



令和6年度 楠地区総合防災訓練

安否確認訓練

黄色い布などを玄関先や、門扉などに掲げていただく訓練です。

※黄色いハンカチが無い場合、大きく目立つ黄色い布でもOK!

自治会員全員参加訓練 (安否確認訓練)

○訓練実施日 11月10日(日) 【雨天決行】

○訓練概要 8時 訓練災害発生 (サイレン吹鳴)

♪「避難信号」のサイレン吹鳴

60秒	5秒休	60秒	5秒休	60秒
-----	-----	-----	-----	-----

※「四日市市Sアラート」での発信も行います。

全自治会員は黄色い布を玄関先に掲示。(掲示は8時~10時)

楠小学校での体験訓練・講演会は、各自治会から依頼された参加者のみで行います。(スリッパ持参)



黄色いハンカチ作戦・・・大規模な災害が発生した際、家にいる家族全員が無事である場合、玄関先や門扉などの通りに面した場所に黄色いハンカチを掲げて、「我が家は大丈夫だから、他の人を助けてほしい。」というメッセージを示していただくものです。



【お問い合わせ】楠地区自主防災協議会 (団体事務局) 電話 398-3121

楠地区 食改さんの料理教室 ~私たちの健康は私たちの手で~ 今回のテーマ 美味しい減塩法 イタリアン

日時: 11月21日(木) 10時~12時ごろ

場所: 楠交流会館 調理室

内容: フライパンでパエリア・キャロットラペ・簡単ティラミス 他1点

参加費: 600円

持ち物: エプロン、手拭きタオル、三角巾、マスク

申込: 11月14日(木)まで

※次回は12月19日(木)『おせち料理』を予定しています。



【お問い合わせ】食生活改善推進協議会楠地区 和田 電話 397-5022

◇クリーンタウン楠 11月17日(日) 開催いたします。

【お問い合わせ】楠地区団体事務局 電話 398-3121

■12月14日(土) 開催予定のわいわいクリスマスフェスタ2024
は都合により中止といたします。

中止

【お問い合わせ】楠地区団体事務局 電話 398-3121

第34回 四日市市民ソフトバレーボール大会 3位入賞

9月29日(日) 四日市市総合体育館アリーナ
にて開催された上記大会において
楠ソフトボールクラブ(KSVC)が
一般女子の部 3位に入賞されました。



おめでとうございます。



【お問い合わせ】楠スポーツクラブ 電話 397-7770



『RUN 伴+四日市 2024』を応援しよう!



～みんなでつくる 認知症フレンドリーなまち～

『RUN 伴+四日市 2024』は、認知症になっても安心して暮らせる地域をつくるために、認知症の人や家族、支援者、市民が楠地区の「ゆりかもめ」をRUNルートのスタート地点とし、各中継地点でタスキをつなぎ、ゴールの四日市中央緑地公園を目指します。

みなさんでRUN 伴+四日市 2024 の、リレースタートを応援しませんか?

日 時：11月16日(土) 8時30分～9時30分頃(荒天の場合は中止)

場 所：楠保健福祉センター ゆりかもめ

内 容：RUN 伴+四日市 2024 開会式

リレーランナーの応援

申 込：楠地区団体事務局(9時～15時)までお電話ください。 ※10月31日(木)締切



主催：楠地区社会福祉協議会

【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



☆男性のための料理教室 ～ クリスマスに作りたいおうち料理 ～

『男性のための料理教室』を開催します。※女性の参加も大歓迎です!
料理初心者から料理好きの方まで、いっしょに楽しく料理しましょう!

今回は、♪お家で楽しむクリスマス料理です♪

日 時：11月17日(日) 9時30分～

場 所：楠交流会館調理室 定 員 20名(先着順)

持 ち 物：マスク・エプロン・三角巾・手拭きタオル 材 料 費：1,900円

申込締め切り：11月14日(木)

メ ニ ュー：本場仕込みのミネストローネ・チキン皮パリパリステーキ・クリスマスショートケーキ

【お申し込み・お問い合わせ】楠地区市民センター 電話 398-3111



今年はお家で
Xmas デイナー
を楽しみませんか?



楠まちキッチンこども食堂

◆日 時：11月5日(火)(楠小運動会振替日) 11時30分～14時

◆場 所：楠交流会館 調理室・ラウンジ・大集会室

◆対 象：楠地区内の小学生・無料(※なくなり次第終了)



次回は

12月23日(月)



【お問い合わせ】楠地区まちづくり検討委員会 楠まちキッチン 楠地区団体事務局 398-3121

「おうちで読みきかせ はじめのいっぽ」

日時	12月1日(日)午前10時～11時30分
場所	四日市市立図書館 2階 視聴覚ホール
講師	図書館職員
対象	市内在住の2歳未満の子を持つ親または出産予定の人
定員	10人(応募多数の場合は抽選)
内容	家庭での乳幼児への読みきかせのコツ、本の選び方など
受講料	無料
託児	なし(1歳未満のみ同伴可)
申込方法	右の申し込みフォーム、または図書館窓口で直接お申し込みください
申込開始	10月10日(木) 午前9時30分～
締め切り	11月13日(水)
問い合わせ	〒510-0821 四日市市久保田一丁目2-42 四日市市立図書館「おうちで読みきかせ はじめのいっぽ!」係 電話 059-352-5108 FAX 059-352-9897 E-mail:tosyokan@city.yokkaichi.mie.jp



ヘルスリーダー「イキイキ教室」を開催します!

申込不要
参加費無料

会場：楠福社会館

日時：11月7日(木) 13時30分～15時

対象：おおむね65歳以上の市民の方

内容：介護予防の運動・レクリエーション ～ストレッチ・筋トシ・脳トシなど～

持ち物：タオル、飲み物 必要に応じマスク

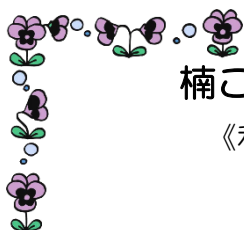
※動きやすく、体温調整しやすい服装でお越しください。

※体調の悪い方は参加をお控えください。

※天候・災害などにより警報が発令された場合は、中止または日程の変更をすることがあります。
ご了承ください。



【お問い合わせ】 高齢福祉課 電話 354-8170



楠こども園子育て支援センター「わくわく」です!

《利用案内》 9時30分～14時30分(土日祝日は休み) ※お問い合わせは下記お電話番号へ



◇月・火・木 わくわく 電話 397-3653

◇水・金 楠こども園 電話 398-3133

★11月の行事予定

🌀 5日(火) 保健師相談 10時～11時30分

🌀 19日(火) 避難訓練 10時30分～11時30分

※避難訓練後、消防自動車の見学予定

🌀 26日(火) パネルシアター 10時50分～

※おうちの方と一緒に見て下さい。



吉崎海岸清掃

アカウミガメも訪れる楠町の吉崎海岸を、私たちの力で自然豊かな、きれいな砂浜にしませんか?

日時：11月3日(日) 8時～ 砂浜清掃

9時～ 海の楽しい勉強会

持ち物：帽子・タオル・雨具(雨天時)



【お問い合わせ】 楠地区団体事務局 電話 398-3121

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

秋の読書週間「本を借りてドキドキワクワクイベント」開催中



開催期間：11月17日（日）まで[月曜日・祝日休館日除く]

対象：0歳～小学生

図書室で本を借りたり、スタンプカードにのっているクイズに答えてスタンプを集めよう。ゲームに挑戦できるよ！

◎スタンプカードは楠交流会館のカウンターでお渡しします。



<11月の予定>



休館日：毎週月曜日・3日（日・祝）・23日（土・祝）

【おはなし会】 11月 9日（土）10時30分～ 話し手：ももたろうの会

【よみきかせ・ひよこ】 11月 28日（木）10時30分～ 話し手：しらゆきひめ又は職員

【自動車文庫】 11月 28日（木）10時20分～10時50分（楠本郷公民館）

11時～11時45分（楠福祉会館）

※行事の詳細は、楠まちづくりコミュニティホームページに掲載していますので、ご覧ください。

楠歴史民俗資料館からのお知らせ



【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。

◎11月後半企画展示「花みかんの会 絵手紙展」

【展示期間】11月16日（土）～30日（土）9時～17時（初日は13時から。最終日は12時まで）

【展示内容】毎日の生活の中から、生活に潤いを与えてくれるような題材を選び、作製した絵手紙を展示します。



◎「手作りしめ縄で新年を迎えませんか？」参加者募集

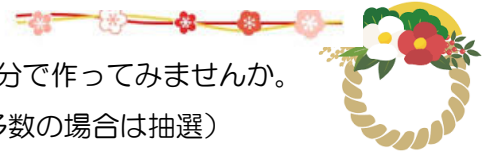
【展示期間】12月8日（日）9時～11時30分

【内容】しめ縄づくりを同館で実施します。お正月のしめ縄を自分で作ってみませんか。

【参加対象】小学4年生以上（小学生は保護者同伴）、10人（応募多数の場合は抽選）

【参加費】1,000円（当日集金） 【持ち物】はさみ、ペンチ（ある人）

【申込方法】11月22日（金）～12月1日（日）までの9時～17時に、資料館に来館もしくは電話にて申込。応募多数の場合は、12月4日（水）に抽選し、申込者に連絡します。



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

★11月の行事予定

※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。

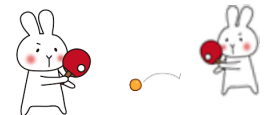
○健康体操 ※11月は第1・5土曜日です。

日時 11月2日（土）・30日（土）10時～11時 対象 どなたでも（無料・申込不要）



○多目的開放（卓球）

日時 11月9日（土）10時～12時 対象 どなたでも（無料・申込不要）



○土鍋で作るエコクッキング

日時 11月16日（土）10時～12時 申込 11月11日まで どなたでも（先着15名）

材料費 800円（当日集金します） 持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・お箸・お茶



○室内スポーツ大会 ～モルック～白樺でできた棒とピンを使って得点を競うゲーム

日時 11月17日（日）10時～12時 申込 11月10日まで どなたでも（先着20名）・無料

○生きがいづくりセミナー ～健康な生活を心がけましょう～

日時 11月19日（火）10時～11時 対象 どなたでも（無料・申込不要）

