

桜地区のホームページ『さくらコム』 <https://sakuracom.jp/wp/>
 桜地区市民センター ☎ 326-2051 FAX 325-2074 桜地区地域団体事務室 ☎ FAX 326-2888
 おしらせ さくらは、『さくらコム』の市民センターのページでもご覧いただけます。



令和7年度 集団がん検診のおしらせ 《桜地区市民センター》

検診日程	検診種類						申込み締切日
	胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がんマンモ	乳がんエコー	肺がん	
9月11日(木)				1日		1日	8月8日(金)
9月12日(金)	AM	AM					
12月6日(土)	AM	1日	PM	1日	1日	1日	11月5日(水)
12月14日(日)	AM	1日	PM	1日	1日	1日	11月12日(水)

- 集団検診は、5つの検診（胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん）を実施しております。検診日により、受けられる検診種類や実施時間が異なりますのでご注意ください。
- 桜地区市民センター以外の会場でも検診を受けることができます。
- 各日・各種類の検診について、定員に達した時点で申込みを締切りとさせていただきます。

申込み締切日は、定員に達しなかった場合の締切日です。
 また、申込み受付後も、申込み状況によっては検診日・会場の変更をお願いすることがあります。
 その場合は、健康づくり課よりご連絡させていただきます。

- キャンセルや変更は極力お控えください。予定を確認の上、ご予約をお願いします。
- 詳細は、広報よっかいち4月下旬号別冊『令和7年度 がん検診のお知らせ（保存版）』でご案内します。
- 問合せ先 四日市市役所 健康づくり課 成人健診係 ☎ 354-8282 FAX 353-6385

桜こども園 あそぼう会（子育て支援事業）

5月の予定 毎週火・木曜日（祝日はお休み）
 9：30～11：30
 問合せ先：桜こども園 ☎ 326-4681

回									
覧									

裏面もご覧ください

～もしものときに備える～

防災頭巾を作ってみよう！

参加費無料

外出時に災害と遭遇したらどうしましょう？避難所で役立つグッズを詰めて防災頭巾を作ります。車の中にクッションとして置いておくと安心です。

- 日 時：5月17日（土）10：00～12：00
- 場 所：桜地区市民センター 2階 大会議室
- 対象者：桜地区在住、在勤、在学の方
- 定 員：24名（先着順）
- 持ち物：バスタオル 1枚（あまり大きいものは不向き）
 フェイスタオル 2枚 新品でなくても可
 ※詰めるグッズはプレゼントいたします。



- 講 師：女性防災隊 桜ずきんちゃん
- 申込先：桜地区地域団体事務室 ☎ 326-2888 ※平日 10：00～16：00
- 主 催：桜地区自主防災協議会

やってみよう！
 みどりのカーテン

グリーンカーテン講座

ゴーヤを育てたみどりのカーテンで日差しをさけ、快適に省エネに取り組みませんか？
 年々暑くなっている夏に向け、気軽に取り組める地球温暖化対策です。

- 日 時：5月19日（月） 10：00～11：00
- 場 所：桜地区市民センター 2階 大会議室
- 内 容：地球温暖化対策講座（20分程度）
 グリーンカーテン、ゴーヤ苗の育て方（20分程度）
 ※講座終了後にゴーヤ苗を1人2苗お渡しいたします。
- 定 員：24名（先着順）
- 参加費：無料
- 申込み・問合せ先：グリーンカーテン講座申込み窓口（受託者：アクティオ株式会社）
 受付時間 火曜日～土曜日 9：00～17：00 ☎ 354-8430
 ※5月7日（水）からお電話で申込みいただけます。

主 催 四日市市役所 環境政策課 ☎ 354-8188

～障害を持つ子と親のサークル のびっこの活動にご参加を～

ひとりで悩みを抱えずに、同じ仲間が集まって笑顔で活動しているグループです。

- 【親の会 のびっこ】 日時：5月13日（火）10：00～12：00 場所：桜地区市民センター 1階 和室
- 【農園活動】 日時：5月27日（火）10：00～12：00 場所：のびっこ農園（桜台梅林近く）

第1回出会いイベント

Match event ～アフタヌーン トーク パーティー～

結婚を希望する独身の人を対象とした出会いイベントを行います。出会いイベントは今年度6回開催する予定です。

- 日 時：5月25日（日）14：30～16：30
- 場 所：WIM（ウィム）（安島一丁目）
- 対 象：市内に在住、または通勤するイベント当日に26～35歳の独身男女
- 参加費：1,500円（ドリンク・スイーツ付き）
- 定 員：男女各10人（応募多数の場合は抽選）
- 内 容：グループトークを中心とした出会いイベント
- その他：参加者を対象にした事前ガイダンスあり
- 申込期間：5月19日（月）9：00まで
- 申込み：四日市マリッジサポート事務局 専用ホームページから
<https://yokkaichi-marriagesupport.jp>
- 問合せ先：四日市マリッジサポート事務局（平日10：00～18：00）
（四日市市安島一丁目 トナリエ四日市4階 （株）デルタスタジオ内）
☎355-1320 FAX355-1321



■担当課：四日市市役所 こども未来課 ☎354-8038

4月号

・西 高 通 信・



4月8日に第51回となる入学式を行いました。ちょうど桜は満開で、希望に胸を膨らませた新入生を歓迎するようでした。高等学校になると、いろいろな中学校から地区や市町を超えて進学してきて交流が生まれます。新しい環境、新しい人間関係など緊張する日々がしばらく続きますが、自分の新しい目標を掲げて、勉学、クラブ活動などに取り組んでくれると思います。

さて、令和6年度卒業生は最終的に国公立大学に34名の合格を出すことができました。これは卒業生の一割以上にあたります。また、私立大学においても多くの合格を得ています。最後まで頑張ってくれた結果です。進路先の詳細については後日ホームページに掲載させていただきます。

今年度も引き続き、地域に根差した学校を目指して取り組んでまいります。皆様方には引き続き本校を温かく見守っていただきますようお願いいたします。



【四日市西高等学校】

【入学式の様子】



桜地区いきいきサロンのご案内

桜花台ふれあいサロン	桜花台 コミュニティセンター	10：00～11：00	1日（木）・22日（木）
		11：00～11：40	22日（木）
ミニデイサービス ともだちの和	桜台第一会館	10：00～12：00	14日（水）・22日（木）
ほっとカフェぽかぽか	桜町南公民館	14：00～16：00	6日（火・振休）
桜南ほかほかくらぶ	桜町南公民館	9：30～11：30	15日（木）
一色いきいきサロン	一色第一公会所	9：30～11：30	7日（水）・28日（水）
桜台交流サロン	桜台第二会館	13：30～15：00	21日（水）
さわやかイキキ教室	桜ヶ丘集会所	10：00～11：00	月曜日
桜ヶ丘憩いのサロン	桜ヶ丘集会所	10：00～12：00	日曜日
		9：30～11：30	火曜日、第1・3木曜日
桜ボランティア協会 「憩いの家」	桜台第一会館	13：30～15：30	第2・4木曜日
	事務所	9：30～11：30	月曜日・金曜日・土曜日
桜台バドミントンクラブ	桜台小学校	19：00～21：00	木曜日
		13：00～16：00	日曜日

民生のつばき

はじめまして。四日市市民生委員児童委員のキャラクター「民生（たみお）」です。

これから毎月、私、民生が、民生委員児童委員の制度や活動をみなさんにお伝えしていきます。

四日市市内で約600人が活動している民生委員児童委員のことを、広くみなさんに知っていただきたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。

民生委員児童委員のマークの由来

幸せの芽生えを示す四つ葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボル鳩をかたどっています



四日市猟友会が有害鳥獣の駆除を行います

四日市猟友会が、農作物等の被害防止のため、下記の日程で桜地区の有害鳥獣の駆除を行いますので、ご理解・ご協力をお願いします。

5月	17日（土）
6月	8日（日）
7月	19日（土）
8月	16日（土）
9月	27日（土）
10月	12日（日）

いずれの日も9：00～12：00頃まで。
※天候により日時が変更になる場合があります。

問合せ先：四日市猟友会事務局

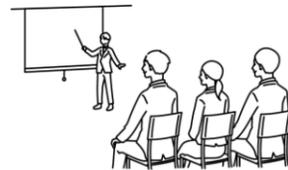
☎090-2342-9041

第1回消費者講座「訪問販売に関する基本的な知識」を開催します！

四日市市では、市民の皆さんに消費をはじめ生活全般に関して役立つ知識をお伝えするため、消費者講座を開催しています。

第1回は、訪問販売の仕組みやクーリングオフについて、わかりやすくお話しいたします。

- 日 時：5月16日（金）14：00～15：30
- 場 所：四日市市地場産業振興センター（じばさん）4階 視聴覚室
- 講 師：（公社）日本訪問販売協会の職員
- テ ー マ：「訪問販売に関する基本的な知識」
- 定 員：50名（事前申込不要）
- 参 加 料：無料
- 問 合 せ 先：四日市市役所 市民・消費生活相談室 ☎ 354-8147



— 地域デビューの入り口は、体のことから —

「介護予防ボランティアヘルスリーダー養成講座」



ヘルスリーダーは四日市市が養成している介護予防のボランティアです。20～90歳代の150名を超えるヘルスリーダーが協力し合い、主に高齢者を対象として、地区市民センター等の身近な場所で運動やレクリエーションを行っています♪
養成講座を受ける前に、実際の活動を知りたい！見に行きたい！という方は、下記申込先までご連絡ください♪

- 日 時：5月30日、6月6日、13日、20日、27日【全5回シリーズ】
(いずれも金曜日 14：00～16：15)
- 会 場：四日市市勤労者・市民交流センター 本館1階 多目的ホール・東館3階大会議室
(四日市市日永東1丁目2-25)
- 対 象：受講後にヘルスリーダーとしてボランティア活動ができる方
※有資格者（看護師、理学療法士など）で、現在職務に従事している人は除く
- 講 師：日本福祉大学 社会福祉総合研修センター コーディネーター あらふかひろき 荒深裕規 さん
- 内 容：介護予防に関する講義や運動の実習など
- 定 員：20名程度 ※応募多数の場合は抽選
- 参 加 料：無料
- 持 ち 物：飲み物、中履き、必要に応じマスク、運動しやすい服装でお越しください。
- 申 込 み：5月19日（必着）までに、講座名、郵便番号・住所、名前（ふりがな）、年齢、電話番号を、はがき・電話・FAXのいずれかの方法で申込先へお知らせいただくか、ホームページの申込みフォーム、または、下記QRコードからお申込みください。
- 申 込 先：四日市市役所 高齢福祉課 〒510-8601 四日市市諏訪町1-5
☎ 354-8170 FAX 354-8280



【ホームページからの申し込み】 【QRコードからの申し込み】

四日市ヘルスリーダー養成講座 検索



裏面もご覧ください



あなたのこれからを考える「人生会議」をサポートします！

どうして人生会議が必要？

人生会議とは、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）とも呼ばれ、もしもの時のために、あなたが大切にしていること、望む医療やケアについて前もって考え、周囲の人や医療・福祉関係者と繰り返し話しあっておくことです。

命の危険が迫った時、約70%の人が、自分が望む医療やケアなどについて決めたり、希望を伝えたりできなくなると言われています。前もって自分の考えを周囲の人に伝えておけば、その思いは尊重されやすく、また、本人に代わって選択をする人の負担が軽くなります

これからの人生をより豊かに、自分らしく暮らしていくためにも、人生会議してみませんか？

人生会議のきっかけに「これからノート」

人生会議に取り組みやすくなるよう、何を話せばいいのかわかりやすく解説しています。考えたこと、話し合ったことを記録しておきましょう♪

【配布場所】

保健企画課（総合会館4階）、市内病院（地域連携室、医療相談室）、地域包括支援センター、在宅介護支援センター、四日市医師会

■市ホームページからもダウンロードできます！



問合せ先

四日市市役所 保健企画課 ☎ 354-8281 FAX 351-3304

毎月第1土曜日開催

ハルディックウォーキング

申込み不要

- ◎日 時 5月3日（土） 9：00～（12：00頃終了予定）※小雨決行
- ◎集合場所 桜地区市民センター（ポールをお持ちでない方には貸し出します）
- ◎問合せ先 桜地区地域団体事務室 ☎ 326-2888 ※平日10：00～16：00

