

令和7年10月20日

14号

おやまだ

小山田地区市民センター
TEL 328-1001
FAX 328-8000
小山田地区ホームページ
<http://oyamada3320.sakura.ne.jp>



表彰おめでとうございます

9月23日（火・祝）四日市市文化会館にて、第63回四日市市高齢者福祉大会が開催され、次のとおり敬老功労者・優良老人クラブとして表彰されました。

【四日市市長表彰】

寺岡 正美さん（小山町）
平尾 義博さん（内山町）



寺岡正美さん



平尾義博さん

【四日市市老人クラブ連合会会長表彰】

磯貝 照人さん（山田町）

【優良老人クラブ老人クラブ連合会会長表彰】

山田慶寿会第一、山田慶寿会第二



磯貝照人さん
山田慶寿会第二

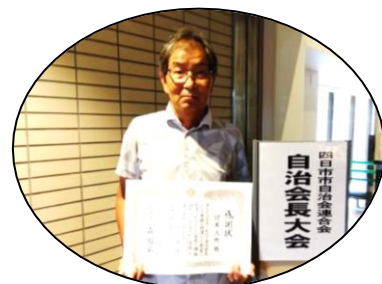


山田慶寿会第一

9月24日（水）あさけプラザにて、令和7年度四日市市自治会長大会が開催され、永年自治会活動にご尽力いただいた次の方が表彰されました。

【永年勤続表彰 勤続5年】

辻本 久也 さん（西山町自治会長）



民生のつぶやき



季節の変わり目は、体調に気を付けてくださいね

民生委員児童委員は、地域の方々から推薦で候補者に選ばれ、市や県の推薦会を経て、国に推薦された人を厚生労働大臣から委嘱されます。任期は3年で、3年に1度の「一斉改選」で新しい委員が選ばれるんだ。今年は改選の年だから、12月1日から新しい民生委員児童委員に変わるね。



センター講座のご案内

お気軽にご参加ください

クリスマスリースづくり

小学生から大人まで参加OK♪

- ☆日 時 11月30日（日）14:00～15:10
☆場 所 小山田地区市民センター 2階 会議室
☆講 師 四日市公害と環境未来館
☆対 象 小学生以上（小学校3年生以下は保護者同伴）
〈申込み多数の場合は小山田地区在住・在勤・在学の方、そのご家族を優先〉
☆定 員 12名（先着順）
☆参 加 費 無料
☆持 ち 物 筆記用具・持ち帰り用の袋
☆申込期間 10月27日（月）8:30から11月20日（木）17:15まで



【申込フォーム】

グラスアート体験教室

小学生から大人まで参加OK♪
今年はクリスマスバージョン♪

- ☆開催日時 12月6日（土）＜第1部＞ 9:30～10:20
＜第2部＞ 10:30～11:30
☆場 所 小山田地区市民センター 2階 会議室
☆講 師 日本グラスアート協会インストラクター 門井 恵理さん
☆内 容（どの作品を作るか選んでから、お申込みください）
＜第1部＞ 「①クリスマスツリーの鏡」づくり
または「②キャンドルホルダー（ガラスの小物入れ）」づくり
＜第2部＞ 「③コースター」づくり
または「④フォトスタンド」づくり
☆対 象 小学生以上（小学校3年生以下は保護者同伴）
☆定 員 各部10名（先着順）
※申込み多数の場合は小山田地区在住・在勤・在学の方、そのご家族を優先
☆材 料 費 ①500円 ②500円 ③800円 ④1,100円（当日、集金します。）
☆持 ち 物 なし
☆申込期間 10月27日（月）8:30から11月26日（水）17:15まで



【申込フォーム】

＜第1部＞は小学校低学年でも大丈夫!!



① クリスマスツリーの鏡



② キャンドルホルダー



③ コースター



④ フォトスタンド

※市民センターに作品見本を展示しています！

◎申し込みは、申込みフォーム・電話または直接、小山田地区市民センターまで。
TEL 328-1001（8:30～17:15）



11月の子育てひろば

おうちで子育てをしている保護者の方とお子さんの交流の場として「子育てひろば」を開催しています。お気軽にご参加ください。



11月12日（水）親子ふれあい体操
11月27日（木）フリールーム

※天候や災害、感染症などの状況により、内容が変更または中止となる場合があります。
※入会時に「子育てひろば公式LINE」への友だち登録をお願いします。



☆場 所 小山田地区市民センター ☆時 間 10:00～11:30
☆対 象 未就学のお子さんと保護者の方 ☆参加費 無料
☆申込み・問合せ 小山田地区市民センター TEL 328-1001
子育てひろば代表 矢田 TEL 090-9264-8651



市が養成した介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による

イキイキ教室のご案内

健康な毎日を目指して、みんなで楽しく、一緒に介護予防に取り組みましょう♪

対 象 : おおむね 65 歳以上の市民の方
会 場 : 小山田地区市民センター 2階会議室
日 時 : 11月19日（水）10:00～11:30
持ち物 : タオル、飲み物、必要に応じマスク
内 容 : ストレッチ体操、筋トレ、脳トレ、歌など
お願い : 参加される方は感染症予防にご協力ください

認知症予防のための“コグニサイズ”も実施しています♪

コグニサイズとは、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を合わせた言葉で、国立長寿医療研究センターで考案された、認知症予防の運動方法です。

申込不要
参加費無料です



【問合せ】高齢福祉課 TEL 354-8170

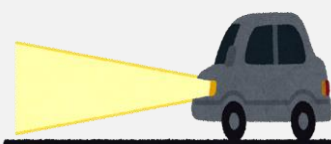
自動車文庫 11月7日（金）

JA 小山田支店 10:10～10:40
鹿間町自治会広場 10:50～11:20



夕暮れ時、ちょっと早めの ライト・オン運動

【実施期間】10月1日（水）～12月31日（水）



再掲

防災・防火の標語を募集します！

今年も大規模な山林火災や津波、大雨による被害などが各地で発生し、防災対策の必要性が再認識されています。また南海トラフ地震が30年以内に起きる確率が60～90%程度以上に引き上げられるなど、災害がより身近に差し迫ってきています。大切な私たちの家族やまちを、災害や火災から守るため、自分たちでできることなど、防災・防火をテーマとした標語を募集します。

- 内 容 : 防災・防火の啓発
- 応募方法 : 応募用紙に1作品を書いて提出してください。
(応募用紙は自由。氏名、住所、電話番号を必ずご記入ください)
- 対 象 : 小山田地区在住の方
- 締め切り : 令和7年11月11日（火）
- 応募・提出 : 小山田地区市民センター入口に応募用紙と応募箱が置いてあります。
- お問合せ先 : 小山田地区団体事務局 TEL 328-3320



☆応募作品は「ぼうさいおやまだ」等の啓発物に掲載し、防災啓発活動に使用させていただきます。

主 催 小山田地区防災連絡協議会

全国瞬時警報システム（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屋外拡声子局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。

- (1) 実施日時 令和7年11月12日（水）午前11時00分ころから数分程度
- (2) 試験放送・吹鳴内容

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 ↓)

※地域住民の皆さんに参加していただく試験放送ではありません。

- 059-351-4004（自動電話応答機能）にTEL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。
- 以降の試験は、以下のとおりを予定しております。
令和8年2月6日（金）午前11時

【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 TEL 354-8119 / メール kikikanri@city.yokkaichi.mie.jp

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、市の電子申請システム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。

（活動は強制ではありません。）

■場所 小山田地区市民センター

■日時および内容 12月25日（木）

時間	内容
10:00～11:00	防災関係
11:15～12:15	LINE(ビデオ通話含む)関係
13:15～14:15	インターネット検索、音声操作、アプリ追加など
14:30～15:30	市のLINE公式アカウント、市の電子申請システムについて

■定員：先着3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4コマ全てに参加できる方を対象とします。

■持物：スマートフォン（お持ちでない人には貸出可能）

■教室の開催時間中、スマホ相談窓口（こちらは予約不要）も開設します。

スマートフォンに関するお困りごとなどをご相談ください。

お申込み・お問合せ（ソフトバンク株）

0800-111-9442（9時～17時、土日祝も可）

※お問合せは随時受付けておりますが、お申込みは11月1日（土）から受付開始ですのでご注意ください。

男性のための電話相談のご案内

心配や不安、困りごとはありませんか。離婚や仕事上の悩みなど、電話でご相談ください。男性の臨床心理士がお話をお聞きします。



○原則毎月第4土曜日 9:30～12:30（1人30分程度）

○相談電話番号 059-354-1070

※予約不要です ※匿名でもOKです

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

《四日市市消防本部からのお知らせ》

秋の火災予防運動を実施します 11月9日～11月15日

「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

11月9日～11月15日までの7日間にわたり全国一斉に実施される秋の火災予防運動に伴い、火災を未然に防止するため本市においても同運動を行います。

●火災原因はたばこが1位

令和6年中の四日市市、朝日町、川越町で発生した火災は78件です。火災原因のうち最も件数が多かったのは、たばこで9件です。つづいてストーブ、こんろ、電気配線がそれぞれ6件となっています。

火災の発生を防ぐために、次の4つの習慣と6つの対策を守りましょう。

●住宅防火 いのちを守る 10のポイント

《4つの習慣》

- ① 寝たばこは絶対にしない、させない。
- ② ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ③ こんろを使うときは火のそばを離れない。
- ④ コンセントのほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。



《6つの対策》

- ① 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ② 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ③ 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは防災品を使用する。
- ④ 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤ お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥ 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

●山林火災を予防しましょう

秋は空気が乾燥し、風が強く吹く季節となります。山林火災は人的要因による原因が多く、皆さん一人ひとりの注意で防ぐことができます。貴重な人命や財産を火災から守るため山林での火気の取り扱いには十分気を付けましょう。

●山火事予防 4つのポイント

- ① 乾燥・強風時は外で火をつかわない。
- ② 火気を使用する際目を離さない。
- ③ 消火用水の確保
- ④ 使用後は完全に消火確認



【問合せ】四日市市消防本部予防保安課

（TEL 356-2008 FAX 356-2041）

四日市市消防本部公式ホームページ

<https://yokkaichisyoubou.jp/>



◇市民窓口サービスセンター臨時休業のお知らせ◇

市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）では、メンテナンス作業のため、下記のとおり業務を停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■臨時休業 11月8日（土）・11月9日（日） 終日

◇コンビニ交付サービスの一時停止について◇

メンテナンス作業のため、コンビニ交付サービス業務を停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■一時停止日時 11月7日（金）19：00から
11月10日（月）6：30まで

【問合せ】市民課 TEL 354-8152 FAX 359-0282

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

【主なイベント日時・内容】

料金 無料

11月1日（土） ～11月30日（日）	9:00～17:00	オレンジリボン 雪だるまにオレンジのリボンをつけよう！	対象/どなたでも 定員/材料がなくなり次第終了
11月8日（土）	10:00～11:15 （受付 9:00～）	よかパパひろば 今回は親子 de バランスボールをします。動きやすい服装でお越しください。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 20 組 持ち物/水分補給ができるもの 講師/産後指導士・バランスボールインストラクター 横石亜紀氏
11月8日（土）	14:00～15:00 （受付 12:00～）	子育てはチームプレー 助産師と一緒に子育てについて話しましょう。お子さんの発育相談もできます。	対象/子育てに関わる人、これから子育てする人 定員/なし 講師/ママノトモ・奥友美氏、 助産所お日さま・佐竹ひろみ氏

※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。

【問合せ】四日市市こども子育て交流プラザ

TEL 330-5020 FAX 334-0606 HP: <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>
所在地：東新町 26 番 32 号 橋北交流会館 4 階



フレイル予防・対策の第一歩は「知ること」から！
元気に暮らすヒントを毎月スマホにお届けします♪



四日市市高齢福祉課 公式 LINE 「フレイル対策ルーム」にぜひご登録ください

四日市市高齢福祉課 公式 LINE「フレイル対策ルーム」では、健康長寿に向けて“フレイル”（加齢に伴って、筋力や認知機能等が低下した状態）の予防・対策に関する情報や体操動画等を定期的にお届けしています！ぜひ友だち登録をお願いします♪

《 友だち登録方法 》※以下のいずれかの方法で登録できます。

● 二次元コードから登録する方法

右記の二次元コードを読み取り「フレイル対策ルーム 四日市」が表示されたら友だち追加を選択



こちらを
読み取り

● ID 検索から登録する方法

①LINE アプリのホーム画面の上の方にある、このマーク「」を押す

②「 検索」を押す

③ID 検索画面で「@022mtaqp」を入力

④「フレイル対策ルーム 四日市」が表示されたら友だち追加を選択



フレイル対策ルーム 四日市
この画面が表示されたら
“追加”を選択

※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有する情報が保存されることはありません。

【問合せ】高齢福祉課 TEL 354-8170

四日市の小中学生のための こどもの居場所 ～イベント開催のお知らせ～

さまざまな体験を通じて居場所を見つけてみませんか？ 四日市市では7月から、あさけプラザにて、小中学生を対象にさまざまな体験ができる居場所づくりを始めました。毎月第1水曜日と第3土曜日に居場所を開催しています。ぜひ、遊びに来てください！

小中学生対象
参加 無料

【開催日時・内容】

11月5日 （水）	14:30～16:30	常設コーナー 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。おやつもありますよ。	定員/なし 予約/不要
11月15日 （土）	13:30～16:00	【環境講座】木のペンダントをつくろう！ 木のオリジナルペンダントを作りましょう。常設コーナーもあります。	定員/なし 予約/不要 持ち物/なし 協力/四日市公害と環境未来館

【会場】四日市地域総合会館 あさけプラザ（下之宮町 296-1） 2階

【お問い合わせ先】企画内容に関すること：アクティオ株式会社（TEL 359-5560）
事業内容に関すること：四日市市こども未来課（TEL 354-8038）