



おしらせ 豊かでさわやかな町

R 1. 5. 10号

しおほま

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

～人権に気づき親しむ～

### 人権研修バスツアー

神話の時代から神々が宿る特別な地域と考えられていた熊野の地は古くより現代にいたるまで訪れるすべての人々を優しくもてなす癒しの地です。ぜひ、お気軽にご参加ください。

- ◇日時 6月4日(火) 8時出発 18時帰着予定
- ◇行き先 熊野市 紀和鉱山資料館、鬼ヶ城
- ◇参加費 4,000円(当日徴収します)
- ◇定員 45名(先着順。定員になり次第締切ります)
- ◇申込み 5月27日(月) 9時より受付けます。
- ◇問合せ 塩浜団体事務局(塩浜地区市民センター2階) TEL347-0681



※ 行程等詳しくは参加者のみなさんに後日お知らせします

受付時の混乱を避けるため、  
★申込みは1人2名までとします。 ★電話での申込みはご遠慮ください。

主催：塩浜地区社会福祉協議会 人権部



### ヘルスリーダーによる ～イキイキ教室～

- ◇日時 6月5日(水) 10時～11時30分
- ◇場所 三重北勢健康増進センター(ヘルスプラザ)
- ◇対象 おおむね65歳以上の市民の方
- ◇内容 ストレッチや筋トレ、レクリエーション、歌など
- ◇持ち物 タオル、水分補給用の飲み物など  
\*動きやすい服装でお越しください

申込み不要!  
参加費無料です



問合せ 健康づくり課 TEL 354-8291

おしらせの回覧はお早めに・・・

回覧																			
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## 塩浜地区民生委員児童委員・主任児童委員のご紹介

(敬称略)

役職名	氏名	電話	担当地区
会長	伊藤 恵子	345-5305	塩浜本町一丁目・三丁目一部
副会長・書記	石田 千草	345-3705	磯津北町
会計	永田 寛子	345-3756	七つ屋町・高旭町
	今村 務	345-2628	大里町・塩浜栄町
	前田 祐子	348-2820	川合町・塩浜本町三丁目一部
	山本 恵美子	347-1045	中里町
	乙部 俊秀	345-4747	御園町二丁目・柳町
	立川 文子	345-3743	馳出町一丁目・宮東町
	鹿間 直美	345-2203	馳出町二丁目・三丁目
	宮崎 光博	346-2128	磯津東町
	今村 郁子	346-1067	磯津西町
	石田 節子	346-0162	磯津南町
	渋谷 陽子	348-2731	浜旭町・浜旭住宅
			海山道町一丁目・大井の川町
	粕谷 恵子	345-4882	海山道町二丁目・三丁目
	伊藤 富子	346-1481	小浜町・大池町・松泉町・宝町
	嶋田 律美	347-9108	御園町一丁目
	馬路 ひとみ	346-8864	塩浜本町二丁目
	阿野田 千晶	345-3329	塩浜地区全域(主任児童委員)
	森 ひとみ	347-5018	塩浜地区全域(主任児童委員)

### 5月12日は「民生委員・児童委員の日」です。



本市では602人(定数)の民生委員・児童委員と主任児童委員が活動しています。民生委員は、住民の中から選ばれたボランティアで、厚生労働大臣から委嘱されています。また、児童委員は、児童福祉法によって民生委員が兼ねており、主に児童福祉問題を担当する主任児童委員がいます。民生委員・児童委員、主任児童委員は、自らも地域住民の一員として、それぞれが担当する区域で、住民の生活上のさまざまな相談に応じています。行政をはじめ、適切な支援やサービスへの「つなぎ役」として、さまざまな活動に取り組んでいます。福祉に関する悩みがある人は気軽にご相談ください。

健康福祉課 TEL 354-8109 FAX 359-0288

# ヘルスプラザで行う集団検診



検診日	申込み締切日	検診内容/時間
6月18日(火)	5月24日(金)	胃がん/午前 子宮頸がん/午後 大腸がん・乳がん(マンモグラフィ)/午前・午後
★ 8月24日(土)	7月29日(月)	
★ 10月26日(土)	9月20日(金)	
★ 12月15日(日)	11月14日(木)	
★ 1月18日(土)	12月13日(金)	
7月30日(火)	6月24日(月)	乳がん(エコー)/午前・午後 子宮頸がん/午後
8月25日(日)	7月29日(月)	
8月29日(木)	7月29日(月)	
11月23日(土)	10月23日(水)	
12月 8日(日)	11月 7日(木)	
1月12日(日)	12月 6日(金)	
★ 8月24日(土)	ご希望の検診の 2週間以上前に お申込みください	胸部検診(肺がん・結核) 9時~11時30分、13時~15時
★ 10月26日(土)		
★ 12月15日(日)		
★ 1月18日(土)		
11月26日(火)		

※★印の日程は5つのがん検診を同日に受けることが可能です。  
 ※検診を受診するためには申込みが必要です。詳細は、広報よっか  
 いち4月下旬号別冊〈保存版〉「平成31年度 **2019** がん検診のお知  
**らせ**」をご覧ください。



＝肺がん・結核検診について＝  
 平成29年・30年度に四日市市の集団がん検診による肺がん・結核検診を受診された  
 人には、6月中旬ごろ受診券を発送します。お手元に集団肺がん・結核検診の受診券が  
 届いている人は申込み不要です。

問合せ 健康づくり課 成人検診係 TEL 354-8282  
 FAX 353-6385

皆さんの健康づくりをお手伝いします

## フロが教える カラダスッキリ塾



対象者：市内在住の20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。  
 主治医が運動不可と判断された場合は参加できません。  
 定員：50人 ※応募多数の場合は抽選。締切後、お申込みいただいた人全員に、結果を  
 ご連絡します。  
 日程：6/7~7/19 10時~12時 毎週金曜日(全5回、7/5・7/12を除く)  
 場所：ヘルスプラザ(三重北勢健康増進センター)〈塩浜町1-11〉  
 内容：スロー筋トレ・ボールエクササイズ、有酸素運動、講義、スッキリ☆ライフ相談(個  
 別で保健師や管理栄養士と話す機会)など  
 参加料：無料  
 申込み：電話、または健康づくり課窓口へ直接お越しいただき、お申し込みください。  
 締切：5月24日(金)必着  
 健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5 TEL 354-8291

## 《 納期のお知らせ 》

軽自動車税(全期)の納期限は5月31日(金)です

納税には、便利な“口座振替”のご利用を。。  
 ※金融機関の窓口でお申込みいただけます  
 〈手続きに必要な物〉  
 ①納税(納入)通知書 ②通帳 ③通帳の届け出印



## 5月は赤十字運動月間です

日本赤十字社(日赤)では、災害や紛争・飢餓などで苦しむ人々への支援活動を行って  
 います。  
 また、日赤四日市市地区では、水害・火災などの被災者にお見舞いをお届けしています。  
 こうした活動の資金募集にご理解とご協力をお願いします。