



令和7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9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)

楠小学校での防災訓練・講習会は、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)

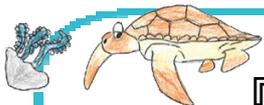


黄色いハンカチ作戦・・・大規模な災害が発生した際、家にいる家族全員が無事である場合、玄関先や門扉などの通りに面した場所に黄色いハンカチを掲げて、「我が家は大丈夫だから、他の人を助けてほしい。」というメッセージを示していただくものです。

郵便受け
にはさん
だり・・・



【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



吉崎海岸 自然共生サイト認定

『ウミガメのふるさと四日市 みんなのふるさと四日市』絵本寄贈

吉崎海岸は、貴重な海浜植物がたくさん生育している自然海岸で、毎月第1日曜日に楠地区まちづくり検討委員会が主催し、四日市ウミガメ保存会と共にボランティアを募り、清掃活動と外来生物駆除を行っています。

この度、「民間の取組等によって生物多様性の保全が図られている区域」として環境省の自然共生サイトに認定されました。

また清掃活動が8月で200回の節目を迎え、四日市ウミガメ保存会が小学生から高校生までに絵や文章、写真で海岸への思いを表現してもらい、絵本(非売品)を制作しました。

楠地区市民センター図書室・楠交流会館図書室にありますのでぜひご覧ください。



◇クリーンタウン楠 11月16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

楠ふれあいセンター ゆめの木 閉館のお知らせ

日頃は、楠ふれあいセンターをご利用いただき、誠にありがとうございます。

平成18年の開設以降、多くの方々に利用していただいておりますが、この度「公共施設の適正化」に基づく楠地区内の施設集約に伴い、令和8年3月31日をもって閉館することになりました。

これまでご利用いただきました皆様に深く感謝申し上げます。

なお、令和8年3月31日までは、引き続きご利用いただけます。

閉館後は、近隣の楠地区市民センター、楠交流会館、楠福祉会館などをご利用ください。

【お問い合わせ】楠ふれあいセンター 電話 397-3972



毎日イキイキ！シニア健康体操」開催のご案内

日 時：11月20日（木）13時30分～15時
12月11日（木）13時30分～15時

場 所：楠福祉会館 教養娯楽室

内 容：毎日続けられるような体操の指導

定 員：10名程度

参加費：無 料

持ち物：バスタオル、タオル（体操にも使用）、飲み物

申込締切：各回、前日まで（どちらかのみのお出席も可）



【お問い合わせ】楠福祉会館 電話 397-2105

◆スマホサポート人材（ボランティア）育成のための教室を開催します

スマートフォンの基本的な使い方やLINE、市の電子申請システムの使い方などを学び、身近で困っている人に教えられるようになってみませんか。受講後は、今後市が開催するスマホ教室などにアシスタントとしてご参加いただいたり、身近で困っている人に教えてあげたりすることをお願いします。（活動は強制ではありません）

日 時：令和8年1月19日（月）10時～15時30分

場 所：楠地区市民センター

定 員：先着3名まで 費用：無 料

対 象：どなたでも参加できますが

4コマ全てに参加できる方を対象とします。

持 物：スマートフォン（お持ちでない人には貸出可能）

受 付：11月1日（土）～

時 間	内 容
10:00～11:00	防災関係
11:15～12:15	LINE（ビデオ通話含む）関係
13:15～14:15	インターネット検索、音声操作、アプリ追加
14:30～15:30	市のLINE公式アカウント 市の電子申請システムについて

※教室の開催時間中、スマホ相談窓口（こちらは予約不要）も開催します。

スマートフォンに関するお困りごとなどをご相談ください。



お申込・お問い合わせ（ソフトバンク（株））

0800-111-9442（9時～17時、土日祝も可）

※お問い合わせは随時受付けております。



市民窓口サービスセンター臨時休業のお知らせ

市民窓口サービスセンター（近鉄四日市駅高架下）では、メンテナンス作業のため、下記のとおり業務を停止します。皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

11月8日（土）・11月9日（日）終日

臨時休業

コンビニ交付サービスの一時停止のお知らせ

コンビニ交付サービスを一時停止します。皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

11月7日（金）19時～

11月8日（土）・9日（日）終日

証明に関するすべてのサービス

四日市市役所 市民課 電話 354-8152 市民窓口サービスセンター 電話 359-6521

市が養成した介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による



イキイキ教室



日時：11月6日（木）13時30分～15時 認知症予防のための“コグニサイズ”も実施しています♪
 対象：おおむね65歳以上の市民の方
 会場：楠福祉会館
 持ち物：タオル、飲み物、必要に応じマスク
 内容：ストレッチ体操、筋トシ、脳トシ、歌など
 その他：申し込み不要・参加費無料

コグニサイズとは、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を合わせた言葉で、国立長寿医療研究センターで考案された、**認知症予防**の運動方法です。

健康な毎日を目指して、みんなで楽しく、一緒に介護予防に取り組みましょう♪

問い合わせ：高齢福祉課 電話 354-8170

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～

男性の方も大歓迎です

日時：11月20日（木）10時～12時ごろ
 場所：楠交流会館 調理室
 内容：カルシウムたっぷりメニュー 4品
 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13日（木）まで



※次回は12月18日（木）おせち料理を予定しています。

主催 四日市市食生活改善推進協議会 楠地区【お申込み・お問い合わせ】楠地区団体事務局 398-3121

楠まちキッチンこども食堂



- ◆日時：11月3日（月・祝）11時30分～14時
- ◆場所：楠地区文化祭会場 楠地区市民センター
- ◆対象：楠地区内の小、中学生・無料（※なくなり次第終了）

次回は
12月23日（火）



【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

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



4日（火）保健師相談 10時～11時30分（受け付けは11時15分まで）

18日（火）パネルシアター 10時50分～

※おうちの方と一緒に見てください。

25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。



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2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

<11月の予定>

休館日：毎週月曜日・23日（日・祝）

【おはなし会】 11月 8日（土）10時30分～

話し手：ももたろうの会

【よみかかせ・ひよこ】 11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】 11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

※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。

◎10月後半企画展示「介護を終えて傘寿の楽しみ展」

【展示期間】10月16日（木）～31日（金）9時～17時（初日は13時から。最終日は12時まで）

【展示内容】自宅でコツコツ作った布小物やペーパーフラワーなどの手芸作品を見に来てください。

◎「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7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（土）～12月2日（火）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3日（水）に抽選し、申込者に連絡します。

【その他】外で作業しますので防寒対策と作業のできる服装でご来館ください。



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



★11月の行事予定

【お申込み・お問い合わせ】電話 397-3972

※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

日時 11月1日（土）・15日（土）10時～11時 対象 どなたでも（無料・申込不要）

○多目的室開放（卓球）

日時 11月8日（土）10時～12時 対象 どなたでも（無料・申込不要）

○室内スポーツ大会 ～モルック～

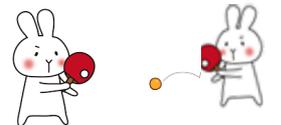
日時 11月16日（日）10時～12時 申込 11月9日（日）まで どなたでも（先着18名）・無料

○生きがいづくりセミナー 生活の豆知識講座 ～感染症に気をつけましょう！～

日時 11月18日（火）10時～11時 対象 どなたでも（無料・申込不要）

○大型遊具遊び

日時 11月20日（木）10時～11時45分 対象 どなたでも（無料・申込不要）



夕暮れ時、ちょっと早めの

ライト・オン運動



【実施期間】10月1日（水）～12月31日