

入賞おめでとうございます

1月28日(日)総合体育館アリーナにおいて「第7回四日市市民テニポン大会」と「第15回四日市市民ファミリーバドミントン大会」が開催されました。大矢知地区の方の入賞は次のとおりです。(敬称略)

★第7回四日市市民テニポン大会

一般の部 ミックス 第3位 福村 茂之・筒井 厚子

★第15回四日市市民ファミリーバドミントン大会

ファミリーの部 第3位 オハナチーム

田淵 さとみ・田淵 麻衣花・功刀 加奈江・功刀 有翔・伊藤 俊一



困ったら 一人で悩まず 行政相談

役所の仕事に関する困り事、意見・要望や行政に関して分からないことなどはありませんか？
そのようなときに役に立つのが総務省の「行政相談」です。

行政相談は、国や独立行政法人、特殊法人の業務や、国が関わっている県・市などの業務に対する困り事、意見・要望などを幅広く受け入れ、公正で中立的な立場から、必要に応じて、関係行政機関にあっせんを行います。そして、その解決や実現の促進を図るとともに、行政の制度・運営の改善に生かす制度です。

毎月第3火曜日に市役所1階市民相談コーナーで行政相談を実施していますが、2月は八郷地区市民センターで実施します。年金、保険、税金、登記、道路、福祉など役所の仕事について、お気軽にご相談ください。

※「行政相談委員」とは、総務大臣が委嘱している民間有識者で、みなさんの身近な相談相手です。ご相談は無料で、相談者の秘密は固く守ります。



日 時 2月20日(火)午後1時～午後4時
場 所 八郷地区市民センター 1階 和室 ※八郷地区以外の方のご相談にも応じます。
問合せ 市民・消費生活相談室 電話：059-354-8147

会計年度任用職員(パートタイム)【保育士】を募集しています

募集人員 保育士 若干名
採用日 4月1日
勤務場所 児童発達支援センターあけぼの学園(下海老町185-1)
勤務内容 発達に心配な子どもへの発達支援
勤務日数 月～土のうち週5日勤務できる方(勤務日は応相談)
勤務時間 午前8時30分から午後5時(応相談)
賃 金 時給1,090円～1,260円、交通費は別途支給(上限あり)
そ の 他 会計年度任用職員(パートタイム)の任用に関する留意事項による
応募方法 電話でご連絡ください。面接の日時を改めてご連絡いたします。なお、面接時に保育士免許等資格の確認できるものと履歴書(写真貼)をお持ちください。
連絡先 児童発達支援センターあけぼの学園 電話：059-325-4121



cperiの子育て無料相談

こんな方は、ぜひご相談ください。気持ちが楽になりますよ。

- 子育てに自信がない
- 親子の関係がしっくりしない
- 自分自身に自信がない
- 夫婦での考えの食い違いで悩んでいる
- 子どもの育ちが心配、不安である
- 登校しぶり、不登校に悩んでいる
- 誰に相談したらよいかわからない
- いろいろな相談してきたがスッキリしない



日 時 2月24日(土)午後1時～午後5時

場 所 大矢知地区市民センター 1階 和室

相談員 松永高弘さん(まっちゃん)〈クペリ代表、あおい幼稚園園長〉

申込み 事前予約が必要です。

2月19日(月)までに下記へお申し込みください

電話：090-9184-7088(小崎)、Eメール：info@cperi.net

主 催 一般社団法人子ども子育て・教育研究所(CPERI:クペリ)

後 援 公益財団法人ささえあいのまち創造基金くささえあい基金の寄付で運用しています



クペリ HP 二次元コード

こにゅうどうくんの☆ちよこっと健康情報



緑黄色野菜と淡色野菜の違いは？

野菜を食べよう！
いつもの食事にプラス1皿!!

野菜 350gって
どれくらい??

野菜350gを小鉢にすると、約5皿分です。(1皿約70g)



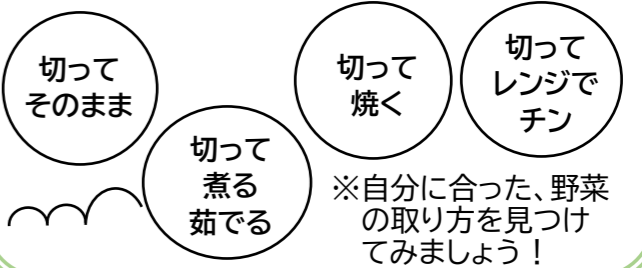
野菜は、加熱したり、汁物にいれたりするとかさが減って食べやすくなります。



緑黄色野菜は、β-カロテンが豊富に含まれます。体内でビタミンAとして働き、目・皮膚・粘膜の健康を保ちます。

淡色野菜は、その他の野菜をいいます。ビタミンCや食物繊維が多く含まれます。

◎簡単レシピでプラス1皿!



※自分に合った、野菜の取り方を見つけましょう!

詳しくは、四日市市HP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



問合せ 健康づくり課
電話：059-354-8291

この地区のお知らせ「**おおやち**」は大矢知地区社会福祉協議会作成のホームページにも掲載されています。

<http://oyachi.sakura.ne.jp/>