



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

日時 : 4月7日(月) 13:30~(60分程度)

会場 : 富田地区市民センター 2階ホール

持ち物 : タオル、飲み物、必要に応じマスク

対象 : おおむね65歳以上の市民の方

内容 : ストレッチ体操、筋トシ、脳トシ、歌など

その他 : 申し込み不要・参加費無料

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。



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♪

問合せ: 高齢福祉課 ☎354-8170



保育園・  
幼稚園で  
遊びましょう!

**富田こども園** あそぼう会 9:30~11:30  
14日(月).17日(木).21日(月)  
24日(木)

**園庭開放** 9:30~11:30  
16日(水).23日(水).30日(水)

**富田文化幼稚園** フレイランド  
園開放 } お休みです



## JR富田浜駅に防犯カメラを新設!

四日市市では、地域における防犯環境の向上を図るため、不特定多数の人が往来する駅前広場など公共の場所への防犯カメラの設置を進めています。このたび、JR富田浜駅に新たな防犯カメラを設置しましたのでお知らせします。

問合せ先/市民協働安全課 ☎354-8179





## 自動車文庫

富田浜会館

4月4日(金) 10:50~11:20

## の日程



富田地区市民センター

4月9日(水) 10:10~11:10

# こども子育て交流プラザへ遊びに行こう！！

四日市市  
こども子育て  
交流プラザ

こども子育て交流プラザは、年末年始を除き毎日開館しています。

主に小学生～高校生を対象にした季節の行事やスポーツ活動、創作活動など、さまざまなイベントを開催しています。また乳幼児と保護者が楽しめる「すくすくタイム」や「赤ちゃん広場」も実施しています。

広い多目的ホール、工作室や図書室などの設備が充実した施設で雨の日も遊べます。ぜひ、ご来館ください！！

【開館時間】9:00～19:00

※小学生以下（保護者同伴でない場合）の利用は17:00までです。

（5月～8月は17:30まで）

※中高生の利用は19:00まで可能です。

※開館中は随時、職員が清掃や消毒を行います。その際、一部利用を制限することがあります。

ご了承ください。

【主なイベント日時・内容】

4月13日 (日)	10:00～ 11:15	<b>よかパパひろば</b> 今回は紙ふぶきであそびます。おしゃべりタイムでは保護者同士交流しましょう。	対象/どなたでも 定員/おおむね15組 (受付9:00～) 持ち物/水分補給できるもの
4月16日 (水)	9:30～ 11:00	<b>赤ちゃん広場</b> 体重測定や助産師に発育相談ができます。	対象/0歳～18か月、出産予定の人 定員/先着10組 (受付9:00～10:30) 持ち物/母子手帳、バスタオル
4月20日 (日)	①10:30～ 11:30 ②15:30～ 16:30	<b>マスキングウォールアート</b> マスキングテープをつかってプラザの壁をデコレーションしよう。	対象/どなたでも 材料がなくなり次第終了
4月26日 (土)	10:30～ 11:00	<b>えほんのひろば</b> おはなしとわらべうたであそびましょう。	対象/どなたでも

料金 無料

※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。

問合せ先 こども子育て交流プラザ ☎330-5020 FAX334-0606

HP: <https://cocoplaza-yokkaichi.jp/>

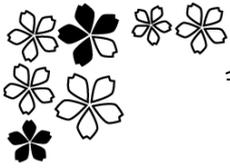
所在地: 東新町26番32号 橋北交流会館4階

※災害・感染症等により、内容の変更や中止をする場合がありますので、ご了承ください。

富田地区市民センター ☎365-1141

富田地区公式ホームページ <https://tomida.org/>





# くうちゃんだより

## ◆ 2月15日 桜のシーズンを前に十四川桜並木の剪定と清掃作業を行いました ◆

600本近くある十四川の桜並木は富田の宝です。植樹が始まったのは1925年なので今年でちょうど100年になりました。桜並木は周囲の掃除や除草に加えて、病気や害虫がつきやすく手入れが必要です。切り口に薬剤を塗ったり肥料を与えたりしなければいけません。桜を守る「十四川と環境を守る会」の皆さん、いつもありがとうございます。



高所用ノコギリを使ったり、川の清掃や薬剤を塗りました

当日参加の皆さん、感謝です

## ◆ よってこ家・まなびやの「たこ焼き作り講座」と「ひなまつり」 ◆



2月25日のよってこ家「まなびや」は市民センター2階の調理室でたこ焼き作りでした。講師は三重県料理業生活協同組合の方々。4グループに分かれてのたこ焼き作りを基本から教えていただきました。ひっくり返す時には全部ぐるりと裏返さずに半周だけにすると素早くまん丸く焼けるとのこと。プロのコツがあるんですね。



2月28日にはひな祭りに合わせて雛飾りづくり。カラフルで可愛いのができましたよ。

「サロンよってこ家」は毎週金曜日の10:00~15:00にやっています。気軽にお立ち寄りくださいね。



◆ 第3回 焼きはまぐり王選手権大会 ◆



その昔富田宿の名物だった焼きはまぐりを知ってもらおうと今年も2月16日（日）焼きはまぐり王選手権が中町公会所で行われました。競技は2種目。1）早く貝殻が開いた人が勝ち。2）貝殻が開く時間を予想して近い人が勝ち。試合が終わると戦わせたはまぐりに舌鼓を打ちました。

◆ 2月28日には富田中学校で「中学生と語る富田の未来」の催し ◆



堂々とした発表でした



地域代表者（パネラー）の皆さん

この催しは中学生と地域のまちづくりを中心となって活動している人々などが、地元富田について年に1回学びあう機会です。今年で8回目を迎えました。富田中2年生が「環境と十四川桜並木」「歴史」「防災」「祭り」の4つのテーマについて学習し発表をしてくれました。発表者の皆様、大勢の前でのプレゼンテーションは緊張しましたよね。お疲れ様でした。

◆ 3月1日 年に一度の自治会研修旅行に行ってきました ◆

コロナ禍のあと復活した自治会主催の視察研修。今年は「災害時の避難行動要支援者の円滑な避難のために考えておくべきこと」をテーマに大阪府堺市の総合防災センターに行ってきました。視察後は短い時間でしたが幾つかの観光地を巡って楽しい一日となりました。旅行委員の皆様と参加者の皆様、お疲れさまでした。



悪路の車いす誘導は難しい！



マンホールトイレの水抜き体験



防災センター前でニコリ

●マネージャーのひとり言 …………… プロ野球の開幕シーズンです。この季節だけはワクワクしますね。思い起こせばこどもの頃から野球が好きで、朝から弁当と水筒を持って津球場に行き高校野球を何試合も観る子でした。試合終了後に活躍した選手をねらって大学ノートにサインをもらうことがありました。ところが、高校球児に気の利いたサインなど書けるはずがありません。罫線に合わせて楷書で名前を書いてもらうとまるで御記帳のようです。こどもゴコロに「おもてたんと違う、これはサインじゃない」となり、それからサインを求めるのはやめることにしました。懐かしい思い出やなあ。 🙌 🙌 🙌