

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。

表彰おめでとうございます

令和7年度四日市市民生委員児童委員大会で桜地区から8名の民生委員児童委員が【四日市市民生委員児童委員協議会連合会 会長表彰】を受けました。
 民生委員児童委員は、みなさんが安心して暮らせるよう、地域の身近な相談相手として、様々な活動をするボランティアです。

市内で2番目に65歳以上の高齢化率が進む桜地区では、その役割がますます期待されています。

- 芳山 利行さん 【智積町第一】
- 田中 敏夫さん 【智積町第七】
- 青木 実さん 【智積町第六】
- 川北 貴代美さん 【桜町山上】
- 半田 峰子さん 【桜台緑区】
- 鶴岡 光代さん 【桜台三丁目】
- 佐藤 真紀さん 【桜新町二丁目】
- 伊藤 紀子さん 【桜台小学校区】



【表彰式当日に出席された民生委員児童委員のみなさん】



民生のつばやき

毎年開催の「四日市市民生委員児童委員大会」では、永年にわたり活動している委員を表彰しています。現在、四日市市では在職10年以上の委員が128名で、さらに在職30年以上の委員が5名います。ご活躍いただきありがとうございます。(ちなみに、民生は在職4か月目です。)



裏面もご覧ください

民生(たみお)クイズ!! 6月号の答え

民生には四日市市に由来する特徴があるよ♪



- みんな大好き四日市のB級グルメ トンテキが大好き
- 伝統工芸品の四日市万古焼がお気に入り
- 四日市市マスコットキャラクターこにゅうどうくんと仲よし

回									
覧									

桜台たのし会 新会員募集!!

桜台たのし会では、『会員相互の親睦を図り、老後の生活向上に努め、楽しく余生を送る。』を目的に会員を募集しています。いろいろな活動、楽しい催し物も多数行っておりますので、たくさんの方の入会をお待ちしております。

- ◇入会資格：桜台地区(原則)在住の満60歳以上の方
- ◇年会費：1,200円
- ◇活動内容：定期総会、定例会、親睦会行事等の企画・実施、各サークル部活動
- ◇問合せ：桜台たのし会 会長

★サークル活動★

- ★カラオケ部…毎週月曜日 9:00~12:00
 - ★卓球部…毎週水曜日 9:00~12:00
 - ★グラウンドゴルフ部…毎週土曜日 午前中
 - ★旅歩こう会…ウォーキング、バスツアー、登山等
- ※各部内でも昼食会、バーベキュー、もちつき等の楽しい催しを計画しています。

下見・見学に
来てください!
お待ちしております!

《今夏も出店!!》

7月26日(雨天の場合は27日)の桜台納涼祭には「かき氷」と「苗木」を出店します。皆様の御来店をお待ちしております。

桜連合自治会「文化祭」開催日変更のお知らせ

10月19日(日)⇒11月23日(日)に変更致します
 尚、桜連合「夏まつり」は今年度より実施しません。ご了承ください。

桜こども園 あそぼう会(子育て支援事業)

8月の予定

毎週火・木曜日〔12日(火)、14日(木)は休み〕
 9:30~11:30

問合せ：桜こども園 ☎ 326-4681



戦没者を追悼し平和を祈念する日

8月15日に黙とうを

毎年8月15日は、「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。
 市民・事業者の皆さんも当日正午から1分間の黙とうをお願いします。黙とうの時間にあわせて、市内の寺院では鐘が鳴らされることがあります。

この機会に、今一度戦争の悲惨さ、平和と命の尊さについて考えてみましょう。

問合せ 四日市市役所 福祉総務課 ☎ 354-8109 FAX 359-0288



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 11:00~11:40	7日(木)・28日(木) 28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	13日(水)・28日(木)
ほっとカフェほかほか	桜町南公民館	14:00~16:00	5日(火)
桜南ほかほかくらぶ	桜町南公民館	9:30~11:30	21日(木)
一色いきいきサロン	一色第一公会所	9:30~11:30	6日(水)・27日(水)
桜台交流サロン	桜台第二会館	13:30~15:00	20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
桜ボランティア協会 「憩いの家」	桜台第一会館	9:30~11:30 13:30~15:30	火曜日、第1・3木曜日 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 13:00~16:00

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 8月2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 桜地区地域団体事務室 ☎326-2888 ※平日10:00~16:00
 ※熱中症警戒アラートが発令された場合は、中止になります。ご了承ください。



~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: 8月5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】

8月はお休みです。

7月号

西 高 通 信



6月4日、学校環境デーとして校内清掃と合わせて、各クラスの美化委員で、通常の通学路、学校の外周等、下校時の通学路についてそれぞれゴミを収集しました。保護者の方も4名参加していただきました。



【6月12日 体育祭】

6月12日、四日市中央緑地公園競技場にて体育祭を開催しました。好天に恵まれ、全種目が予定通りに行えました。学年別クラス対抗戦ではクラス全員の結集がみられ、クラブ対抗リレーや選抜男女混合リレー等、全力で走る姿がまぶしく見えました。

【四日市西高等学校】



【6月4日 学校環境デー】

「ステキ健康サポーター養成講座」

参加者募集!

参加無料

健康づくりのため、生活習慣病予防の運動と食事について学び、
 緑あふれる公園で仲間と楽しく活動しませんか?

- 対象** 地域での健康づくり活動に興味がある市内在住の18歳以上の方
※講座修了後、ステキ健康サポーター(健康ボランティア)として、ボランティア活動ができる方
- 日時** 8月22日、29日、9月5日、12日、19日 (全5回)
毎週金曜日 9:30~11:30
- 場所** 四日市市勤労者・市民交流センター 多目的ホール <日永東1丁目2-25> **定員** 30人(応募者多数の場合は、抽選)
- 内容** 健康づくりに関する講義や運動実習、食に関する講義など **締切** 7月31日(木)【必着】
- 申込** 右記二次元コードから申込、もしくは、健康づくり課窓口(市役所7階)へ
※地区市民センターにも、参加申込書付きのチラシが配布されています。
- 問合せ** 四日市市役所 健康づくり課 〒510-8601 諏訪町1-5
☎354-8291 FAX 353-6385



読書に関するエッセーを募集

あなたが今まで読んだ本の中で感じたこと、印象に残ったことをエッセー(随筆)にしてください。

- テーマ** 「今、いちばん読んでほしい本!」または、読書法や読書論について
- 規定** 400字詰め原稿用紙またはワード等(1列20文字×20列)を使用し、本文3枚と表紙1枚で未発表のもの(1人1編)に限る
- 対象** 市内に在住、または通勤・通学する小学生以上の人
- 応募** 10月1日(必着)までに、作品表紙に所定の応募票を添えて、郵送、Eメール、または直接、
〒510-0821 久保田一丁目2-42 市立図書館「エッセーコンクール係」へ
- その他** 募集要項は、同館で配布するほか、同館ホームページから入手できます。
- 問合せ** 四日市市立図書館(月曜日、第2・4火曜日 休館)
☎352-5108、FAX352-9897
Eメール tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp
ホームページ <https://www.yokkaichi-lib.jp/>



オオキンケイギクは駆除してください！



※黄色い花です

オオキンケイギクは、「特定外来生物」に指定されており、栽培・運搬等は法律で禁止されています。

※自宅等で見かけた際は、下の手順で駆除・処分して頂くよう、ご協力をお願いします。



市HP

- ① 花が咲く5月～7月頃に、根から抜き取る。スコップ等を用いると駆除しやすいです。
- ② 種子が飛散しないように、ビニール袋に入れた状態で天日にさらし、枯死させる。
- ③ 燃えるごみに出す。

【問合せ】四日市市役所 環境政策課 ☎354-8188

あなたのマイナンバーカードの申請をサポートします！

マイナンバーカードの申請の仕方がわからない方やカードの更新時期を迎える方などに、市内商業施設において、出張によるマイナンバーカードの申請サポートを実施します！サポートを利用していただいた方にはノベルティをプレゼント！予約不要ですので、この機会にぜひご利用ください！

サポート内容

- ・マイナンバーカード交付申請書の記入のお手伝い
- ・インターネットでの申請のお手伝い
- ・交付申請用の顔写真の撮影、印刷、切り抜き及び貼り付け（無料）
- ・交付申請書送付用封筒（切手不要）のお渡しなど



マイナンバーカード出張申請サポート実施予定表

曜日	場所	受付時間
8月2日（土）	アピタ四日市店 【2階休憩スペース（西側エスカレーター付近）】	10:00～18:00
3日（日）		
9日（土）		
10日（日）	イオンタウン四日市泊 【1階中央イベント広場】	
23日（土）		
24日（日）		
30日（土）	イオンモール四日市北 【1階 専門店通路】	
31日（日）		

【問合せ】四日市市マイナンバーカードサービスセンター ☎340-8371

裏面もご覧ください



受講料無料

女性のための自己尊重講座

自分の「こころ」と「からだ」を大切にするために ～マインドフルネスを学ぶ～

ストレスfulな環境下、自身のこころとからだに向き合いストレスをうまくコントロールするマインドフルネスを学びませんか
こころとからだのバランスを整えて、ストレスに強い自分になりましょう

9月13日（土）10:00～16:00

- ☆呼吸法を使って感覚を意識・体験しましょう
- ☆自分も他者も大切にするための方法を学びましょう



- ◇場所 本町プラザ2階 第1会議室
- ◇対象 市内在住・通勤・通学の女性 なか りっこ
- ◇講師 公認心理師・臨床心理士 仲 律子さん
- ◇定員 20人程（先着順。初めての受講者優先）
- ◇託児 無料（6か月から小学校3年生まで）
先着5人程 8月29日（金）までに要申し込み
- ◇持物 飲み物、バスタオルやヨガマットなどの床敷き、動きやすい服装、昼食

◇申込 7月26日（土）9:00 以降に、講座名、住所、名前（ふりがな）、年齢、電話番号、メールアドレス、託児の有無（希望の場合は、お子さんの名前と年齢）を、専用フォームかEメール、ファクス、電話で、「はもりあ四日市」へ



四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」 四日市市本町9番8号 本町プラザ3階
☎ 354-8331 FAX 354-8339 メール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

サルに注意してください

最近、野生のサルが住宅地でも目撃されています。人への被害は報告されていませんが、以下の点に注意してください。

・刺激しない（手を出さない。目を合わせない。大声を出さない。）

野生動物なので、興奮すると襲ってくるおそれがあります。冷静に行動し、人に馴れさせないようにしましょう。

・エサを与えない（エサになるようなものを外に置かない。）

収穫しない果樹や野菜クズなどは片づけましょう。サルがエサ場と認識し、その土地に住み着く可能性があります。

・扉や窓の施錠を徹底してください（侵入させない。）

サルは賢く、扉や窓を簡単に開けて侵入します。2階のベランダにも楽々と侵入します。

見かけた際は、上記のことに注意し行動してください。

サルの出没情報等がありましたら、下記までご連絡ください。

【問合せ】四日市市役所 農水振興課 農水畜産係 ☎354-8182

