

[illegible]

◇◇三重県知事選挙のお知らせ◇◇

- ◎投票日 9月7日(日) 7:00~20:00
◎投票所 三重第一(三重地区市民センター)
三重第二(坂部が丘集会所)
三重第三(三重西小学校)
大谷台(大谷台小学校)
小杉(小杉町公会所)



※入場券には投票所が書いてあります。自分の投票所をご確認の上、投票日には各自の入場券を持って所定の投票所へお出かけください。

入場券に記載されている投票所以外では投票できませんのでご注意ください。

◇◇投票日当日に投票に行けない人は期日前投票を！◇◇

- ◎第1 期日前投票所 総合会館
投票日 8月22日(金)~9月6日(土) 8:30~20:00

- ◎第2 期日前投票所 三重北勢健康増進センター
第3 期日前投票所 防災教育センター
第4 期日前投票所 中消防署中央分署
第5 期日前投票所 南消防署南部分署
第6 期日前投票所 北消防署北部分署
投票日 8月30日(土)~9月6日(土) 8:30~20:00



- ◎商業施設期日前投票所 トナリエ四日市 4階わくわく・ふれあい広場
投票日 9月4日(木)~6日(土) 10:00~20:00

※期日前投票所によって開設期間等が異なりますので、ご注意ください。

【問合せ先】四日市市 選挙管理委員会事務局 TEL: 059-354-8269

たみお

民生のつぶやき



暑い日が続きます。熱中症にはご注意くださいね

民生委員児童委員は、毎月、各地区で集まって「定例会」を開き、地域の見守り活動で気付いたことや、新しい福祉情報の他、地区のイベントなどの情報を共有しています。



地区のイベントには民生委員児童委員はボランティアとして参加している人もいて、地域の活動を盛り上げています。



戸籍「ふりがなサポート窓口」が地区市民センターを巡回します！

戸籍のふりがなの通知がハガキで届いたけどどうしたらいいかわからない方や、ふりがなの届出が必要な方をサポートします！なお、通知に記載されている「ふりがな」が正しい場合、手続きは不要です。

●戸籍のふりがなの通知

本籍地が四日市市の方は、7月中旬から8月上旬にかけて圧着ハガキで発送しました。

本籍地が四日市市でない方も、8月末までには送付される見込みです。

●持ち物

①戸籍のふりがなの通知書 ②本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証等)

※一般的な読み方でない場合は、預金通帳などのコピーをあわせてお持ちください



●巡回コース(時間 9:00~16:00)

9月9日(火)	塩浜	9月17日(水)	下野	9月26日(金)	保々
9月10日(水)	日永	9月18日(木)	桜	9月29日(月)	県
9月11日(木)	富田	9月19日(金)	八郷	9月30日(火)	小山田
9月12日(金)	大矢知	9月25日(木)	三重		

【問合せ先】四日市市振り仮名コールセンター TEL:0120-496-877(平日 9:00~17:00)

【制度の問合せ先】法務省コールセンター TEL:0570-05-0310(平日 8:30~17:15)



～お母さんは命がけであなたを産みました～

内田美智子氏講演会

◇日 時 9月6日(土) 14:00~15:30 (開場13:30)

◇場 所 あさけプラザ

◇入場料 前売り1,200円、当日1,500円、高校生以下無料

【主催・問合せ先】

夢☆mie (旧夢見る小学校上映する会@三重)

E-mail: yumemie.0507@gmail.com TEL: 090-4143-6464 (担当: 山口)

【後援】

四日市市、四日市市教育委員会、朝日町教育委員会、桑名市教育委員会、三重県助産師会



※申し込みはこちらから

9月の 自動車文庫 巡回日



16日(火) 10:00~10:40 坂部が丘三丁目

10:50~11:20 大沢台

14:10~14:50 大谷台3号公園

19日(金) 10:40~11:20 小杉町

25日(木) 10:00~10:30 三重地区市民センター

26日(金) 10:00~10:30 生桑町

13:20~13:50 三重団地第2集会所

14:00~14:30 三重四丁目市営住宅

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：9月12日（金）14：00～15：30（90分程度）

会 場：三重地区市民センター 別館大ホール

講 師：陽光苑在宅介護支援センター 吉原さん、藤井さん

内 容：認知症の基礎知識、認知症の人の気持ちや接し方、認知症予防の簡単な
運動についての講習、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、水分補給用の飲み物

定 員：20名（先着順、定員になり次第締め切ります。）

申込受付：8月22日（金）から

電話または窓口にて下記申込先へお申し込みください。

【申込み・問合せ先】 三重地区市民センター TEL：059-331-3276



講座終了後、認知症サポーターの証である「オレンジリング」がもらえます。



気づきにくい“衰えのサイン”を 電気の使い方 から発見！

電力スマートメーターフレイル検知事業の登録者募集



電力メーターで測定



「最近外出が減った」「動くのがおっくう」— そんな“ちょっとした衰え”を**フレイル**といいます。

この事業では、電気の使い方から生活の変化を読み取り、早めの気づきと生活改善のアドバイスを
行います。新たな機器の設置や操作、費用は一切不要で、普段どおりの生活を送るだけでチェックが
できますので、お気軽にお申し込みください♪

対 象：市内在住の75歳以上の一人暮らし高齢者（※対象外①太陽光発電など自家発電を利用している方、
②要介護・要支援認定を受けた方、③介護予防・日常生活支援総合事業の事業対象者）

申 込：下記のいずれかの方法でお申し込みください。

①本人確認書類を持参のうえ、高齢福祉課窓口へ

※申込書兼同意書と委任状の記入が必要となります。

②申込書兼同意書と委任状を記入し、本人確認書類の写しと併せて高齢福祉課へ郵送

申込書兼同意書と委任状は、
こちらからダウンロードも
可能です。



問合せ先：〒510-8601 四日市市諏訪町1-5 四日市市 高齢福祉課 TEL：059-354-8170

