



おしらせ 豊かでさわやかな町

H28. 8. 20号

しおはま

塩浜地区市民センター 塩浜団体事務局
Tel 345-2403 Tel・Fax 347-0681



しおはまアレコレ

三重県自治会連合会 第53回定期総会が7月13日(水)に開催され、
下記の方が表彰されました。おめでとうございます。

【日本赤十字社三重県支部長表彰】

伊藤 幹郎さん(塩浜本町一丁目)



～テニス交流会～

初めての方大歓迎。ベテランの指導が受けられます。半日を楽しく過ごしていただけます。
みなさんの参加をお待ちしています。

- ◇ 日時 9月24日(土)9時～ <雨天の時 9月28日(水)>
- ◇ 場所 昭和四日市石油(株)テニスコート
- ◇ 申込み 9月1日(木)～9月21日(水)
塩浜団体事務局へ (TEL347-0681)

- * ラケット、テニスシューズ、飲み物は各自持参でお願いします
- * 申込み人数が少ない場合は中止することがあります(必ず申込みください)

主催：塩浜地区社会福祉協議会 保健体育部



～ノルディック・ウォーキング講習会～

運動が苦手、最近体型が気になるあなた！歩くならより健康的に！歩いて伸ばそう健康寿命！
是非このチャンスを逃さないで！

- ◇日時 9月25(日) 8時30分～12時
- ◇集合場所 南部丘陵公園・公園茶屋側入り口周辺
- ◇持ち物 飲み物、タオル、リュックサック(貴重品は各自で管理)
- * 雨天の場合は内部中学校武道館で講習会を実施します。体育館シューズは不要です
- ◇講師 渡辺 勝幸さん(全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員)
- ◇参加費 無料
- ◇申込み 9月9日(金)までに塩浜団体事務局まで TEL347-0681

主催：四日市市スポーツ推進委員協議会

南部ブロック(内部・日永・楠・河原田・塩浜地区)

共催：塩浜地区社会福祉協議会 保健体育部

終了後、紙パックジュース
とパン2個があります



～高齢者お楽しみ会～

恒例の「65歳以上のひとり暮らしの方・70歳以上の高齢者交流会」を今年も開催いたします。みなさまお誘いあわせの上、お越しください。

- ◇ 日 時 9月20日(火) 10時～11時45分
- ◇ 場 所 塩浜地区市民センター 2階ホール
- ◇ 対 象 65歳以上のひとり暮らしの方、
70歳以上の方
- ◇ 内 容 一部：音楽を楽しみましょう
とっても若くてチャームな2人のお姉[コピア]さんによる
トークと演奏
- ◇ 定 員 50名(定員になり次第締切ります)
- ◇ 申込み 9月1日(木)～9月14日(水)
塩浜団体事務局(TEL347-0681)へ
主催：塩浜地区社会福祉協議会 福祉部



20周年記念 人権/文化「お月見フェスタ 2016」

恒例の「お月見フェスタ2016」の時期になりました。
年に一度の催しですが、今年は20周年の節目を迎え記念講演を3部構成にしました。
これを機会に「人権」について考えていただき、下記の方々に出演をお願いしました。
ご近所お誘い合わせの上お越し下さい。

- ◇日 時 10月8日(土) 午後1時開演～4時15分頃まで
- ◇場 所 塩浜小学校 体育館 (去年とは 開演時間変更 になってます)
- ◇入場料 300円(小学生以上)
9月1日(木)から発売
地区社協/人権部、文化広報部の委員、地区社協役員
地区市民センター内・団体事務局(2階)で販売しています
- ◇内 容 第1部 オープニングイベント
四日市商業高等学校 マンドリン演奏
- 第2部 講演 & 琵琶演奏
池田 智鏡 (福岡県 普光寺住職)
「生きぬく心」～人生に無駄なことは何ひとつない～
- 第3部 交流会(抽選会)
たくさんの賞品を用意してお待ちしています(特賞20本)



*参加者にはダンゴとお茶をお渡しします

*スリッパをご持参ください。 「校内禁煙」

主催 塩浜地区社会福祉協議会 人権部/文化広報部

協賛 四日市市人権・同和教育推進啓発広域事業 塩浜地区連合自治会

三浜文化会館（カルチュラル三浜）で働いていただける 臨時職員さんを大募集！

- ◇募集人員 3名（①日勤1名、②夜勤2名）
◇雇用期間 平成28年10月1日～平成29年3月31日（更新の可能性あり）
◇勤務場所 三浜文化会館（四日市市海山道町地内）
◇勤務内容 一般事務補助（ワード・エクセル操作含む）
・各種申請書受付、許可書の交付、使用料の収納など
◇勤務日数 ①月15～16日程度 ②月10～13日程度
◇勤務時間 ①8時30分～17時15分（休憩1時間）
②11月30日までは日勤時間内で4時間、12月1日以降は、17時15分～
21時15分、ただし、22時15分になる場合があります。
◇賃金 時給 ①②日勤の場合 810円（交通費は別途支給）
②夜勤の場合 849円（交通費は別途支給）
◇応募締切 9月15日（木）17時15分まで
◇その他 応募いただいた方には、改めて面接の日程をご連絡いたします。
問合せ 文化振興課 TEL 354-8239



「明日につなぐ 塩浜文化祭2016」

本年度も塩浜地区文化祭「明日につなぐ 塩浜文化祭2016」を開催することになりました。

日時 10月30日（日）午前9時～午後2時まで
場所 塩浜地区市民センター、昭和四日市石油グラウンド・体育館



皆さんの出品を下記の要領で募集しています。まだ時間は充分あります。
お一人でも多く出品していただき、文化祭を盛り上げましょう。
短歌、俳句、川柳、絵画、書道、写真、手工芸、生け花 など

出品者は 塩浜に関係のある人 1人、1部門、1作品とします

作品の大きさは、展示の都合上下記のように制限しますのでご協力ください。

- 短歌・俳句・川柳・・・色紙、短冊の様式
- 手工芸・・・縦・横 50cm以下の作品
- 絵画・・・20号までの作品（額縁を含む大きさcm）
- 書道・・・掛け軸、額など
- 写真・・・四つ切以下で、額に入れた作品
- ふれあい作品・・・180cm×180cm 壁面で展示できる作品



出品の申し込み締め切りは9月15日（木）です

問合せは塩浜地区団体事務局（TEL 347-0681）まで



主催/塩浜文化祭2016実行委員会
協賛/塩浜まちづくり協議会/塩浜商工振興会



こんにちは 塩浜子育て支援センター

「あっ びっ び」 です

にぎやかに響き渡るセミの鳴き声が、暑い夏をより深く感じさせてくれています。午前中には、手作りのプール・ベビーバス・色水遊び・シャボン玉・泡遊びなど夏ならではのあそびを思い切り楽しみ、子どもたちの歓声が響いています。ペットボトルのシャワーから落ちるキラキラ輝く水のしずくをじっと見つめていたり、オシロイバナの花を水の中でクシュクシュもむときれないいちごジュースができあがったり、いろいろな不思議に子どもたちの興味もふくらんできています。

猛暑のため室内での休息もとりながら、この夏を元気に過ごしていきたいですね

◎ 子どもの生活リズムを考え、水遊びは午前中を基本としています。

- *9/5(月) 保健師相談 10時30分～11時30分
- *9/20(火) 栄養士相談 10時30分～11時30分
- *9/21(水) 絵本の読み聞かせ 10時45分～11時半
- *9/24(土) 重盛ペンギンさんのおとうさんと遊ぼう 10時～11時30分 (予約が必要です)

} いずれも予約はいりません

毎月10日(とおか)は父(とお)ちゃんの日です。

問合せ 塩浜子育て支援センター TEL & FAX 345-7978



いっしょにあそぼ 9月の園開放



塩浜地区の幼稚園や保育園では、みんな(0～5才くらいまで)と楽しく遊ぼうと園を開放しています。園のおともだちと楽しく遊びましょう!

◇塩浜みどり園 9/1・8・15・29(木) 9時30分～11時30分
(塩浜西保育園・塩浜幼稚園)

◇磯津保育園 9/2・9・16・23・30(金) 9時30分～11時30分

◇海山道保育園 9/29(木) 9時30分～11時30分



～運動会のおしらせ～

塩浜中学校・・・9月13日(火)
*雨天順延

塩浜小学校・・・9月24日(土)
*雨天順延

海山道保育園・・・9月25日(日)
*雨天 10月2日(日)

塩浜みどり園・・・10月15日(土)
*雨天 塩浜小学校体育館

磯津保育園・・・10月8日(土) *雨天 塩浜中学校体育館



自動車文庫 9月6日(火)

- ♪塩浜地区市民センター 10時10分～10時50分
- ♪曙 二丁目 11時00分～11時30分
- ♪磯津公会所 13時40分～14時10分
- ♪小浜町 14時20分～15時00分

「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間のおしらせ

近年、高齢者・障害者に対する虐待などの事案が多く発生しています。そこで、このような高齢者・障害者をめぐる様々な人権問題の解決にむけて今年度も全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」の強化週間を実施します。

～実施期間や相談番号のお知らせ～

- ◇期 間 9月5日(月)～9月11日(日)の7日間
- ◇時 間 8時30分～19時(土日は10時～17時)
- ◇番 号 0570-003-110 (全国统一番号)
- ◇問合せ 津地方法務局人権擁護課 TEL 059-228-4193
FAX 059-213-3319



～しおはま在介 介護予防ワンポイントメモ～

地区の皆さん、こんにちは。これからこのコーナーを担当させていただく「しおはま在宅介護サービスセンター」です。よろしくお願いいたします。

熱中症を予防しよう。

今年の夏は南米沖の海水温が高くなるラニーニャ現象で猛暑となることが予想されています。気温や湿度が高い日や体調の悪い方、普段から運動をしていない方などは特に注意が必要です。

熱中症を予防するには？

- ◇こまめな水分補給をしましょう。
- ◇お部屋の中はエアコン、扇風機を利用して涼しくしましょう。
- ◇やむを得ず外出するときは工夫しましょう。
- ◇日頃の体調管理も大切です。

食欲も落ちる時期ではありますが、しっかり食べて、しっかり動いて、この暑い夏を乗り切っていきましょう。

しおはま在宅介護サービスセンター (TEL 349-6381)



ふれあいサロン「ほっと」開催します！

- ◇日 時 9月 9日(金) 10時～15時
ヘルスプラザ 休養室(和室)
- 9月16日(金) 10時～15時
塩浜地区市民センター1階会議室・和室



会費100円

主催：ふれあいサロン「ほっと」

納期のお知らせ

《 市民税・県民税 》

第2期分の納期限は8月31日(水)です。お忘れなく、お早めに・・・

9月9日は「救急の日」です。
9月4日から10日までは「救急医療週間」です
家庭内での事故を防ぎましょう



転倒、転落の事故を予防するには

- ・室内の整理整頓をし、コード類を整理しましょう。
- ・階段や廊下、浴室には手すりを設置しましょう。
- ・階段等に滑り止めを設置し、靴下は滑りにくいものを履きましょう。



入浴時の事故を予防するには

- ・脱衣場と浴室の温度差を少なくしましょう。
- ・入浴時には家族が時々声をかけましょう。
- ・体調が万全でないときは、入浴を避けましょう。

やけどを予防するには

- ・ストーブやヒーターなどは安全柵で囲いましょう。
- ・熱い食べ物や飲み物はテーブルの中央に置きましょう。
- ・子供が引っ張らない様に、テーブルクロスの使用は控えましょう。



窒息事故を予防するには

- ・食べ物を小さくするなどの配慮をし、よく噛んで食べましょう。
- ・タバコやボタンなどの誤飲、コード類などでの窒息を予防するために整理整頓に心がけましょう。

病院へは必ずしも救急車で行く必要はありません。救急車の適正利用をお願いします。

四日市市南消防署
救急担当：大村
059-345-0530