



とみすはら

富洲原地区市民センター ☎365-1136

富洲原地区団体事務局 (セタ-1階) ☎365-1174

富洲原地区ホームページ http://tomisuhara.net/



(富洲原地区のホームページから最新のセンターだよりや、バックナンバーもカラーで読むことができます。) ↑

## 地区敬老会と敬老記念品の配布について

～富洲原地区社会福祉協議会からのお願い～

富洲原地区社会福祉協議会では、高齢者の皆さんを敬愛し、長寿をお祝いするため、本年度は **10月20日(日)** に敬老行事を行う予定をしております。市に依頼して70歳以上の方の名簿(住所、氏名、生年月日、性別が記載されたもの)を閲覧させていただき、対象の方に、もれなく案内を送付したいと考えています。

名簿の閲覧により取得した個人情報については、この敬老行事にのみ使用し、秘密保持の厳守を徹底いたしますので、敬老会行事が円滑に実施できますよう、皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

【問合せ】団体事務局 ☎ 365-1174

なお、名簿にお名前等を載せたくない方は、誠にお手数ですが、6月28日(金)までに、ご本人様から **高齢福祉課 (☎ 354-8455)** へご連絡をいただきますようお願いいたします。

その場合、敬老行事のご案内や敬老記念品をお届けできなくなりますのでご了承ください。昨年までにご連絡をいただいた方は、改めてご連絡いただく必要はありません。

生ごみの減量に興味がある方へ

## 《生ごみ減量手法マッチングセミナーを開催します》

四日市市で発生する可燃ごみの中には、約30パーセントの生ごみが含まれています。ごみを減らすために、生ごみを燃やすのではなく他の方法も考えてみてはいかがでしょうか。生ごみを減らしたい方に向けた「生ごみ減量手法マッチングセミナー」を下記のとおり開催します。ぜひご参加ください。

【日 時】7月20日(土) 10:00~11:30

【場 所】富洲原地区市民センター 2階大会議室

【内 容】生ごみ処理機の手法や特徴を踏まえて、ご自身のライフスタイルに合った方法をご紹介します。

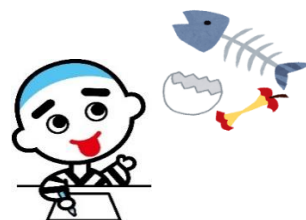
【講 師】一般社団法人 ネクストステップ研究会

【申 込】不要

【費 用】無料

【問合せ】生活環境課 ごみ減量推進係

☎354-8192



市民税・県民税・森林環境税  
(第1期)

納期限は  
**7月1日(月)** です



回  
覧

5/26  
(日)

## 第49回 富洲原地区

# 『ふれあいグラウンドゴルフ大会』が開催されました

強まる日差しに夏の訪れを感じながら、地区社会福祉協議会 保健体育部主催の「ふれあいグラウンドゴルフ大会」が富洲原小学校運動場で開催されました。参加者65名、小学生の参加もあり、世代間の交流と健康促進も図られ、心身ともに楽しい一日となりました。



おめでとうございます！

男子の部

優勝 水谷 武彦 さん  
2位 島津 典夫 さん  
3位 大橋 哲也 さん

女子の部

優勝 浅井 美智子 さん  
2位 加藤 安子 さん  
3位 野呂 正子 さん

小学生の部

優勝 内田 翔琉さん



「2時間後に電話が使えなくなります」

注意

という不審な電話が急増しています！

近頃、自宅の固定電話に自動音声で「2時間後に電話が使えなくなります。○番を押していただくとオペレーターにつながります」という電話がかかってくるという事例が発生しています。ガイダンスに従うとオペレーターを名乗る人物につながり、氏名や生年月日等の個人情報を聞き出そうとします。詐欺の予兆とも考えられるため、このような不審な電話にはくれぐれもご注意ください。

【対処法】

- 「電話が使えなくなる」という言葉に慌てず、安易に応じることなく、電話を切ってください。
- 満65歳以上の方を対象とした「自動通話録音警告機の購入費補助制度」をご活用ください。  
詳しくは、四日市市ホームページをご覧ください
- 対応に困ったときは、こちらへご相談ください。

市民・消費生活相談室（市役所1階）

相談専用電話 354-8264（市民対象）

相談受付時間 月曜日～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00

（土日祝日、年末年始を除く）



【四日市市HP】

## 「ステキ健康サポーター養成講座」 参加者募集！

参加無料

健康づくりのため、生活習慣病予防の運動と食事について学び、  
緑あふれる公園で仲間と楽しく活動しませんか？



【日 時】7月26日、8月2日、9日、23日、30日（全5回、毎週金曜日）  
9:30～11:30

【場 所】あさけプラザ <下之宮町296-1>

【対象者】体を動かすことが好きな方や健康に関する知識を人に伝える意欲がある方  
で、地域での健康づくり活動に興味があり、講座終了後ステキ健康サポ  
ーターとして、ボランティア活動ができる市内在住の18歳以上の方

【内 容】健康づくりに関する講義や運動実習、食に関する講義など

【定 員】30人（応募者多数の場合は、抽選）

【締 切】6月28日（金）**〔必着〕**

【申込み】右記二次元コードから申込み、もしくは、  
健康づくり課窓口（市役所7階）へ

※地区市民センターにも所定の申込用紙があります。



【申込みフォーム】

【問合せ】健康づくり課 ☎ 354-8291 <〒510-8601 諏訪町1-5>



## 地域づくりマイスター養成講座 受講生募集

市民協働安全課では、「地域を元気にしたい」、「顔の見えるご近所関係を築いて  
いきたい」という方に、必要な知識・スキル等の習得を目的とした、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	7月27日、8月24日、9月7日・21日、10月5日・26日 11月16日、12月14日の全8回 【9:30～12:00】 (7月27日は13:30～16:00、10月5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、 地域資源のマッピング演習、レポート作成など
終 了	全8回中 5回以上の出席で、修了証を交付
定 員	40名（応募者多数の場合抽選）
申込締切	<b>7月12日（金）</b>
申込方法	住所・名前・電話番号・年齢を、はがきかファクス、Eメールで 〒510-8601 四日市市諏訪町1-5 市民協働安全課へ
問 合 せ	四日市市役所 市民協働安全課 ☎ 354-8179 FAX 354-8316 メール：shiminkyoudouanzen@city.yokkaichi.mie.jp



## 熱中症を予防しましょう



熱中症は、暑く湿った環境で長時間過ごした時などに発生します。  
暑くなり始めたばかりの時期や急に暑くなった日は、身体が暑さに慣れていないため、注意が必要です。

### 熱中症予防のポイント



- ① 喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- ② 日頃から暑さに備えた体づくりと体調管理をしましょう。
- ③ エアコンや扇風機を使い、部屋の中を涼しくしましょう。
- ④ 熱中症警戒アラートを活用しましょう。

※ 熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が極めて高いと予測される場合に発表されます。

アラートが発表された場合は、外出を控える、外での運動は原則、中止/延期とする等とし、普段以上に熱中症の予防行動をとりましょう。

より詳しい情報は [こちら](#) ⇒



環境省 熱中症 検索

【問合せ】健康づくり課 ☎ 354-8291

## がん検診の申し込みは、済んでいますか？

富洲原地区市民センターでの集団検診は、**9/10(火)・11(水)・15(日)**です。  
市ホームページ・健康づくり課・各地区市民センター（中部を除く）で申し込みめます。

● **便利な Web申し込みもご利用ください。** ▶

各日・各種類の検診について、定員に達した時点で申し込みを締め切りとさせていただきます。（下表に記載の申し込み締め切り日は、定員に達しなかった場合の締め切り日です。また、申し込み受付後も、申し込み状況によっては検診日・会場の変更をお願いすることがあります。その場合は、健康づくり課よりご連絡させていただきます。）

キャンセルや変更は極力お控えください。予定を確認の上、申し込みをお願いいたします。

【問合せ】健康づくり課 ☎ 354-8282 FAX 353-6385

《 集団検診日程 》



【Web申込み】



日程			会場名	検診種類					申し込み締め切り日	
月	日	曜日		胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がんマンモ	乳がんエコー		肺がん
9	10	火	富洲原地区市民センター				1日		1日	8月8日(木)
9	11	水	富洲原地区市民センター	AM	AM	AM				8月8日(木)
9	15	日	富洲原地区市民センター	AM	1日	PM	1日	1日	1日	8月8日(木)

★ 詳細は、広報よっかいち4月下旬号同時配布の「がん検診のおしらせ」で確認できます。

## 【お詫びと訂正】

「とみすはらセンターだより」令和6年5月20日号に掲載しました下記の記事におきまして、誤りがありました。

<1ページ「令和6年度人権地区懇談会」の「松原公会堂（松原地区）」と「天力須賀公会堂（天力須賀地区）」の日程>

6月25日（火）

（正）天力須賀公会堂

（誤）松原公会堂

6月26日（水）

（正）松原公会堂

（誤）天力須賀公会堂

正しい日程は次のとおりです。

日時	6月24日（月） 19：00～	6月25日（火） 19：00～	6月26日（水） 19：00～
会場	富田一色公会堂	<u>天力須賀公会堂</u>	<u>松原公会堂</u>

みなさまには、ご迷惑をおかけしましたことお詫び申し上げます。

〔主催〕富洲原地区人権教育推進協議会

〔問合せ〕富洲原地区団体事務局 ☎365-1174