



## 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：体を動かすことが好きな人や健康に関する知識を人に伝える意欲がある人で、地域での健康づくり活動に興味があり、講座終了後ステキ健康サポーターとして、ボランティア活動ができる市内在住の18歳以上の人

日時：8月4日・18日・25日、9月1日・8日  
(全5回、毎週金曜日) 9:30~11:30

場所：あさけプラザ 第4・5会議室 <下之宮町296-1>

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20日(木)【必着】

申込み：右記二次元コードから必要事項を記入して申込みか、下記に電話。

【申込み・問い合わせ先】健康づくり課 TEL354-8291



## 市民センター3階図書室に 新しい本が入りました

《一般向け》

- ・「正欲」 朝井リョウ
- ・「コメンテーター」 奥田英朗
- ・「街とその不確かな壁」 村上春樹
- ・「黄色い家」 川上未映子
- ・「ともぎーたの体すっきり! ちよっぱや超高速 節約おかず」 ともぎーた (伊藤智子)
- ・「三國シェフのすご技絶品レシピ」 三國清三



《こども向け》

- ・「ホットプレート よーいどん!」 さいとうしのぶ
- ・「ラッキーカレー」 シゲタサヤカ
- ・「ぐいーん! こうしょ さぎょうしゃ」 竹下文子

※本の貸出しはお一人様5冊まで、貸出し期間は2週間です。

## 令和5年度 四日市市文化功労者・市民文化奨励賞候補者を募集します

表彰の対象

(1) 文化功労者

- ① 学術、芸術、その他文化の振興に貢献し、その功績が顕著である者
- ② ①に関係する団体の役員として、その団体の育成強化に貢献し、その功績が顕著である者
- ③ 文化遺産の研究、調査を重ね、その保護、保存に貢献し、その功績が顕著である者

(2) 市民文化奨励賞

- ① 積極的に文化活動に取り組み、今後の活躍が期待される者
- ② 全国的な文化活動の実績があり、今後の活躍が期待される者
- ③ 本市の文化や情報を全国に発信し、今後の活躍が期待される者

※上記(1)(2)とも、本市在住、在勤、出身、本市にゆかりがある、または活動拠点が本市内にある個人または団体。(1)については、概ね20年以上の活動歴および年齢60歳以上を経験と実績の目安とします。

候補者の推薦

表彰の対象に該当すると認められる者がいるときは、該当者の所属する団体、または関係機関の長から推薦書を提出してください。

審査方法：上記(1)、(2)とも提出書類をもとに選考委員会において審査

募集締切：8月4日(金)

※詳しくは地区市民センター、市役所文化課に置いてある募集要項をご確認ください。

【問い合わせ先】文化課 TEL354-8239

## ストップ 望まない受動喫煙 ～吸わない人に、吸わせないために～

たばこの先端から立ち上る「副流煙」やたばこを吸った後に口から吐き出される「呼気/呼出煙」には、直接吸い込む「主流煙」に比べ、有害物質が数倍多く含まれています。

受動喫煙とは、この「副流煙」や「呼出煙」を自分の意思とは関係なく

吸い込んでしまうことを言い、喫煙者だけでなく、周囲の人にも健康被害をもたらすため、住居やベランダで喫煙する場合でも、喫煙者は家族や周囲の人の受動喫煙防止に配慮する必要があります。



### 最も効果的な対策は“禁煙”です!

禁煙を始めたその日から肺がんや虚血性心疾患で死亡する危険率が徐々に低下していくという調査結果も出ています。ご自身の健康のためにもぜひ禁煙し、望まない受動喫煙をなくしましょう。

## 「こどもをまもるいえ」についてのお願い

四日市市では、各地域でPTAや青少年育成関係団体等の推進団体が「こどもをまもるいえ」の設置を推進しています。これは、子どもの登下校時や放課後において「痴漢」、「連れ去り」、「付きまとい」などの行為による被害を未然に防ぎ、子どもを一時的に保護し、警察や学校などへ通報していただくことを目的としています。また、ステッカーを家の前に貼っていただくことで、地域の犯罪を未然に防ぐという抑止効果も考えられます。

現在多くのご家庭にご協力いただいておりますが、新たにご協力いただける方、事情によりご協力いただけなくなった方がございましたら、各地域の設置推進団体までご連絡願います。

羽津地区の設置推進団体：

羽津地区子どもを守るための連絡会 (羽津小・羽津北小PTA)  
四日市市PTA連絡協議会 四日市市・四日市市教育委員会



羽津小学校・桜台小学校・楠小学校・塩浜小学校・笹川小学校・下野小学校

## 給食パートを募集 (9月上旬からの勤務です)

募集職種：小学校給食調理員 (給食パート)

業務内容：給食調理、運搬、後片付け、調理場清掃など

勤務日：給食実施日等 (春・夏・冬休みは勤務なし)

勤務時間：8:30~15:15 (労働時間6時間)

※桜台・塩浜小学校…8:40~15:25 (労働時間6時間)

※下野小学校…8:45~15:30 (労働時間6時間)

時間給：1070円 (通勤距離が片道2km以上の場合、通勤費を別途支給)

その他：羽津小学校・笹川小学校勤務の場合、他の学校の調理員の欠勤状況等により他の市内小学校に勤務することがあります。社会保険加入あり。

申込み：応募を希望される方は、教育総務課 (TEL354-8236) に電話のうえ、履歴書を提出して下さい。書類選考のうえ、面接を実施します。

応募期間：7月10日(月)~7月26日(水)

