広報くす

令和3年12月20日号　No.18
(通算 162 号)

発行・編集　四日市市　楠地区市民センター
電話(059)398−3111　Fax(059)397−5754
楠まちコミHP　https://kusumachi.net

年末年始のご案内

◇楠地区市民センターは 12 月 29 日（水）～1 月 3 日（月）の間お休みします

・戸籍関係の届出（出生・死亡・婚姻・離婚など）や埋葬許可証の交付については、年末年始も四日市市役所地下一階、宿直室で受付します。　【四日市市役所夜間・休日受付】　電話 354-8262

・水道の故障、水漏れなどで応急処置が必要な時は上下水道局夜間休日窓口で受付します。
【上下水道局夜間休日窓口】　電話 351-1211

◇楠地区団体事務局は 12 月 27 日（月）～1 月5日（水）の間お休みします

◆年末年始のごみ・し尿の収集日日程・処理施設受け入れ表

ごみの種類	川　南	川　北
可燃ごみ	12 月 30 日(木)　1 月 6 日(木)	12 月 28 日(火)　1 月 4 日(火)
資源物	12 月 22 日(水)	1 月 5 日(水)
ペットボトル	1 月 5 日(水)	12 月 22 日(水)
破砕ごみ	1 月 7 日(金)	12 月 23 日(木)
粗大ごみ戸別有料収集受付	年末は 12 月 28 日(火)まで　年始は 1 月 4 日(火)から	
し尿汲み取り	年末は 12 月 29 日(水)まで　年始は 1 月 4 日(火)から	

年末年始処理施設受け入れ表	28 日	29 日	30 日	31 日	1～3 日	4 日
四日市市クリーンセンター 8 時 30 分 ～ 12 時 00 分 13 時 00 分 ～ 16 時 30 分	○	○	○	○	休	○
楠衛生センター(資源物・ペットボトル) 8 時 30 分 ～ 12 時 00 分 13 時 00 分 ～ 16 時 00 分	○	休	休	休	休	○

※詳細については　ゴミ収集日程表をご覧ください。【お問い合わせ】生活環境課　電話 354-8192

年末年始も新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください！

以下のポイントに注意して、年末年始を過ごしましょう。

★マスクの着用や手洗い等の手指衛生、換気とともに密接・密集・密閉を回避し、感染予防対策を徹底しましょう。

★帰省や旅行によって感染を広げないように、混雑しない時期の移動を検討いただくとともに帰省の 2 週間前から大人数や長時間の飲食をさけるなど、慎重に行動しましょう。

★会食の際に会話するときはマスクを着用し、食事中は会話しない「黙食」を実施しましょう。

発熱などの症状がみられたら…

①身近な医療機関に連絡をしてください。

②相談する医療機関に迷う場合は、下記へお問合せください。

【お問い合わせ・受診・相談センター】

四日市市保健所保健予防課：電話３５２-０５９４（9時～21 時）

三重県救急医療情報センター：電話０５９-２２９-１１９９（21 時～翌９時）

大雪時の注意事項についてご確認ください

事前に備えておきましょう！！

・雪で外出できない場合に備えて、水、食料、燃料（灯油）などを備蓄する
・持病の薬を切らさないよう、少し多めに持つ（早めのご準備を）
・停電に備えて、使い捨てカイロ、予備電池、懐中電灯、携帯ラジオなどを準備する

やむを得ず外出する場合は細心の注意を払いましょう！！

・路面凍結している部分は歩かない（横断歩道の白線上など）
・普段よりも時間に余裕をもって行動する
・スタッドレスタイヤ、チエーンなど滑り止めを必ず装備する
・吹雪の中での運転は、ライト点灯、スピードダウン、車間距離の確保

除雪をする時は注意しましょう！！

・晴れの日は屋根の雪が緩むため落雪に注意する
・雪下ろしは命綱やヘルメット、滑りにくい靴を着用し、必ず二人以上で行う
・屋根からの転落に備え、建物の周りに雪を残して雪下ろしを行う

気象庁ホームページ「今後の雪」

気象庁のホームページで過去24時間分の積雪の深さと積雪量に加え、6時間先までの予報を一体的に確認することが可能になりました

http://www.jma.go.jp/bosai/snow/

【お問い合わせ】　危機管理室　電話 354-8119／FAX 350-3022

税務・記帳相談会　～楠町商工会・四日市青色申告会楠支部共同開催～

日　時：1月19日（水）　2月18日（金）10時～16時
会　場：楠町商工会　研修室
講　師：税理士　古川昂太　氏（ミッドランド税理士法人）
内　容：申告所得税、源泉所得税の相談会（帳簿、源泉徴収簿、領収書、資料等ご持参ください）
対　象：小規模事業者　　相談料：無料　　その他：予約制

【お問い合わせ】楠町商工会・四日市青色申告会楠支部　電話 397-2046

楠小学校　給食パートを募集（2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）２名
◇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（春・夏・冬休みは勤務なし）
◇勤務時間　＝　８時３０分～15時（労働時間５時間４５分）
◇時 間 給　＝　１，０１０円（通勤距離が片道２ｋｍ以上の場合、通勤費を別途支給）
◇申し込み　＝　応募を希望される方は、教育総務課（電話 354-8236）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　＝　１２月21日（火）～１月７日（金）

【お問い合わせ】　教育総務課　電話 354-8236

人権標語（人権標語入選作品）を紹介します！

人権標語優秀作品　人権教育推進協議会賞受賞作品

♡『外人だ』　傷付いてるよ　外“国”人　　（楠中３年生作品）

こにゅうどうくんの☆ちょこっと健康情報

朝ごはんってこんなにすごい！

①集中力のアップ！
脳にブドウ糖がいきわたって集中力が高まります。

②体温の上昇で活力アップ！
血流がよくなり、体温が上昇し、活動力が高まります。

③便秘予防
胃や腸が刺激され排便を促します。

④生活リズムを整える
朝日を浴び、朝食を食べると体内時計がリセットされ、1日の生活リズムが整います。

⑤肥満予防
朝食を抜いて長時間空腹が続くとエネルギーを脂肪として体内にため込もうとします。
1日3食食べることで、太りにくくなります。

朝ごはんを食べましょう

【ステップ１】まずは何かを食べる習慣をつけましょう

【ステップ２】主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう

時間がなくて朝ごはんが作れない・・・そんなときは

●前日の食事を取り分けておく
●パン、果物、乳製品などすぐに食べられるものを買い置きしておく
●缶詰、冷凍野菜など簡単に調理できるものを用意しておく

朝ごはんを食べて、元気に１日をスタートさせよう！

詳しくは四日市市公式サイトにて・・・トップページ　ライフメニュー〔健康・医療〕→健康・医療・保健所→成人の健康づくり→必見！健康情報　へ

【お問い合わせ】健康づくり課
電話　354-8291

楠こども園の会計年度任用職員（非常用）募集

募集職種：会計年度任用職員（非常用）休憩及び長時間パート
　　①　～④各１名募集　※令和４年１月より
業務内容：保育補助、保育室清掃など（保育士資格は必須ではありません）
勤務時間：①　平　日　７時30分～９時30分
　　②　平　日　12時30分～15時30分　※週２日
　　③　平　日　16時～18時
　　④　土曜日　13時～17時　※月１～２回
勤務日数：勤務日数は、応相談
時 間 給：９８０円　（通勤距離が片道２㎞以上の場合、通勤費を別途支給）
勤務場所：四日市市立楠こども園（四日市市楠町北五味塚 2060-63）

【お問い合わせ】楠こども園（松岡）　　電話３９８-３１３３

吉崎海岸清掃　１月２日（日）　７時～　砂浜清掃と外来種駆除

初日の出の時刻
７時１分

平常は８時からですが、今月は日の出を見るため７時になります。
当日は和太鼓の演奏（楠っ鼓流星）を予定しています。
また、清掃後、海岸で凧あげをします。おうちにある凧をおもちください。
ぜんざいやポップコーンもご用意しています。お楽しみに♪
◆持ち物：帽子・飲み物・運動靴・マスク着用

主催：楠地区まちづくり検討委員会
【お問い合わせ】楠地区団体事務局　電話 398-3121

楠地区市民センターからのお知らせ

【お申込み・お問い合わせ】電話 398-3111

冬のリンパマッサージ教室

楽しいお話を交えて、リンパマッサージが学べます。

日　時　１月19日（水）10時～11時15分

場　所　楠地区市民センター　３F

申　込　１月18日までに市民センターへ

※参加費　無料／定員18人

持ち物　マスク着用。動きやすい服装で。

水分補給用水・お茶などお持ちください。

プログラミング学習　体験講座

小学校の「プログラミング学習」って何するの？タブレットやパソコンを触ることだけが、プログラミング学習ではありません。子ども達がどんな授業を受けているか、ご紹介します。

日時　１月25日（火）10時～11時30分

場所　楠小学校　コンピューター室

申込　１月21日までに市民センターへ

※参加費　無料／定員（大人の方）10人

楠交流会館図書室からのお知らせ

【お問い合わせ】電話 397-2277

＜１月の予定＞

休館日：毎週月曜日・１２月29日（水）～１月３日（月）

【お はな し 会】　１月８日（土）１５時～　話し手：「ももたろうの会」

【よみきかせ･ひよこ】　１月27日（木）１０時３０分～　話し手：しらゆきひめ又は職員

【自 動 車 文 庫】　１月28日（金）楠本郷公民館：10時20分～10時50分

楠 福 祉 会 館：11時～11時45分

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、行事が中止になることがあります。

楠歴史民俗資料館からのお知らせ

【お申込み・お問い合わせ】電話 398-3636

月曜日休館（祝日の場合はその翌平日）

※詳細については直接お問い合わせください。

◎１月企画展示「悠水書道教室展」

【展示期間】１月16日（日）～30日（日）９時～１７時（初日は13時から、最終日は12時まで）

【展示内容】小学生の生徒が教室で制作した作品を展示します。

◎「昔の遊びとあられいり体験」参加者募集

【開催日時】１月10日（月・祝）９時30分～12時

【内　　容】こま回しなど昔の遊びとゲーム、あられいり体験をしてみませんか。

【参加対象】小学３年生以下保護者同伴　【定　　員】20人　【参加費】100円（当日徴収）

【申込方法】１月６日（木）までの９時～17時に資料館へ来館もしくは電話にて申込。

◎年末年始の休館のご案内

【休 館 日】12月29日（水）～令和４年１月３日（月）　１月４日（火）より開館いたします。

◎来館時のお願い（状況により変更される場合があります。）

- 厚生労働省「新型コロナウイルス接触アプリ　ＣＯＣＯＡ」の利用もしくは連絡先記入票の記入
- 咳・発熱・風邪のような症状のある方、高齢の方や基礎疾患をお持ちの方は来館をお控えください。
- ご来館の際には、マスクの着用と、窓口に設置の消毒液で手指の消毒にご協力お願いいたします。

資料館 HP　https://www.city.yokkaichi.mie.jp/museum/shiryokan/index.html

ゆめの木からのお知らせ

【お申込み・お問い合わせ】電話 397-3972

※それぞれの行事の詳細については直接お問い合わせください。

★１月の予定★

○健康体操

１月15日(土),29日(土)　10時～11時　どなたでも（参加費・申込不要）

○健康ひろば　～身体の相談室～

１月12日(水)11時～12時　整体師から教わる身体のほぐし方や歪みについて

タオル１枚お持ちください。申込　どなたでも１月８日（土）までに（先着10名）

○生きがいづくりセミナー　～生活の豆知識講座～

１月12日(水)10時～11時　軽い体操もします　どなたでも（参加費・申込不要）

○大型遊具による多目的室開放

１月20日(木)10時～11時45分　対象　未就学児（参加費・申込不要）