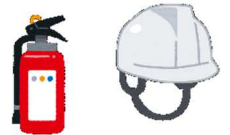




河原田地区防災訓練のご案内



10月15日（日）8：30から、本年度の地区防災訓練が予定されております。
今年も各自治会単位で実施しますので、各自治会からの訓練案内に従って、ご参加ください。
なお、8：30に貝塚町・川尻町・河原田小学校・消防分団車庫よりサイレン吹鳴があります。



認知症があっても、なくても、誰もが暮らしやすいまちをめざして



「認知症サポーター養成講座」のご案内

「認知症サポーター」とは、なにか特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、認知症の人やその介護者の想いに寄り添い、ちょっとした手助けができる地域の応援者です。

日 時 11月10日（金） 13：30～15：00

場 所 河原田地区市民センター 2階ホール 申込期間 10月10日（火）～11月8日（水）

講 師 南部陽光苑

内 容 認知症の基礎知識、認知症の人の気持ちや接し方について、認知症の人を支える活動や相談機関の紹介など

参加費 無料 持ち物 筆記用具 定 員 15名

問合せ・申込み 河原田地区市民センター ☎ 345-5020



女性のための「健康づくり栄養講座」のご案内



いつまでも若々しく！老化を防いで身体の中から健康に！
秘められた野菜のチカラなど楽しくわかりやすくご紹介します。

日 時 11月14日（火） 10：00～11：30

場 所 河原田地区市民センター 2階ホール 申込期間 10月10日（火）～11月6日（月）

講 師 明治安田生命「MY定期講座」講師

内 容 野菜が持つ抗酸化力と、抗糖化の仕組み・食べ方の紹介など。

参加費 無料 持ち物 筆記用具 定 員 12名

問合せ・申込み 河原田地区市民センター ☎ 345-5020



9月9日（土）に、河原田地区社会福祉協議会主催の河原田地区「敬老会」が開催されました。今年度は20名の方が卒寿を迎えられ、福島 泰子さんが、会場にて記念品を贈呈されました。



おめでとうございます！



裏面もご覧ください



市民税・県民税
(第3期)



納期限は
10月31日(火)です

表彰おめでとうございます！

9月23日(土)に開催されました第61回 四日市市高齢者福祉大会にて、河原田地区から、村西 末富さんが敬老功労者として表彰されました。地域の老人会会長として、メンバーをまとめ、友愛、健康増進、社会奉仕を進めてくださり、ありがとうございます。



子育ておうえん隊 バルーンアート&マジック！

日 時	10月28日(土) 10:00~11:30頃	対 象	幼児とその保護者
場 所	河原田地区市民センター 2階ホール	参加費	無料
講 師	平湯益美さん	申込み	不要
問合せ	河原田地区まちづくり推進協議会事務局 ☎ 345-0058		
主 催	四日市更生保護女性の会 河原田支部		



文化祭のお知らせ

日 時	10月22日(日) 9:30~14:00 (展示13:45まで)
場 所	河原田小学校 (体育館・コミュニティルーム・北側駐車場)
駐車場	河原田小学校運動場 (西門より進入してください) JA みえきた駐車場
※詳しくは文化祭だよりをご覧ください。	
主 催	河原田地区社会福祉協議会

南部ブロック レクリエーションポッチャ大会 開催のお知らせ

ポッチャとは？

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競うスポーツです。カーリングのように、相手のボールを弾いたりして、自分(チーム)が優位に立てるように位置取りをしていきますが、的を弾いて移動させることができるため、カーリングとは一味違う戦略、魅力がある競技です。

日 時	11月26日(日) 9:00~12:00頃
場 所	四日市市立塩浜中学校体育館
持ち物	体育館シューズ(必ずご持参ください)
申込み	河原田地区市民センター ☎ 345-5020
主 催	四日市市スポーツ推進協議会 南部ブロック

申込締切

10月26日(木) 17:00まで