

Jアラートの全国一斉情報伝達試験が実施されます。

Jアラートの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試験放送を実施します。防災行政無線に加え、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いたしますので、ご承知おきください。

【実施日時】 5月22日(水) 11:00頃から数分程度

【試験放送内容】

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♪)



防災行政無線

地域住民の皆さんに参加していただく試験ではありません。

- 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。

【連携対象】

市内全域の防災行政無線・テレビ(CTY-L字放送)
緊急告知ラジオ(CTY-FM)・四日市市Sアラート
四日市市安全安心防災メール
四日市市ホームページ、X、LINE

【問合せ】

危機管理課 ☎ 354-8119

Eメール: kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp



マイナンバーカードサービスセンターが移転します！



現在、じばさん(四日市市地場産業振興センター)に開設しています当センターを、市民サービスと利便性向上のため、下記のとおり市役所北館5階に移転いたします。

また、移転に伴い一時的に当センターの業務を休止いたしますので、何卒ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。

【開設場所】市役所北館5階

(諏訪町1-5 市役所北隣)

【開設日】5月28日(火)

・5月28日以降は木曜日定休(5月20日までは水曜日定休)

【移転に伴う業務停止期間】

5月21日(火)～27日(月)

※この期間中も平日は、各地区市民センター(中部を除く)や市民課でカードの住所変更などの手続きは可能です。

■マイナ保険証について

- ・マイナンバーカードと健康保険証との一体化については、令和6年12月2日から現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証(健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)を基本とする仕組みに移行されます。

【問合せ】市民課 マイナンバーカードサービスセンター

☎ 340-8371 FAX 340-8372

在宅医療市民啓発活動事業を補助します

「在宅医療」を広く知っていただくために、市民企画による啓発活動（講演会・勉強会など）にかかる経費の一部を補助します。

【対象事業】4月22日（月）～令和7年3月31日（月）に実施される事業
（※同一申請者(団体)による申請は、一年度2回までとします）

【応募資格】市民または、四日市市を活動拠点とする市民活動団体など

【補助限度額】6万円 ※①～③の合計で6万円を上限とする

①講師等報償費（上限3万円、全額補助）

②事業にかかる事務費（上限5千円、全額補助）

③要約筆記及び手話通訳の報償費、託児・託老にかかる委託料

（上限3万円、全額補助）

【募集期間】4月22日（月）～12月27日（金）★注：保健企画課 必着

必要書類を、郵送か直接、保健企画課（総合会館4階）へご提出ください。申請の内容を審査し、補助金交付が決定した場合は、決定通知をお送りいたします。

【応募書類】募集要項は各地区市民センター、市民窓口サービスセンター、あさけプラザ、なやプラザにあります。申請書類一式については保健企画課からお送りしますので、ご連絡ください。募集要項等の応募に必要な書類は、市のホームページからもダウンロードできます。

【問合せ】保健企画課 ☎ 354-8281



「カラダスッキリ塾」参加者募集！

運動を習慣にしたいけど続かない、筋肉をつけたいけど自分に合った運動方法がわからない…そんなお悩みの方、「プロが教える運動のコツ」を学んでみませんか。

【日時】6月7日、14日、28日、7月5日、12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>

【定員】30人（応募者多数の場合は抽選）

【対象】市内在住の18歳以上の人

※心臓病・不整脈のある人、運動制限のある人は事前にご相談ください。

【内容】スロー筋トレ、有酸素運動の実施、健康づくりや食生活についての講義など（息が弾む程度のややきつめの運動を行います）

【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

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

無料！

締切：5月17日(金)【必着】

申請はこちらから



ステップ四日市「見学会&もの忘れ相談会」のご案内

作業療法士や社会福祉士が、もの忘れや、もの忘れに関連する生活の困りごとについてご相談に応じます。また、ステップ四日市1階部分（認知症支援エリア）の見学希望にも対応いたします。

【日時】6月8日（土）10:00～12:00

【場所】四日市市介護予防等拠点施設（ステップ四日市）1階
（日永東1丁目2-27）

【対象】市内にお住まいの方

【料金】無料 【申込】不要

【その他】相談者や施設見学希望者多数の場合は、待ち時間が発生する場合がありますので、ご了承ください。

【問合せ】四日市市介護予防等拠点施設（ステップ四日市）認知症支援担当
☎ 348-4008 FAX 346-4070



富洲原地区市民センター サークル・グループ活動

〈 令和 6年度 4月1日 現在 〉

- ※ 入会や見学などをご希望の方には、代表者をご案内しますのでセンターまでお尋ねください。
- ※ 会費などは、サークル代表者にお問合せ下さい。
- ※ 都合により、日時・時間など変更・休止になる場合があります。

【問合せ】 富洲原地区市民センター ☎ 365-1136

サークル名	内容	活動日	活動時間
●月曜日			
囲碁クラブ ★	囲碁	毎週月・水曜日	13:00~17:00
松風吟詩会	詩吟の修得と向上	毎週月曜日	13:00~16:00
●火曜日			
スマイル	フォークダンス	毎週火曜日	10:00~12:00
●水曜日			
木彫りサークル積木の会	木彫り作品の製作	第1・3水曜日	9:00~12:00
富洲原リズム体操	体操で健康増進	毎週水曜日	10:00~11:30
もみじクラブ	ヨガで健康増進	毎週水曜日	10:00~11:30
囲碁クラブ ★に同じ		毎週月・水曜日	13:00~17:00
つくしの会	手話学習を通じた交流	毎週水曜日	14:00~15:30
富洲原ヨガ教室	ヨガで健康増進	毎週水曜日(2部制)	18:00~/19:00~
●木曜日			
手芸クラブ	編み物・木目込み人形等	第1・3木曜日	9:30~11:30
パソコン触ってみたいなの会	パソコンの学習	第1・3・4木曜日	9:00~12:00
ひまわり料理教室	調理実習	第4木曜日	9:00~12:00
レザークラフト	革工芸品製作	毎週木曜日	13:00~15:00
とみすはら日本語教室	外国人への日本語の学習	毎週木曜日	19:00~20:30
●金曜日			
富洲原書道部	書道の学習	月3回 金曜日	9:00~12:00
ハーモニカ愛好会	介護施設へのボランティア	第3 金曜日	10:00~12:00
自彊術普及会	自彊術体操	毎週金曜日	14:30~16:00
●土曜日			
ふれあい料理教室	食生活の推進活動	第4土曜日	9:30~12:00
リラックス ヨガ	ヨガで健康維持	毎週土曜日(2部制)	9:30~/10:45~

