



松尾ふれあいだより

松尾住民自治協議会
松尾地区コミュニティセンター

令和7年12月1日発行
TEL58-2648 FAX58-3662

みえ松阪マラソン2025前日ウォーキングイベント ～松尾地区の応援ロードを歩こう～

お楽しみガラガラ抽選会も開催します！
ランナーの皆さんへエールを送る2つの応援ロードを、松尾地区内のマラソンコースに
今年も設営します。ランナーの皆さんのが当日走る応援ロードを、大会前日にウォーキングをして楽しみましょう！

【実施日時】 令和7年12月20日（土）13:30～16:00

【対象】 松尾地区在住の方

【参加方法】 事前申込不要。ご自身で歩いていただくイベントとなります。

- ① 下記の対象ウォーキングコースを歩き、各コースの写真をスマートフォン等で撮影
 - ② 松尾地区コミュニティセンターに①の写真(電子媒体)を持参し、ガラガラ抽選にチャレンジ♪
- A、B両コースをウォーキングで2回抽選できます。A、Bどちらか1コースをウォーキングで1回抽選できます。

【対象ウォーキングコース】

A. メッセージ応援ロードコース

JAみえなか大足の育苗センター付近に、松尾小学校の児童の皆さんのが応援メッセージを描いたのぼり旗をコース両側に設置。



※駐車場は武道館第2、JAをご利用下さい。
JAみえなか大足店をご利用の場合は、ATM前の駐車はご遠慮ください。

B. 椿ロードコース 【雨天中止】

松尾神社前沿道に、有志作成の2,000個以上の折紙の椿の花をコースの街路樹に装飾。



年末・年始 燃えるごみ収集日のお知らせ

松尾地区の「燃えるごみ回収」は



年末は12月30日（火）が最終、

年始は1月6日（火）から開始します。

※午前8時までに

決められた集積所に出てください。



資源物集団回収にご協力ください —松尾地区自治会—

12月の資源物回収日は4日（木）です。

《1月は8日（木）です》

回収品目は、新聞紙・雑誌・雑紙・ダンボール、牛乳パック、古着、アルミ缶です。

集団回収の収益金・補助金は、各自治会に還元されます。



みえ松阪マラソン2025

MIE MATSUSAKA MARASON

交通規制のお知らせ



12月21日（日）は「みえ松阪マラソン」の開催により、松尾地区内は9:15～14:00の間、交通規制が実施されます。各地で渋滞も予想されますので、ご注意ください。

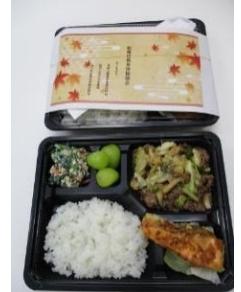
交通規制お問い合わせ TEL 0598-53-4358 平日9:00～16:30

松尾住民自治協議会ではJAみえなか大足育苗センター付近に松尾小学校児童が作成した応援メッセージのぼり旗と松尾神社周辺に応援椿ロードを設営、松尾小学校付近でランナーの皆さんに松阪牛サイコロステーキの提供に協力しています。地域の皆さんもぜひゴールを目指すランナーにご声援をお願いします。



健康づくり講座を開催しました。

松阪市健康福祉部健康づくり課の保健師さんに健康診断からみえる、自分に合った健康管理についてお話をいただきました。その後、地域の食生活改善推進員に、たんぱく質たっぷりの低栄養予防レシピで作っていただいたお弁当を、みんなで美味しいいただきました。



松尾地区敬老会を開催しました。

公演では、踊りや歌など観賞していただき、また、「サザエさん体操」では、参加者全員で体を動かしてリフレッシュしていただきながらみなさん楽しい時間を過ごしていただきました。



西部ブロック交流会事業 伊勢山上もみじ狩りと宝探し開催しました。

飯福田寺のもみじは本当に赤と黄色のコントラストが美しく、宝探しではみなさんとても楽しんでいたしていました。



福祉まるごと相談室 脳卒中に気をつけましょう

脳卒中とは、脳に突然アシデントが発生して倒れることを意味します。

血管が詰まる「脳梗塞」 血管が破れる「脳出血」「くも膜下出血」

＜脳卒中の初期症状＞

- 顔の片側が下がる（顔の麻痺）
- 片腕や片足がうまく動かせない（手足の麻痺）
- ろれつが回らない、言葉が出てにくい（言語障害）
- 突然の激しい頭痛やめまい



初期症状は一見軽く見えることもありますが、早期対応が重要です。

ひとつでも当てはまれば迷わず救急車を呼んでください。

【問】 松尾・大河内・宇気郷 福祉まるごと相談室

TEL 0598-58-3960

松尾地区コミュニティセンター 年末・年始 休業のお知らせ

年末 12月27日（土）から

年明けの1月4日（日）まで

お休みになります。

一部業務を除き、市役所も閉庁となります。

ご用のある方は、お早めにお済ませください。



☆趣味クラブ等☆

曜日	クラブ名	開始時刻	開講日				
月	シニアビクス	9:05	1	8	15	22	
	リラックスヨガ	10:10	1	8	15	22	
	筆ペン	13:40	1	8	15	22	
火	若葉の集い【物忘れ予防教室】	10:00	9				
	新舞踊「藤登三会」	14:00	9	23			
	中高齢者パソコン教室	19:00	2	9	16	23	
水	たのしい太極拳	10:00	3	17			
	民謡 曲丸会	13:30	10	24			
	キッドビクス	17:00	3	10	17	24	
	松尾珠算クラブ	18:00	3	10	17	24	
木	書道	10:00	4	11	18	25	
	育児サークル「Hello Mama」	10:00	2	18			
	パッチワーク教室(キルティングBEE)	12:30	4	11	18		
	絵手紙・へたうま会	13:00	18				
	松尾太極拳	19:30	4	11	18	25	
金	大正琴(入門・初級)	10:00	12	26			
	コーラス うぶ	10:00	5	19			
	大正琴(中級)	13:00	12				
	松尾囲碁クラブ	13:00	5	19			
土	いけばなこども教室	10:00	休講				
	料理	19:30	13				
	写真クラブ「広影会」	19:30	27				
日	男声合唱団がまの会	13:00	7	14			

☆その他会議・行事等☆

会議・行事等	開催日	開始時刻
松尾地区公共交通運行協議会	12/5(金)	19:00
松尾住民自治協議会役員会	12/5(金)	19:30
体育健康づくり部会	12/12(金)	19:30
趣味クラブ大掃除	12/17(水)	14:00
都市計画マスターPLAN説明会	12/17(水)	19:30
みえ松阪マラソン前日ウォーキング	12/20(土)	午後
みえ松阪マラソン2025	12/21(日)	9:00



松尾幼稚園 令和7年度 第9回ひよこ教室のお知らせ

松尾幼稚園では未就園の乳幼児を対象にひよこ教室を開催しています。予約は必要ありません
これまでのひよこ教室の様子を松阪市公式インスタグラムに投稿していますのでご覧ください

日時：12月10日(水) 10:00～11:00

内容：室内遊びとクリスマスツリーをつくろう！★いっしょに簡単なツリーを作りましょう★

対象：未就園の乳幼児(0～6歳)とその保護者★どこの地域にお住まいでも参加できます★

場所：松尾幼稚園 園庭や保育室

※各自お茶や着替えなど必要と思われるものを持ちください。

※園の状況によって変更したり、中止したりすることがあるかもしれませんのでご了承ください。



11月10日にシェアされた投稿
作成者: MATSUOKA OFFICIAL



育児サークル「Hello Mama」12月の予定

子育て中のお母さんが中心となって運営している子育てサークルです。
情報交換したり、子育て仲間を作ったり、一緒に子育てを楽しみましょう。

12月18日(木) 10:00～12:00
『英語リトミック教室』

～動きながら音楽を使って英語にふれよう～
講師：Kennyミュージックスクール 塚本 真里絵先生

申し込みが必要となります。グループラインのQRコード
にて申し込みをお願いします。動きやすい服装で！



松尾地域に関するクイズ！松尾地区内の方であれば、年齢を問わずにご参加いただけます。

【問題】12月21日(日)開催の『みえ松阪マラソン2025』では、全国から参加される約10,000人超のランナーが松尾地区を駆け抜けます。

大会当日、松尾地区で提供される「おもてなし」をすべてお答えください。

- ①エイドステーションでの松阪牛サイコロステーキの提供
- ②椿ロード(折り紙で花を咲かせる)
- ③小学生応援メッセージロード(のぼりを立てます)
- ④応援横断幕や地域の紹介立看板設置
- ⑤トイレの提供

添付の解答用紙にてご解答下さい。正解者の中から抽選で5名様に粗品をプレゼントします。

次号に正解と当選者を掲載します。

地域クイズ52(先月掲載)の解答：(令和7年) 12(月) 21(日)

★当選者★ 上田秋美さん、鈴木美佐子さん、丹羽正光さん、日野千春さん、水谷好一さん

きりとり

地域クイズ53解答用紙

※12月22日(月)までにコミュニティセンターへ
(閉館時は郵便受けへご投函ください)

住所	氏名	よみがな	電話番号	※専用連絡のつく番号
町				
解 答	1 • 2 • 3 • 4 • 5			

※番号に○を付けて下さい。