(日)、安協のメンバー27名で、町別に分かれて、8時から11時ごろまで、地区内のカーブミラー清掃(かがみ磨き等)を行いました。

交通安全は、交通に関する情報とそれに基づく予測が大切です。カーブミラーはそれらの情報をえるためにとても大切な機器となっています。鏡の表面が汚れて、情報が的確につかめなくなってしまうのは困ります。今回の清掃で、何とか多くのカーブミラーをきれいにすることができました。

神前地区から交通事故を出さないように、みなさんと共に注意していきたいと思います。

春の交通安全週間があったことをご存知ですか。特に今回は、運転者に対し横断歩道前での一旦停止をお願いしてきました。三重県は横断歩道前での一旦停止ができない人が多い県と言われています。横断歩道近くに歩行者を見つけたら、まず徐行、そして停止をする。この習慣を身に



着けてほしいと思っています。

安全週間は終わりましたが、毎日が安全週間だと思って、運転してほしいと思います。

もちろん、歩行者も交通ルールをしっかり守りましょう。運転手さんから見ると案外歩行者も危なっかしい人が多いんですよ。相手からどう見られているかを考えられる様になってほしいと思います。交通事故は絶対に起こさない!

四日市市南交通安全協会神前支部

### 夏休み 企 画

## 「手話に触れてみよう」



神前地区で30年近く活動している手話サークル「ワン・ステップ」からのお誘いです。私たちと一緒に、手話に触れてみませんか。どなたでも参加は自由ですが、申込をお願いします。

- \*日 時 8月 3日(木) 13:30~15:00  
10日(木) 13:30~15:00
- \*場 所 神前地区市民センター 2階 会議室
- \*申込・問合せ先 神前地区市民センター Tel 326-2751
- \*申込締め切り 7月20日(木)
- \*お願い 子どもだけの参加の場合、保護者の方の送迎をお願いします。飲み物は各自で持参してください。

参加費は無料!

聞こえないと困ることって  
何かしら?



手話でどう表すの?

定 員  
20名

主催者: 手話サークル 「ワン・ステップ」 代表 竹本孝子



## 令和5年度 第1回 パッククッキング講習会 参加者募集！



大きな地震が続いています。いつ何時、神前地区にも災害が起るかわかりません。みんなで防災について考え、準備していきましょう。

今年の「アイリス」は、「パッククッキング」に燃えております。やる気満々です。



「パッククッキング」をしようとなると、備蓄食材をつい考えてしまいます。例えば、買い物に行ったときに、「この乾麺使えそう。」とか「この缶詰もう一つ買っておこう。」とか考えるようになってほしいのです。パッククッキングにはそのための機材も考えます。「カセットコンロが必要だけど、ガスボンベはあったかしら。」とか。

これを「防災の日常化」と言い、「アイリス」のめざす防災活動なのです。もちろん災害時に、ちょっとでも温かい食事ができれば、どれだけストレスが緩和されるでしょう。ゆったりと食事をするすることで、復興復旧の意欲も盛が上がります。

でも本当のことをいうと、講習会の一番の楽しみは、参加されたみなさんとおしゃべりしたり、いっしょにお料理したりすることです。お友だちになりたいのです。お友だちになることが、一番の防災活動だと信じています。ぜひ参加してください。

今回は「菅原町」の公会所をお借りして行います。年度内に「高角町」「美里ヶ丘」「地区市民センター」でも開催したいと思っておりますので、参加しやすい所へ参加してください。但し、定員がありますから、お申込はお早めに！

【開催日時】7月8日（土）9:00～11:30

【開催場所】菅原町公会所

【参加者】定員 10 名（お申込先着順にお受けします。定員になり次第終了です。）

【申込方法】電話、FAX、メールでお申込ください。センター窓口でもお申込できます。

（Tel 326-2751、fax 325-2070、mail : [kanzaki-mgr@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:kanzaki-mgr@city.yokkaichi.mie.jp)）

神前女性防災の会「アイリス」

### 今回のメニュー「春のひととき」



ちらし寿司

にゅう麺

肉じゃが

フルーツ寒天

あんぱん粥

### お詫びと訂正

先月号で、「夏の子ども防災教室」を8月11日（金・祝）とお知らせしましたが、講師先生のご都合で、8月27日（日）に変更させていただきます。夏休みも終わりになってしまいますが、ぜひ子どもたちの参加をお待ちしています。予定を立てておいてください。楽しくゲームしながら、命を守る方法を学んでほしいと思っています。



神前女性防災の会「アイリス」

## 6月の地域行事

コロナ感染症も収束し、神前地区の各団体の方々の活動も再活発化してまいりました。神前地区を安全安心な町にしていくには、地区内にお住いの方々の「つながり」「絆」が一番必要だと思います。ぜひお時間を見つけて、いろいろな地域行事にご参加いただき、顔の見えるお付き合いをして、豊かで楽しい地域にしていきたいと思っています。



### 7日（水）子育てひろば 杉町先生の親子体操教室

民生委員児童委員協議会主催

開会 10:00 場所 神前こども園ホール

杉町先生のとっても楽しい親子体操教室です。初めて参加される方はびっくりしますよ。とってもダイナミックで、ハラハラしますが、とっても楽しく納得できる内容です。申込はいりません。当日直接来てください。



### 11日（日）人権フェスタかんざき 劇団でこぼこ「神前同推協の50年」

神前地区人権フェスタ実行委員会主催

開会 13:30 場所 神前小学校体育館

人権フェスタかんざきは、神前地区全団体協賛のもと行われる神前地区独自の活動、行事です。今年は、神前同推協50周年を記念して、素人劇団「でこぼこ」による「神前同推協50年の歩み」を劇にして上演します。キャストもスタッフも、全員神前地区

の方々なので、どうなることやら。ひょっとしたらハプニングやサプライズがあるかもしれません。楽しく笑いながら、人権について考えてみてください。申込はいりません。当日、直接来てください。



### 18日（日）里山整備作業 大日山の整備作業（散策の下草刈りや樹木の伐採）

神前里山を守る会主催

開会 9:00 場所 大日山公園

神前地区は四日市市街地に近いのに、とっても自然が豊かな地区だと思いませんか。それは、もともと自然が豊かな場所に加えて、昔から地区全体で自然を大切にしてきたからです。特に、里山を守る会の方々は、地区の北側に連なる「里山」を整備してくれています。でも、本当は、

地域の自然は、地域の方々全員で守っていききたいと思います。だから、みなさんも里山整備に参加してください。

お昼には、おにぎりや手作りの豚汁がふるまわれますよ。半日自然の中で過ごすのも、リフレッシュできてよいかもしれません。お昼の用意があるので、団体事務局へ参加すると連絡ください。団体事務局は午後しか事務員がいま

せんので、お気を付けください。（団体事務局 Tel 327-1501）



神前地区団体事務局