

今月のトピックス

6月は環境月間です!



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



子育て世代包括支援

センターからのご案内

● パパママ教室「夫婦で協力編」(要予約)

パパのための妊娠・出産・育児講座を開催します! マタニティストレッチやマッサージュの紹介も行います。パパとママと一緒に参加ください。

日 6月25日(土) 9時30分~11時

場 嬉野保健センター

対 妊娠中のママとパパ

内 パパのための妊娠・出産・育児講座、マタニティストレッチとマッサージュ体験

持 母子健康手帳、筆記用具

申 WEB(左記QRコード)かお電話で嬉野保健センターへ



● 子育て教室(要予約)

○ ウレッピーキッズ

日 6月28日(火) 10時~11時

場 嬉野保健センター

対 1歳児の親子

内 親子でリズム遊びやふれあい遊び、健康のお話(こどもの歯)



○ ウレッピーベビー

日 7月12日(火) 10時~11時

場 嬉野保健センター

対 0歳児の親子

内 手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(熱中症予防)

持 バスタオル

○ ハートフルベビー

日 7月13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保護者

内 手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(夏の健康管理)

持 バスタオル

申 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。

● 乳幼児健康相談(要予約)

日 ① 6月17日(金) (育児相談のみ)

② 7月1日(金)

③ 7月11日(月)

【時間】 9時30分~11時30分

場 ① ② 嬉野保健センター

③ ハートフルみくも保健福祉センター

持 母子健康手帳、バスタオル(立って計測できるお子さまは不要)



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3年度)の活動の中から、「第7回松阪の偉人たち展」に参加した時の様子の写真、武四郎講座や拓本体験会・作品展の様子の写真、そしてエゾヤマザクラの写真など、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。

移植後のエゾヤマザクラの経過について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1日～30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4年4月30日現在

死者	1人(0)
負傷者	107人(+19)
人身事故	87件(+20)
物件事故	1,389件(+9)

()内は対前年同期間比

※各数値は暫定値です



スカットボール大会

参加者募集(要予約)

スカットボールとはマットの上にスカット台を乗せ、ボールをスタートラインからスティックで打って、スカット台の得点穴に入れる競技です。参加賞もありますのでお気軽にご参加ください。

📅 6月17日(金) 10時～

📍 嬉野体育センター

📄 費場日 AFLEC会員は無料

👤 持 非会員は300円

📄 申 室内シューズ、飲み物

📄 嬉野体育センターに直接申し込み、電話で申し込みしてください。

📄 締め切り: 6月14日(火)

📄 NPO法人うれしのスポーツクラブ

📄 AFLEC

☎ 42-5527

嬉野地域振興局からのお知らせ



嬉野おきん祭り
マスコットキャラクター
ウレッピー



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4年度 松阪市
がん検診・歯周病検診等受診券」を郵送してい
ます。

日 医療機関で受ける個別検診は7月から、検
診車等でつける集団検診は8月から始まり
ます。

● 集団検診の申込み

電話受付は7月20日(水)8時30分から開始。
インターネット受付は7月11日(月)8時から開始。
7月20日(水)は、電話が大変混雑すること
が予想されますのでご了承ください。詳しくは、
受診券に同封されるちらしをご覧ください。
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。

悪天候時または新型コロナウイルス感染症
の地域感染状況により中止や延期となる場合
があります。

インターネット受付は下記QRコードか、「松
阪市 がん検診」と検索してご予約ください。



問 嬉野保健センター

48-38812

続けていますか? 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。

三雲振興局では、今年度もクールビズ運動・庁
舎内照明の一部消灯・パソコン機器などの節電・
緑のカーテンの設置など、節電・省エネを推進す
るため、様々なことに取り組んでまいります。

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度を目安にする、打ち水やすだれ、緑の
カーテンなどを利用する、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
組みましょう。



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、汚れていけば水洗いするな
どしてきれいにして乾燥させて週1回火曜日の
「プラスチック容器・袋」の収集日に出してくだ
さい。

※汚れの落ちないもの、又はプラマークのついて
いないものは「燃えるゴミ」の日にお出しくだ
さい。

問 三雲振興局 地域住民課 環境担当
56-7909



● プレイルーム開放(予約不要)

左記の通り、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！

① 嬉野保健センター

毎週火曜日(8時30分〜17時)

※ただし、祝日年末年始、第2・4火曜日10時〜11時を除きます。

② ハートフルみくも保健福祉センター

毎週月〜土曜日(8時30分〜17時)

※ただし、祝日年末年始を除きます。



● 離乳食教室「こっくんコース」(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？

・どれくらいの手間かかさや、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。

同じくくら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。

① 6月24日(金) 10時〜11時30分

場 嬉野保健センター

対 6月24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

申問

WEB(左記QRコードまたは松阪市HPから)

か電話で嬉野保健センターへお申し込みください。

※子育て教室の申込みは、実施日の2週間前(祝日の場合はその翌日)から受付しています。

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た健康づくりのお手伝いをしているボランティアです。

① 6月30日(木) 10時〜11時

場 ② 7月6日(水) 10時〜11時

内 ハートフルみくも保健福祉センター

食生活改善推進員によるミニ講習「免疫力を高める食事」と夏野菜クイズ、「手作りナン・バターチキンカレー」の実演

持 マスク、筆記用具

定 6名(市内在住の方)

申問 WEB(左記QRコード)かお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。事前にお知らせください

◎締め切り：①6月23日(木)

②6月29日(水)

48-3812

48-3812



※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

