



# うれしほ



発行 令和8年3月1日

URESHIDEN

編集・発行 松阪市嬉野地域振興局地域振興課

(☎48-3807)

## 地域再発見 ～天白遺跡へ行こう～

天白遺跡は、嬉野釜生田町（嬉野中郷地区）にある、国の指定文化財（平成12年4月11日指定）で、縄文時代後期から晩期（約3,500年前）の遺跡です。

川原石を並べた「配石遺構（はいせきいこう）」が30基以上見つかり、その規模は西日本最大級。住居跡はなく、儀式に使われた土偶が多数見つかることから、当時の人々が祈りを捧げた祭祀場（さいしば）であったと考えられています。また、東日本の縄文文化の影響を受けた土器も多く出土しており、東西文化が交流する重要な場所であったことがわかっています。

現在は歴史を学べる公園として整備されていますので、これを機に天白遺跡へ足を運び、歴史の奥深さや魅力を感じて縄文時代へと想いを馳せてみてはどうでしょうか。



アクセスはこちら

## 第19回 なめり湖桜まつり 開催!!

4月5日（日）に第19回なめり湖桜まつりが、なめり湖公園で開催されることとなりました！

なめり湖桜まつりは、市内外からの参加者との交流や、地域の魅力発信を行うことを目的として行われ、今年で19回目を迎えます。一時期はコロナ過の影響により、継続が危ぶまれていましたが、令和5年度から見事に復活。地元の大イベントとして親しまれています。

祭りでは、ステージ発表や露店出店などがあります。ぜひ、なめり湖で今年の桜を楽しんでください！



アクセスはこちら

## 充電式小型家電（充電式電池）を廃棄する時はご注意を！

多くの充電式の家電製品にはリチウムイオン電池等が入っています。過度な力が加わると発熱・発火する危険があり、パッカー車や処理施設が火災になることがありますので、不燃物の日ではなく、

**【拠点Bの日】**（月1回）又は地域振興局の回収ボックスに出してください。

このマークがついている製品が目印



## こどもと一緒にエクササイズ！ ～未就園児向け～

こどもと家族で触れ合いながらできるストレッチや、音楽に合わせた簡単な体操を紹介します。みんなで楽しく体を動かしてみませんか。

- ▼と き…4月20日(月)10時～11時 ▼ところ…嬉野保健センター
- ▼講師…保田いづみさん(フィットネスクラブ AMIY インストラクター)
- ▼対象…市内在住の生後6か月児～未就園児とその保護者(祖父母も可)
- ▼定員…15組 ▼費用…無料 ▼持ち物…飲み物、タオル、運動しやすい服装
- ▼申込期間…3月10日(火)～4月16日(木)
- ▼申込方法…右記申し込みフォーム、または嬉野保健センターへ電話でお申込みください。
- ▼問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812



申込フォーム

## 「学習室」参加者募集

「学習室」は、一人ひとりの学力に応じて学習のサポートを行っています。お気軽にお問い合わせください。

- ▼と き…4月11日(土)から毎週土曜日14時～16時  
(祝日、年末年始、地域の行事等利用時を除く)  
※ご都合に合わせてご参加いただけます。
- ▼ところ…嬉野地域振興局 小会議室 ※福祉会館でも開催しています
- ▼参加費…無料
- ▼対象…就学援助または生活保護受給世帯の小学6年生～中学3年生
- ▼内容…基礎的な学力向上に向けた学習を個別にサポートします。
- ▼申込方法…参加には申請が必要となります。  
右記二次元コードからお申し込みください。
- ▼問合せ…保護自立支援課 生活サポート係 ☎53-4670



申込フォーム

## 献血にぜひ、ご協力ください

現在、三重県内では各病院へ多くの血液が供給されている状況にあり、より多くの血液の確保が必要とされています。

皆様のご協力をお願いいたします。

- ▼と き…3月11日(水)9時～11時30分 ▼ところ…嬉野保健センター
- ▼対象…①男性17歳～69歳、女性18歳～69歳  
②男女ともに体重が50kg以上の方  
③年齢が65歳以上の方は、60歳～64歳で献血の経験がある方に限ります  
④内服中の方は、内服薬の詳細がわかるもの(内服薬の説明書)若しくは、  
内服薬を直接お持ちいただければ、医師の相談を受けて実施の可否を決定します。
- ▼問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812



献血をご遠慮いただく場合

## <ちゅうりっぷの会>ご案内



嬉野地区民生委員児童委員会協議会では、親子で楽しめる催しを用意して子育て中のママ・パパたちのリフレッシュをお手伝いする活動を行なっています。ぜひ、お子さまと一緒に遊びに来てください。

- ▼と き…①3月17日(火) 10時~10時50分 ②4月21日(火) 10時~10時50分
- ▼ところ…嬉野保健センター プレイルーム
- ▼対 象…嬉野地域在住の生後6か月頃~未就園のお子さまとその保護者
- ▼内 容…①季節の歌・親子の触れ合い遊び・絵本の読み聞かせ等 ★3月は作って遊ぼうをします  
②季節の歌・親子の触れ合い遊び・絵本の読み聞かせ等 ★4月はもうすぐこどもの日をします
- ▼定 員…各日程15組(先着順)
- ▼申込方法…①3月13日(金)まで ②4月17日(金)まで  
松阪市社会福祉協議会 嬉野支所へ電話でお申し込みください。
- ▼申込・問合せ…松阪市社会福祉協議会 嬉野支所 ☎42-2718
- ▼お願い…0歳の方はバスタオルをお持ちください。



## AFLECからのお知らせ

### AFLEC フェスティバル参加者募集(要予約)

いろいろな軽スポーツにチャレンジしてみませんか? 初めての方でも気軽にできるよう、個人ゲーム形式で行います。賞品や参加賞もありますので、ご家族やお友達を誘ってぜひご参加ください。



- ▼と き…3月20日(金・祝) 9時~11時(9時45分受付終了)
- ▼ところ…嬉野体育センター、嬉野グラウンド ※雨天の場合は体育センターのみ
- ▼参加費…AFLEC 会員は無料、非会員(高校生以上)は300円、非会員(小中学生)は200円
- ▼持ち物…室内シューズ
- ▼申込方法…嬉野体育センターに直接申込むか、電話でお申込みください。
- ▼締 切…3月13日(金) ▼申込・問合せ…NPO法人うれしのスポーツクラブ AFLEC ☎42-5527

### 令和8年度AFLEC 会員を募集します!

グラウンドゴルフ等の軽スポーツをはじめ、ウォーキングや太極拳、フィットネス、よさこい、卓球、バドミントン等ができる楽しいクラブです。



- ▼受付日時…火曜日~土曜日 9時~17時 ▼対 象…小学生以上
- ▼申込方法…嬉野体育センターにある申込用紙に必要事項を記入し、料金を添えてお申込みください。
- ▼年度会費…大人(高校生以上)4,000円、子ども(小学生~中学生)2,000円  
※令和7年度会員の方で、引き続き会員になられる方は年度会費を1割引きとします。

## ふれあい健康体操 参加者募集!

中川新町地域交流センターでは、毎週水曜日にストレッチ・ラジオ体操を実施します。初めて参加される方も大歓迎!一緒に楽しく運動を始めませんか?

初回は4月1日(水)です。

- ▼と き…令和8年4月~令和9年3月 毎週水曜日 8時40分~9時
- ▼ところ…中川新町地域交流センター 多目的ホール
- ▼内 容…ストレッチ・ラジオ体操 ▼対 象…嬉野地域にお住まいの方
- ▼定員…30名 ▼持ち物…運動のできる服装、運動靴
- ▼申込・問合せ…中川新町地域交流センター ☎48-3010



## 子育て世代包括支援センターからのご案内

●乳幼児健康相談★②は要予約

▼と き…①4月3日(金) 9時30分～11時 ②4月14日(火) 9時30分～11時10分

▼ところ…①嬉野保健センター ②三雲公民館(三雲地域振興局2階)



●こども栄養相談★要予約

▼と き…①4月3日(金) 9時30分～11時 ②4月14日(火) 9時30分～11時10分

▼ところ…①嬉野保健センター ②三雲公民館(三雲地域振興局2階)

●離乳食教室ごっくんコース(生後4～6か月のお子さま向け)★要予約

▼と き…4月17日(金) 10時～11時30分 ▼ところ…嬉野保健センター



●ウレッピーベビー(0歳のお子さま向け)

▼と き…4月28日(火) 11時～12時 ▼ところ…嬉野保健センター

●ウレッピーキッズ(1歳のお子さま向け)

▼と き…4月28日(火) 9時30分～10時30分 ▼ところ…嬉野保健センター

●はあとふるベビーキッズ(0歳・1歳のお子さま向け)

▼と き…4月8日(水) 10時～11時 ▼ところ…三雲公民館(三雲地域振興局2階)



★予約の必要な教室・相談は、下記二次元コードか電話で嬉野保健センター(☎48-3812)へお申込みください。



申込フォーム

詳細は下記より  
ご確認ください



## 松阪北部地域交流みくも掲示板



### 第17回 碧川周辺地域の風景展

「碧川周辺地域の自然」をテーマとして募集した写真等を展示します。碧川周辺の良さ、自然環境の美しさを再発見してください。

【展示期間】

3月6日(金)まで



### 「三雲・飯高の桜」写真展

寒い冬から暖かい春を迎える季節に、ひと足早く春の訪れを感じていただこうと、三雲と飯高に咲く桜の写真を展示します。

【展示期間】

3月23日(月)～4月17日(金)



▼展示場所…三雲地域振興局 ▼問合せ…三雲地域振興局地域振興課 ☎56-7905

※今月号に掲載している講座・イベント等は、悪天候時、感染症等の状況により、内容等の変更、中止・延期となる場合があります。ご了承ください。