



『かわスポ22』開催のお知らせ

令和4年度に初めて行う河原田地区社協健康体育部行事『かわスポ22』を下記日程で開催いたします！

日時 10月23日(日) 午前9:00～(8:30受付開始)

※ 天候やコロナウイルス感染状況等で中止する場合があります。

場所 河原田小学校 運動場 ※ 雨天の場合は体育館で行います。

内容 開催告知、参加者募集の詳細は組回覧をご参照ください。
★軽く体を動かすことのできる目新しい競技があります。また、『宝島つなひき』で素敵な参加賞もゲットできます！ご家族、お友達などお誘い合わせてご参加ください。

☆要事前申込☆ 10月7日(金) 締め切り

申込み・問合せ

河原田地区市民センター

☎ 345-5020

南部ブロックポッチャ大会開催のご案内

日時 10月8日(土) 9:00～12:00

場所 四日市市総合体育館 多目的室1

対象 河原田地区在住の小学生以上の方 ※1チーム3人でお申し込みください。

主催 四日市市スポーツ推進委員協議会 ※詳細は、『かわらだ』9月5日号をご覧ください。

再掲

申込み・問合せ

河原田地区市民センター ☎ 345-5020

河原田地区まちづくり推進協議会 ☎ 345-0058

募集中!

かわらだ『竹あかり』作りに携わってみませんか? ☆再掲☆

企画・準備・製作・展示などに携わっていただく『竹あかり実行委員』の方を募集します!!

○河原田地区在住、在職、在学中の方でしたら、どなたでもOK! (小学生以下の方は保護者同伴をお願いします)

○竹あかりづくりの材料準備、竹あかりの作成・指導、飾り付け、点灯イベントの企画運営等、

この機会にぜひやってみたい!という方は、ぜひ下記までご連絡ください!

問合せ・申し込み 河原田地区まちづくり推進協議会 ☎ 345-0058 / 河原田地区市民センター ☎ 345-5020

10月の各地区カフェのご案内

○南河原田町・川尻町「おしゃべりカフェ」の開催予定日

南河原田町公会所は10/4(火)午前10:00～、川尻町公民館は10/18(火)午前10:00～です。

○大治田「楽しみ広場3日会」の開催予定日

おばたコミュニティセンターにて10/3(月)午前10:00～開催します。

○貝塚町「カフェサロン」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、10月もお休みです。

※ 新型コロナウイルス感染状況等で中止する場合があります。

今日も元気で“イキイキ教室”

いつまでも自分の足で歩き、日常生活が楽しく過ごせるように、お友達と共に集みましょう!

★日時: 10月3日(月) 10:00～11:30(時短の場合有)

★対象: おおむね65歳以上の市民の方

★場所: 河原田地区市民センター2階 ホール

★持ち物: マスク・水筒・タオル等 ★参加費: 無料

★申込み: 不要 ★内容: 介護予防の運動

※マスク着用・手指の消毒・検温にご協力ください。

体調の悪い方は参加をご遠慮ください。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる場合があります。不明な点はお問合せください。

問合せ: 高齢福祉課 ☎ 354-8170

主催: 四日市市ヘルスリーダーの会

～私たちが子育て応援しています～ “すくすくサロン”開催のご案内♪ 「さつまいも堀りに出かけよう♪」

日時 10月19日(水) 10:00～

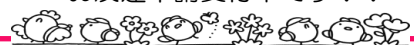
場所 河原田地区市民センターの玄関前に集合!

内容、持ち物、参加費等は下記のLINEアカウントまでお問合せください。みなさんの参加をお待ちしています!!

主催・問合せ すくすくサロンボランティアの会
坂本 ☎ 090-4154-9382

LINEアカウント すくすくサロン
kawarada@gwq8280m

お友達申請受付中です!!



「童謡を歌う会」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、
10月も中止となりました。



裏面も
ご覧ください

子育ておうえん隊 **おやこで たのしく リズム体操!** おやこでリズム体操・ストレッチ からだを動かしましょう!

日時 10月24日(月) 10:00~11:30頃 場所 河原田地区市民センター 2階ホール
 講師 長谷川 美香さん 対象 幼児とその保護者 参加費 無料 申込み 不要
 問合せ 河原田地区まちづくり推進協議会 ☎ 345-0058 主催 四日市更生保護女性の会 河原田支部
 ※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止する場合があります。



令和4年度 食と運動の輪★すこやか倶楽部

「**コツコツ取り組もう♪骨粗鬆症予防の食生活と運動**」のご案内

こつしょうしょう

骨粗鬆症は、手足や背骨などの骨折と大きく関係しており、予防・対策のためには、適切な「食生活」と「運動」にコツコツ取り組むことが重要です。すこやか倶楽部で食生活のお話や運動を体験し、活動的な生活を送るヒントを学んでみませんか?

日時 10月17日(月) 10:00 ~ 11:30 会場 河原田地区市民センター 2階ホール

対象 おおむね65歳以上の市民 定員 30名程度(申込不要) 参加料 無料

講師 ●食生活のお話・・・「健康ボランティア 食生活改善推進員」

●運動のお話・実技・・・「介護予防ボランティア ヘルスリーダー」

持ち物 マスク、タオル、飲み物、筆記用具、運動しやすい服装でお越し下さい。

その他 発熱や咳などの風邪症状がある方、基礎疾患をお持ちの方で感染リスクを心配される方は参加をお控えください。また、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止となる場合がございます。

問合せ 高齢福祉課 〒510-8601 四日市市諏訪町1-5 ☎ 354-8170 FAX 354-8280

◆市民窓口サービスセンター業務停止のお知らせ◆

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、下記の通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。

■戸籍に関する証明書の発行業務停止
 10月8日(土)、9日(日)、10日(月・祝)

問合せ 市民課 ☎ 354-8152 FAX 359-0282

◆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、下記の通り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
 ・10月 7日(金) 19時以降
 ・10月 8日(土) 終日
 ・10月 9日(日) 終日
 ・10月10日(月・祝) 終日
 停止するサービス:すべての証明書



令和5年度 一般財団法人自治総合センターによるコミュニティ助成事業の募集

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじ収入を財源に、コミュニティ活動に対し助成を行っています。令和5年度の助成を希望するコミュニティ組織は、地区市民センターまでご連絡ください。

- 助成対象団体 コミュニティ組織(自治会、町内会など地域に密着して活動する団体)・自主防災組織
- 募集する事業 ①一般コミュニティ助成事業 ②コミュニティセンター助成事業 ③青少年健全育成助成事業 ④地域防災組織育成助成事業
- 書類提出期限 ①②③については、令和4年9月30日(金)までに市民生活課へ ④については、令和4年10月7日(金)までに危機管理課へ

※制度の詳細は、一般財団法人自治総合センターのホームページをご覧ください。 <http://www.jichi-sogo.jp/>



10月の自動車文庫のご案内

◎河原田地区市民センター前
 4日(火) 13:40~14:20

◎川尻町公民館前
 26日(水) 13:20~13:50



Kawarada Hoikuen

かわらだほいくえん

あそぼう会のお知らせ

10月のあそぼう会は12日(水) 26日(水)に行います。26日は親子リトミックがあります。10時~11時30分 ※入口付近に消毒用アルコールを設置しています。必ず手指の消毒をお願いします。体調の悪い方は参加をご遠慮ください。 ☎ 345-5067

