

結婚祝金給付制度のご案内



結婚を祝福し、夫婦の新しい人生を応援するため、結婚祝金を交付しています。
ぜひご活用ください。

■対 象：次の条件をすべて満たす人

- (1) 令和5年4月1日以降に結婚した夫婦
- (2) 婚姻届提出日時点で、夫婦ともに39歳以下でいずれもこの結婚祝金の交付を受けていない方
- (3) 結婚祝金の交付を申請する時点で、夫婦が本市に居住し住民登録がある方
- (4) 結婚祝金の交付決定日から2年以上、夫婦が本市に定住する意思がある方
- (5) 夫婦ともに税金を完納している方

■交付額：1夫婦あたり10万円

■申 請：次の書類を直接、または郵送で、〒510-0085 諏訪町2-2
こども未来課（総合会館3階）へ

- (1) 結婚祝金交付申請書
- (2) 夫婦の戸籍謄本（夫婦ともに外国籍の方は婚姻届の受理証明書）
- (3) 夫婦の住民票（世帯全員、世帯主、続柄が記載されているもの）
- (4) 夫婦それぞれの完納証明書（四日市市が発行するもの）



※完納証明書は市役所2階市民税課で取得してください。各地区市民センター、市民窓口サービスセンターでは取得できませんので、ご注意ください。

■申請期間：婚姻届出日から6か月以内

■その他：結婚祝金交付申請書は、こども未来課のほか、市民課、市民窓口サービスセンター、各地区市民センター（中部を除く）でお渡ししています。市ホームページからも入手できます。

■問合せ：こども未来課 ☎ 354-8038

QRコード
市ホームページ

「四日市市結婚祝金給付制度のご案内」



お知らせ

かんざき



発行：令和5年12月20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。



年末年始のご案内



地区市民センターの休みは **12月29日(金)～1月3日(水)**です

●戸籍についての届出（出生、婚姻、死亡等）の受付と埋火葬許可証の交付は、市役所地下1階
宿直室で行います。 TEL 059-354-8177



年末年始のごみ・し尿の収集について

ごみの種類	年 末	年 始
可熱ごみ・破砕ごみ・資源物（ペットボトル含む）	収集日程表のとおり	収集日程表のとおり
粗大ごみ戸別有料収集の受付	12月28日（木）まで	1月4日（木）から
し 尿	12月29日（金）まで	1月4日（木）から

年末・年始 処理施設受入表

施 設 名	28日 (木)	29日 (金)	30日 (土)	31日 (日)	1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)
四日市市クリーンセンター	○	○	○	休	休	休	休	○
楠衛生センター	○	休	休	休	休	休	休	○

※搬入時間：四日市市クリーンセンター 8:30～12:00 13:00～16:30
楠衛生センター 8:30～12:00 13:00～16:00

※1月4日（木）より平常どおり。（注）12/30（土）は四日市市の家庭から排出されたものに限りです。
事業者の搬入はできません。詳しくは広報よっかいち 12月下旬号に掲載してあります。

認知症早期診断事業（もの忘れ検診）をご存じですか？

広報よっかいち11月下旬号と一緒に認知症早期診断事業（もの忘れ検診）のご案内のリーフレットを配布しております。

認知症は誰にでも起こりうるものであり、早期診断・早期治療が大切です。
「最近頻繁に物をなくす」「約束の日時や場所を間違えるようになった」等日常生活に心配がある方は、リーフレット内の「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」を実施してみませんか？

事業の詳細についてはリーフレットもしくは市ホームページをご参照ください。
またお手元にリーフレットがない方は下記までご連絡ください。

【問合せ先】
四日市市高齢福祉課
TEL：354-8170
FAX：354-8280



市ホームページ
QRコード



ヘルスリーダー イキイキ教室



対 象： おおむね65歳以上の市民の方

会 場： 神前地区市民センター 2階 会議室

日 時： 1月9日（火）13:30～15:00

内 容： ストレッチ体操、筋トレ、楽器の演奏と歌など

持ち物： マスク、タオル、飲み物 （動きやすい服装でお越しください）

その他： 申込み、参加費は不要です。

お願い： ①参加される方は、咳エチケットや手指の消毒、検温にご協力ください。
②発熱や咳等の風邪症状がみられる方・基礎疾患をお持ちの方で、感染
リスクを心配される方は参加を控えていただくようお願いします。

問合せ：高齢福祉課 地域支援係 TEL 354-8170

申込み不要
参加費無料

各地区カフェのご案内



◎大日 Café サロン

日時：1月9日（火） ★1月は第2火曜日 10：00～12：00
場所：寺方1公会所 協力費：100円

◎カフェ あったかつの

日時：1月8日（月） ★毎月第2月曜日 9：00～12：00
場所：高角町公会所 協力費：100円

◎より曾井サロン

日時：1月11日（木） ★毎月第2木曜日 9：30～12：00
場所：曾井町公会所 会費：100円

◎カフェサロン尾平

日時：1月16日（火） ★毎月第3火曜日 10：00～12：00
場所：尾平町集落センター 会費：100円

◎とおりゃんせ in 菅原 1月の開催予定はありません



*当日は、体調の優れない方の参加はご遠慮ください。なお、カフェ開催に
あたり各町内の方を対象としますのでご承知おきください。



バレンタインハウスお菓子の家を作ろう!!

世界で一つだけのお菓子の家を作ってみませんか。
作った後も、お部屋で飾って、食べて、最後まで楽しめる教室です。

◎日 時：2月4日（日）10：00～12：00

◎場 所：神前地区市民センター

◎対 象：神前地区在住の方ならどなたでも

（小学校3年生以下は保護者が同伴してください）

◎講 師：山本 和美さん

◎定 員：お菓子の家14月戸分【先着順】

（1家族でお菓子の家2戸までにお願いします）

◎材料費：700円（当日、集金します）/お菓子の家1戸あたり

◎持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り用の袋など

◎申込み：1月10日（水）10：00～1月26日（金）17：00まで
神前地区市民センター TEL 326-2751

★当日は事前検温、咳エチケット、手指の消毒をお願いします。
状況により中止となる場合があります。



四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう!!

TEL：059-330-5020 FAX：059-334-0606

HP: <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

所在地：四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階



【開館時間】＜第1部＞9：00～12：30 ＜第2部＞14：00～19：00

※小学生以下は17：00まで、中高生は19：00まで利用可能です。

各部の間に消毒を行います。その間、施設の利用はできません。

【主なイベント日時・内容】

1月6日 （土）	10：00～ 11：15	よかパパひろば 今月は、ボールあそびをします。 おしゃべりタイムではパパ同士 交流しましょう。	対象/どなたでも 定員/おおむね15組 （先着順・受付当日9：00～）
1月9日 （火）	09：30～ 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歳～18か月、出産予定 の人 定員/当日先着10組 （受付9：00～10：30） 持ち物/母子手帳、バスタオル
1月21日 （日）	10：00～ 11：30	手形カードをつくろう 家族で手の大きさくらべをしま う。お子さんの成長記録にもなり ます。	対象/どなたでも 定員/当日先着15組（受付9： 00～・1家族1枚）
1月27日 （土）	10：30～ 11：00	えほんのひろば おはなしとわらべうたであそび ましょう。	対象/どなたでも 定員/当日先着10組 （受付9：00～）

【料金】 無料※行事の内容等を変更する場合があります。開館状況、イベント実施状況など詳しくは、ホームページをご覧ください。電話にてお問合せください。

第4回消費者講座「金融犯罪の手口と対策」を開催します!

四日市市では、市民の皆さんに消費をはじめ生活全般に関して役立つ知識をお伝えするため、消費者講座を開催しています。

第4回は、自分は騙されないと思っていても、被害が後を絶たない金融犯罪の様々な手口と被害を防ぐ対策について、動画をご覧いただきながら、わかりやすくお話しいただきます。

■日 時 令和6年1月17日（水）10：00～11：30
■場 所 四日市市総合会館7階 第1研修室
■講 師 一般社団法人四日市銀行協会
■テ ー マ 「金融犯罪の手口と対策」
■定 員 50名（事前申込不要）
■参 加 料 無料
■事務担当 市民・消費生活相談室（TEL:059-354-8147）



演劇公演会『ケアを知って得を知る！』

人権プラザ神前とかんざき人権のまちづくり協議会が、介護や高齢者の人権に関する講演会と演劇を開催します。講演会の講師は、かんざき在宅介護支援センター保健師の宮原由美子さん、演劇は、笑劇波さんに出演いただきます。皆さん、ぜひお越しください。

日時：令和6年1月27日（土）10:00～11:30（9:40 開場）

場所：寺方児童集会所 ホール（四日市市寺方町 2251）

講演会講師：かんざき在宅介護支援センター 保健師 宮原由美子さん

演劇出演：喜劇団・笑劇波

料 金：無料（申込み不要） そ の 他：手話通訳・要約筆記あり。

*託児をご希望の方は1月19日（金）までに人権プラザ神前へお申込みください。

駐車場は神前地区市民センターの北にある公共駐車場をご利用ください。

<訂正とお詫び>先日閲覧いたしました当公演会のチラシの開催日に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

【誤】2023年1月27日（土）→【正】2024年1月27日（土）

喜劇団・笑劇波

愛知県豊田市を拠点に全国各地の学校や自治体などで生の舞台から

記憶に残る笑いと感動をお届けし、社会的な話題の「笑劇」を全国

にお届けする劇団です。1998年に創設。今年、25年目を迎えます。

記憶に残る笑いと感動！



喜劇団・笑劇波

お問い合わせ先

人権プラザ神前 〒512-0924 四日市市寺方町 2281

☎/059-326-0840 FAX/059-326-5022 ✉/jplazakanzaki@city.yokkaichi.mie.jp

再掲

「Instagram 初心者講座」 参加費：無料

Instagramに興味のある方、始めたばかりの方、もっと知りたい方等を対象に講座を開催します。是非、ご参加ください！

日時：1月11日（木）10:00～11:30

場所：神前地区市民センター 2階 会議室

講師：特定非営利活動法人 愛ママズIT倶楽部

対象：神前地区在住の方

定員：12名（先着順）

持ち物：各自のスマホ、筆記用具



Instagram

神前地区市民センターにて予約受付をしています。（定員になり次第締め切ります。）お電話か窓口にてお申込みください。

申込締切日は12月28日（木）です。

*当日体調の優れない方は、ご遠慮ください。

【お問合せ等】神前地区市民センター 電話326-2751



女性のための自己尊重講座

受講料無料

自分の“こころ”と“からだ”を大切にするために ～マインドフルネスを学ぶ～

今ここにいる自分に意識を向け、自身のこころとからだに
向き合いストレスをうまくコントロールするマインドフルネスを
学びませんか。こころとからだのバランスを整えて、ストレス
に強い自分になりましょう



◇日時 令和6年2月3日（土）13:00～16:00 2月10日（土）13:00～16:00
マインドフルネスと「今ここ」を感じる力とは 自分も他者も大切にするための方法を学びましょう
～呼吸法を使って感覚を意識・体験しましょう～ ～コミュニケーションするためのコツ～

◇場所 本町プラザ2階 第1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 公認心理師・臨床心理士 仲 律子 さん

◇定員 20人程（先着順）

◇託児 無料（6か月から小学校3年生程度まで）
先着5人程 事前申込み1月20日（土）まで

◇持ち物 飲み物、バスタオルやマットなどの床敷き
身体を動かしやすい服装で参加ください

◇申込み 12月23日（土）9時以降
講座名、住所、名前、年齢、電話番号、メールアドレス、託児の有無（希望の場合は、子どもの名前と年齢）を、専用フォーム、Eメール、電話、ファクス、または直接「はもりあ四日市」へ

四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」
四日市市本町9番8号 本町プラザ3階
TEL354-8331 FAX 354-8339
メール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp



こにゅうどうくんの☆ちょこっと健康情報



緑黄色野菜と淡色野菜の違いは？

野菜を食べよう！
いつもの食事にプラス1皿！！

野菜 350gって
どれくらい？

野菜350gを小鉢にすると、約5皿分
です。（1皿約70g）



野菜は、加熱したり、汁物にいれたり
るとかさが減って食べやすくなります。



緑黄色野菜は、β-カロテンが豊富に含まれます。体内でビタミンAとして働き、目・皮膚・粘膜の健康を保ちます。



淡色野菜は、その他の野菜をいいます。ビタミンCや食物繊維が多く含まれます。

◎簡単レシピでプラス1皿！

切って
そのまま

切って
焼く

切って
レンジで
チン

切って
煮る
茹でる

※自分に合った、野菜の取り方を見つけてみましょう！



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

地域マネージャーの募集

- 募集内容 地域マネージャー〔会計年度任用職員（フルタイム）〕
- 募集人数 8人
- 職務内容 地区市民センターにおける地域社会づくりに関する業務
- 任 期 令和6年4月1日から令和7年3月31日（再任用する場合があります）
- 勤 務 地 各地区市民センター（中部、塩浜、神前、保々、四郷、桜、八郷、楠）
- 主な受験資格 次の要件を全て満たす人
 - ①昭和34年4月2日以降に生まれた人。②これまでに地域活動に取り組んだ経験がある人
 - ③地域社会づくりに深い認識と理解を持ち、自ら積極的に取り組む意欲がある人
 - ④民間企業等で職務経験がある人。ただし、公務員（正規任用職員）は任用開始日において、退職後3年以上経過していること。
 - ⑤夜間、休日の会議、行事等への参加が可能な人 ⑥地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない人
 - ⑦外国籍の場合、永住者または特別永住者の在留資格を有する人 ⑧四日市市に在住する人
- 募集期間 令和6年1月4日（木）～1月23日（火）（必着）
- 応募方法 市民生活課、各地区市民センターにある募集要項の所定の用紙に必要書類を添え、市役所5階市民生活課へ郵送または直接お持ちください。持参の場合は、月曜日から金曜日（祝日を除く）の午前8時30分から午後5時15分までをお願いします。
- 問合せ先 市民生活課 TEL354-8146



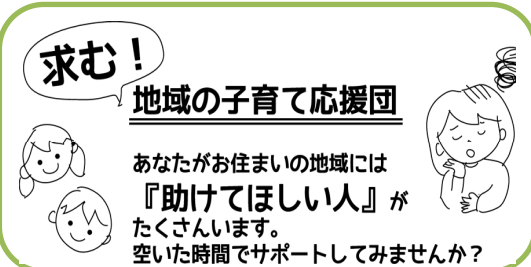
子育てを地域で支えあう

四日市市ファミリー・サポート・センターからのお知らせ

新規援助会員講習会のお知らせ

ファミリー・サポート・センターは、子育てを地域で支えあう会員組織です。

あなたの力を子育て支援に活かしてみませんか？
受講開始から1年以内に受講を完了すれば、援助会員として登録できます。1講座からでも受講できます。



場 所 ：三浜文化会館（四日市市海山道町一丁目 1532-1）

申込方法 ：電話にて1月13日（土）までにお申込みください。

テキスト代：2,000円

そ の 他 ：託児あり（無料）※事前にお申込みください。

申込み・問合せ：四日市市ファミリー・サポート・センター TEL 323-0023
（NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内）

日時		内容
1/20(土)	9:50～15:45	相互援助活動の趣旨と四日市市の子育て支援 基礎講座「子どもの権利」 子どもの心に寄り添う
1/21(日)	10:00～15:30	子どもの病気 ファミリー・サポート活動の流れ 子どもの安全と事故・救急法
1/27(土)	10:00～15:45	子どものあそび 子どもの栄養と食生活
2/3(土)	10:00～15:45	子どもの心と身体の発達 小児看護
2/4(日)	10:00～15:15	発達障害について～その子どもとの接し方～ 援助活動を円滑に進めるために 講習のまとめ

スマホサポート人材（ボランティア）育成のための教室を開催します

スマートフォンの基本的な使い方や LINE、Zoom の使い方などを学び、身近で困っている人に教えられるようになってみませんか。受講後は、今後市が開催するスマホ教室などにアシスタントとしてご参加いただいたり、身近で困っている人に教えてあげたりすることをお願いします。
（これらの活動は強制することはありません。）



■開催日程

場所	日時	
	1日目	2日目
川島地区市民センター	1月15日(月)	2月5日(月)
八郷地区市民センター	1月18日(木)	1月19日(金)
四郷地区市民センター	1月25日(木)	1月26日(金)
三重地区市民センター	1月29日(月)	2月2日(金)

■内容および時間割

1 日 目	9:30～10:30	電源の入れ方、ボタン操作方法など(Android)
	10:45～11:45	電源の入れ方、ボタン操作方法など(iphone)
	13:15～14:15	カメラの使い方、アプリのインストール方法(Android)
	14:30～15:30	カメラの使い方、アプリのインストール方法(iphone)
2 日 目	9:30～10:30	インターネットの使い方、スマートフォンを使う上での注意点
	10:45～11:45	LINE の使い方
	13:15～14:15	Zoom の使い方
	14:30～15:30	市の LINE 公式アカウントの使い方、市の電子申請システムの使い方

■定 員：各回先着7名まで ■費用：無料 ■対象者：どなたでも参加できますが、
上記のいずれかの2日間ともに参加できる方を対象とします。

■持ち物：特になし（教室は貸出用スマートフォンを使いますので、スマートフォンをお持ちでない方でも参加できます）

お申込み・お問合せ 050-3317-1545（平日9時～18時）
※お申込み・お問合せの際はお問合せ番号[5153]をお伝えください

生涯学習情報サイトをご活用ください！

市民の皆さんの生涯学習活動のきっかけに、ウェブサイト「四日市市の生涯学習情報まなぼうや」をぜひご活用ください！

【掲載内容】・地区市民センター・あさけプラザで活動中の生涯学習団体一覧

・生涯学習情報誌『まなぼうや通信』

・市民大学・熟年大学・出前講座に関する情報

【お問合せ】
四日市市 市民生活課
（☎354-8146）

ホームページアドレス

<https://manabouya.com/>

スマートフォンは
こちらから！



イメージキャラクター まなぼう

認知症サポーター養成講座が行われました。



12月13日（水）、神前地区市民センターにおいて「認知症サポーター養成講座」が開催され、14名の方が受講されました。

当日は、「かんざき在宅介護支援センター」の河村さんと宮原さんに講師を務めていただき、「認知症の正しい理解・認知症ってどんな病？」や「認知症の方との接し方・認知症方とどのようにおつきあすればよいの？」を詳しく教えていただきました。

受講生の中には、現実の家族が認知症気味になっておられる方やこれから家族をお世話していこうとする若い方もみえて、具体的な話を受講同士で話し見えました。

「本人は、自分が認知症だと分かっているのかな。」とか「施設に入れるとすると、いくらぐらいかかるのかな。」等、本



認知症の方への対応の心得

「3つのない」

- ① 驚かせない。
- ② 急がせない。
- ③ 自尊心を傷つけない。

当に大切なお話を聞くことが

できました。
この問題は、家族だけでは
どうすることもできないと感じました。専門の方も施設も充分
にあるとは限りません。お隣近所や地域としても、今後真剣に
考えて行かなければならないと感じました。

かんざき在宅介護支援センター

社協（青少年部） ふれあい事業が行われました。



12月3日（日）、大日山公園で「ふれあい事業」が行われました。親子づれをはじめ、総勢133名の方が参加されました。3年ぶりの

全面開催ということで、子ども達もニコニコ顔で参加していました。里山を守る会の方々やBBSの方、地域の方々や三重平中学校の生徒さん、社協（青少年部）のご協力いた

だき、晴天の中で盛大に行われました。
子ども達は、まず焼き芋の準備をして山へ遊びに行きました。山遊びの後、山で拾った落ちや木の実、枯れ枝を使って、クリスマスリースや名札プレートを作りました。ホットガン

を上手に使って、落ち葉や木の実をリースにくっつけていきました。
お昼には、焼き芋が焼けたり、豚汁やピザ、ポップコーンのふるまいもありました。一番歓声が上がったのは、里山を守る会のおじさんに作ってもらったそりで、坂道を滑り降りる遊びをしていた子ども達でした。思いっきり遊べたよう

でした。



年賀状・色紙受渡式が行われました。

みなさんはこの行事（活動）をご存知でしたか？



12月6日（水）神前地区市民センターにおいて、神前小学校、三滝中学校、三重平中学校の代表の児童生徒さんから、神前地区民生委員さんへ「一人暮らしのお年寄りに届けてほしい年賀状と色紙の受渡式」が行われました。

この行事は、「中学生ができることで、一人暮らしの高齢者に喜んでもらい、元気になっていただけることはないだろうか。」という趣旨から始まった試みでした。

初めは千羽鶴を送っていましたが、高齢の方が多くなって鶴を折ることが大変になり、17年前から年賀状と色紙に代わりました。

三滝中学校の生徒さんは色紙に、三重平中学校の生徒さんは年賀状に、思い思いの願いや励ましの言葉を書いて送ります。

神前小学校の児童のみなさんは、「折り紙」を折って色紙に貼ってくれます。



民生委員さんも、「12月（年末）の見守り訪問時に、子ども達の作ってくれた色紙や年賀状、折り鶴を持っていくと、一人暮らしの高齢者のみなさんから「毎年、楽しみにしています。」とか「枕元に置いて寝ています。」と多くの喜びの声をいただくことができ、民生委員としても嬉しい限りです。」と言ってみえました。

地域の中で、このような交流が行われ、人と人とがふれあい、いつの間にか絆ができていっているのだと思うと、とても素晴らしいことだと思います。お年寄りも顔は知らないけど、子ども達からいただいた色紙や年賀状によって、「地域や人と結びついている」。だから、「独りぼっちじゃない」という気持ちになれると思います。

民生委員さんも「あのお年寄りには、どの色紙を持っていけばいいかな。」「どの年賀状がいいかな。」とお年寄りを思い浮かべながら選んで見えました。これからも各学校の児童・生徒・先生方の協力が許される限り、続けていきたいと思っています。

地域の方々のご協力もお願いします。

神前地区民生委員児童委員協議会

