

今月のトピックス

新型コロナウイルス感染防止策の再確認を!



他にも「みくも」の情報満載!

日	とき	場	ところ	対	対象	内	内容	講	講師
定	定員	費	参加費	申	申込方法	主	主催	持	持ち物
☎	電話	✉	メール	FAX	FAX	問	問い合わせ		

行・編集 / 三雲振興局 地域振興課
〒515-2112 松阪市普原町872番地
電話: 0598-56-7905
FAX: 0598-56-5382



新型コロナウイルス感染症 防止対策を振り返ろう

4月から感染者数が急増するとともに、従来株から変異株へと置き換わる等、今後も感染拡大を懸念しなければならぬ状況が継続すると思われまます。そこで、今回は新型コロナウイルス感染症防止対策について振り返り、日々の感染予防を心掛けるようにしましょう。

また、変異株とワクチンについても併せて紹介いたします。新型コロナウイルスについての知識を高め、新しい生活様式の定着を図りましょう。

● 感染症防止対策について

基本的な感染防止策として、次の3つに取り組みましょう。

- ① 身体的距離の確保 (2m程度)
- ② マスクの着用
- ③ 手洗い



また、日常生活では右記に加えて、「3密」の回避や、換気、まめな体温・健康チェックが効果的です。換気については、2方向の窓を開け、数分程度の換気を1時間に2回程度行うことが有効です。体温・健康チェックは、毎朝行うなど決まった時間に行ってください。

● 変異株について

変異とは、生物やウイルスの遺伝子情報が変化することです。

一般的に、ウイルスは流行していく中で少しずつ変異をおこしていきます。この変異したウイルスが変異株です。変異が起こると性質の変化が起こり、感染し易くなる場合があります。

日本では、懸念される変異株の感染者数が増加傾向にあります。各地で変異株の感染者割合が上昇しており、急速に従来株から変異株への置き換わりがおきつつある状況です。

基本的な感染予防策は、変異株であっても、これまでと同様に有効です。市民の皆様の感染予防策へのご協力をお願いいたします。

● ワクチンについて

日本で接種の始まったワクチンはメッセンジャーRNAワクチンという種類のワクチンで、新型コロナウイルス感染症に対する発症予防効果は高く、有効性が認められています。

「引用元:厚生労働省ホームページ」

ワクチンに関する質問・相談窓口



- ① みえ新型コロナウイルスワクチン接種ホットライン
9時~21時(土日・祝日も対応)
059-224-2825
- ② 厚生労働省 新型コロナワクチンコールセンター
9時~21時(土日・祝日も対応)
0120-761770

接種予約に関する窓口ではありません

子育て世代包括支援

センターからのご案内

● 新米ママ教室(要予約)

日 6月16日(水) 13時30分～15時

場 嬉野保健センター

対 生後2か月頃の第1子とママ

内 赤ちゃんの発育・発達・生活等のお話、親子でふれあい遊び、ママ同士の交流

持 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

申 嬉野保健センター

問 48-3812

☎ 48-3812

● 子育て教室(要予約)

親子で手遊びやふれあい遊び、健康のお話をします。実施日の2週間前(祝日の場合はその翌日)から申込を開始します。電話で嬉野保健センターへ。

○ ハートフルベビー

日 7月14日(水) 10時～11時

場 ハートフルみくも保健福祉センター

対 1歳6か月までの乳幼児とその保護者

持 バスタオル

※子育て支援センター出張ひろば「こんにちは赤ちゃん」も兼ねています。

○ ウレピーキッズ

日 6月22日(火) 10時～11時

場 嬉野保健センター



対 1歳児の親子 ○ ウレピーベビー

令和3年4月から、ウレピーベビーを月2回開催しています。内容は2回とも同じになります。より多くの方のご参加をお待ちしています！

日 7月13日(火) 10時～11時

場 嬉野保健センター

対 0歳児の親子

持 バスタオル

● プレイルーム開放(予約不要)

毎週火曜日、嬉野保健センターのプレイルームを開放しています。ぜひ遊びにきてください！

日 毎週火曜日 8時30分～17時

ただし、祝日年末年始、第2・第4火曜日10時～11時と第4火曜日13時30分～14時30分を除きます。

場 嬉野保健センター

問 嬉野保健センター

☎ 48-3812

● 離乳食教室「つくくんコース」(要予約)

離乳食を開始するにあたり、分からないことや困っていることはありませんか？

離乳食の進め方について、

・どんなふうに進めていったらいいの？

・どれくらいの軟らかさや、味つけのものを与



えたらいいの？
など、お話や調理実演を通じて他の参加者の皆さんといっしょに学んでいただく教室です。

同じくらいの月齢のお子さんをもち方との友達づくりの場にもなっています。お気軽にご参加ください。

日 6月30日(水) 10時～11時30分

場 嬉野保健センター

対 6月30日の時点で生後4～6か月の乳児とその保護者

持 母子健康手帳、バスタオル

費 無料

申 嬉野保健センター

問 48-3812

☎ 48-3812

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容等に変更、または中止となる場合があります。ご了承ください。



うきうき講習会

食事による免疫力アップと野菜摂取のポイントを、食生活改善推進員が紹介します。ご参加お待ちしております。

※食生活改善推進員は食を通じて健康づくりのお手伝いをしているボランティアです。

日 ① 6月16日(水) 10時～11時

日 ② 7月7日(水) 10時～11時

場 ハートフルみくも保健福祉センター

内 食生活改善推進員によるミニ講習「実践！食事で免疫力アップ・野菜クイズ」と調理の実演（実演メニュー：バスク風煮込み、

シヤカシヤカサラダ）

持 マスク、筆記用具

定 6名（市内在住の方）

申 電話で嬉野保健センターへ。

※お子様連れも可能ですが、完全託児ではありません。事前にご連絡ください。

◎締め切り：①6月14日（月）

②6月30日（水）

☎ 48-38812

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となる場合があります。ご了承ください。

7月からがん検診・歯周病

検診等が始まります！

対象の方には6月末に「令和3年度 松阪市がん検診・歯周病検診等受診券」を郵送します。受診券が届かない方で、職場等でがん検診・歯周病検診等を受ける機会のない方は受診券を発送しますのでお問合せください。

☎ 嬉野保健センター

48-38812



続けていきますか？節電

6月は「環境月間」、6月5日は「環境の日」です。

これは1972年6月5日、ストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたもので、世界各国でもこの日に環境保全の重要性を認識し、行動のきっかけとするため、様々な行事が行われています。


今年度も三雲振興局ではクールビズ運動・庁舎内照明の一部消灯・パソコン機器の節電・緑のカーテンの設置など、節電・省エネを推進するため、積極的に取り組んでまいります。

また、これから夏を迎え、エアコンなどの電化製品を使う機会が増えてきます。ご家庭でもエアコンの温度は28度を目安とする、打ち水やすだれ、緑のカーテンを利用する、部屋の電気はこまめに消すなど、できることから節電・省エネに取り組みしましょう。



7. プラスチック容器・袋の

出し方について

プラマーク（)がついていれば、素材の硬い、柔らかいにかかわらず、資源物として出していただけます。

中身を使い切って、汚れていれば、水洗いするなどしてきれいに乾燥させ、週1回火曜日「プラスチック容器・袋」の収集日にお出しください。

※汚れの落ちないものは、「燃えるゴミ」の日にお出しください。

☎ 三雲振興局 地域住民課 環境担当

56-79009

松阪市シャフルボード大会

inみくもの延期

令和3年7月4日（日）に開催を予定しておりました「松阪市シャフルボード大会 inみくも」について、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から延期といたします。

開催日程が決まり次第、振興局だよりみくもにてお知らせします。

楽しみにされていた方には申し訳ございませんが、みなさまで力をあわせてこの状況を乗り越え、次のシャフルボード大会では元気な姿でお会いしましょう！

☎ 北部教育事務所

48-38821

延期のお知らせ



ほっとギャラリー 6月の展示

～「松浦武四郎記念館友の会」活動展示～

昨年(令和2年度)の活動の中から、明治13年に武四郎が宿泊した飯南の粥見や飯高の舟戸にある「長野屋」の跡地を訪れた写真、そして2月に新しく修復したエゾヤマザクラの看板の写真など、説明文を交えて三雲振興局にて展示させていただきます。

今年はエゾヤマザクラを移植しており、心配していた花も綺麗に咲き、その写真も展示させていただきますので、ぜひご覧ください。

【期間】6月3日～24日 【問】三雲地域振興課 ☎ 56-7905



子どもたちに

思いやり運転を!

登下校時や放課後に子どもを巻き込む事故が発生しています。

車を運転中に子どもたちを見かけたらスピードを落とすなど注意し、子どもたちを交通事故から守りましょう。

☎ 問 三雲振興局 地域振興課
56-7905



松阪市内交通事故発生状況

令和3年4月30日現在

死者	1人(-4)
負傷者	88人(-15)
人身事故	67件(-17)
物件事故	1,456件(-10)

()内は対前年同期間比

※各数値は暫定値です



☎

42-5527

問

AFFLEC

NPO法人うれしのスポーツクラブ

◎締め切り:6月15日(火)

電話で申し込みしてください。

申

嬉野体育センターに直接申し込みるか、

電話で申し込みしてください。

費

AFFLEC会員は無料

室内シューズ、飲み物

持

非会員は300円

場

嬉野体育センター

日

6月18日(金) 10時開始

シャフルボードの大会を開催します。参加賞もありますのでお気軽にご参加ください(要予約)。

シャフルボード大会

参加者募集

嬉野地域振興局からのお知らせ



嬉野おおきん祭り
マスコットキャラクター
ウレッピー

