

広報

# まつさか



Public Information

## MATSUSAKA

※藍の縞模様は、伝統工芸品の「松阪木綿」柄です。

vol. 213

2022 9月号

September

2022年12月18日(日)号砲!




みえ松阪マラソン2022  
MIE MATSUSAKA MARATHON



MATSUSAKA KAHADA ELEVEN  
まつさか香肌イレブン<sup>11</sup>



第61回  
**氏郷まつり武者行列  
参加者募集!**

- とき／11月3日(木・祝)
- ところ／松坂城跡及び中心市街地
- 募集役柄／蒲生氏郷公、冬姫、少年少女武者、武者(鉄砲隊、槍隊ほか)
- 参加費／無料(第60回記念グッズをプレゼント)
- 対象／健康で、約4キロのコースを完歩できる方
- ・少年少女武者:小学5、6年生(約45人程度)
- ・蒲生氏郷公、冬姫、武者行列:中学生以上
- ※蒲生氏郷公は重さ3キロの兜をかぶって乗馬可能な方。
- 申込方法／9月16日(金)午後5時までに  
申込みフォーム、応募用紙に必要事項を記入して郵送または直接観光交流課へ。
- ※蒲生氏郷公、冬姫希望の方は、  
自己PR文と写真を添付してください。  申込みフォーム
- ※応募用紙は観光交流課にあります。  
市ホームページからもダウンロードできます。
- ※各役柄応募者多数の場合は抽選となる場合があります。
- ※新型コロナウイルス感染拡大の状況等により、お祭りを中止または、内容の一部を変更する場合があります。

**【問・申】 観光交流課 ☎53-4406**  
〒515-8515殿町1340番地1

**お知らせ**

掲載内容は「新型コロナウイルス感染対策等」により、予告なく変更になる場合があります。また、イベントなどでは、「新しい生活様式」を取り入れた感染防止対策をお願いします。

C O N T E N T S

02 第61回 氏郷まつり武者行列参加者募集!

03 毎日元気! 続けよう健康づくり! **秋の健康講座特集**

04 新型コロナワクチン接種のお知らせ

06 **特集** まつさか香肌イレブン  
MATSUSAKA KAHADA ELEVEN

10 **子育て世代のみなさんへ**

12 **まつさか情報広場**  
12 お知らせ 19 募集  
17 教育・講座 22 催し・イベント



24 **9月20日～26日は動物愛護週間**

25 **もっと知って 住民自治協議会 #42**

26 図書館・天文教室・松阪競輪場発売日程

27 松阪農業公園ベルファーム便り  
文化財センター催し物案内

28 **市長コラム** **松阪を旅**してみませんか?  
第3弾 コロナに負けるな! 松阪みんなの商品券を販売中!

29 **第86回** 高齢者の暮らしを考える

30 **まちのできごと**

32 市民の掲示板 **MA-TSU-SA-KA** コミュニティ

34 健康講座・健康相談／10月の市民相談

36 **HAPPY BIRTHDAY** ～9月で1歳になったよ～

※本紙の掲載内容は令和4年8月17日時点のものです。



毎日元気! 続けよう健康づくり!

# 秋の健康講座特集



コロナに負けない健康づくり

## 免疫力を高める食事と運動♪ 松阪版ラジオ体操講座



感染症に負けない元気な身体づくりのための、食生活のお話と、運動効果が高まる「みんなの体操・ラジオ体操第一」の正しい動きやポイントをお伝えします。

- とき/10月15日(土)午前10時~11時半  
(受付:9時45分から)
- ところ/健康センターはるる(春日町)
- 内容/講話「免疫力を高める食事」野菜充足度測定、ラジオ体操の講習
- 講師/管理栄養士・全国ラジオ体操連盟公認1級ラジオ体操指導士(市保健師)
- 持ち物/筆記用具、飲み物、動きやすい服装、室内用運動靴
- 対象/市内在住の20歳以上の方
- 定員/先着25人(参加費無料)
- 申込方法/9月8日(木)~10月12日(水)に  
右記QRコードまたは、電話よりお申し込みください。



【問・申】健康センターはるる ☎20-8087



## ワークセンター松阪 一日体験講座 夏バテにセルフ・リンパ・ケア講座

- とき/9月25日(日)午前10時~11時
- ところ/ワークセンター松阪(上川町)
- 講師/駒田奈緒子さん
- 対象/市内に在勤または在住の勤労者
- 定員/先着20人
- 受講料/330円(飲物、傷害保険料を含む)
- 申込方法/9月15日(木)午後7時受付開始<午後8時半まで>。本人が、直接ワークセンター松阪へ。電話、代理の方による申込不可。

※16日以降の受付は午前9時~午後8時半  
(日、月曜、20日(火)は午後4時半まで)

【問】ワークセンター松阪 ☎29-6510



はるる健康セミナー食事編

## 「今日からできる おいしお生活」

- とき/10月21日(金)午前10時~11時半
- ところ/健康センターはるる(春日町)
- 内容/講話「からだにやさしい おいしい味付けのヒミツ」、ミニ調理実習と試食(鶏肉のマーマレード炒め 他)
- 対象/市内在住の20~64歳の方
- 定員/先着15人(参加費無料)
- 持ち物/エプロン、三角巾、筆記用具、はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)
- 申込方法/9月8日(木)~10月20日(木)に電話またはQRコードより健康センターはるるへ。



【問・申】健康センターはるる ☎20-8087



はるる健康セミナー

## ちょいとれ~いきいき青壮年期向け~

忙しい方や運動の苦手な方でも簡単に自宅で行える、運動の実習を行います。

- とき/10月11日(火)午前10時~11時  
(受付:午前9時半から)
- ところ/健康センターはるる(春日町)
- 対象/市内在住の40~64歳の方
- 定員/先着20人(参加費無料)
- 持ち物/飲み物、タオル、筆記用具、運動しやすい服装、室内用運動靴、はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)
- 申込方法/9月8日(木)から電話またはWEBで健康センターはるるへ。



【問・申】健康センターはるる ☎20-8087

# 新型コロナワクチン 接種のお知らせ



## 医療従事者等及び高齢者施設等の従事者の4回目接種券について

4回目接種の対象者が拡大されました。  
医療従事者等及び高齢者施設等の従事者の方で、  
接種券が必要な方は申請してください。



専用申請フォーム



### 4回目接種対象

3回目接種から5か月が経過した

- ①60歳以上の方
- ②18～59歳で基礎疾患等を有する方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方

拡大

- ③18～59歳で医療従事者等及び高齢者施設等の従事者

## オミクロン株対応ワクチンについて

新型コロナウイルスのオミクロン株と従来株に対応した「オミクロン株対応ワクチン」を使用した追加接種の準備を進めています。対象者には10月下旬以降、順次接種券等を発送する予定です。今後国から情報が入り次第、市ホームページ等でお知らせします。

## 接種証明書（ワクチンパスポート）のコンビニ交付が始まりました

マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアで新型コロナワクチン接種証明書を受け取れる便利な「コンビニ交付サービス」が始まりました。

店舗展開地域	店舗名
全国	株式会社セブン-イレブン・ジャパン
北海道・茨城県・埼玉県	株式会社セイコーマート
北海道	株式会社ハセガワストア、株式会社タイエー、株式会社道南ラルズ（港町店のみ）

### ●利用できる方／

国内用…マイナンバーカードをお持ちの方

海外用…マイナンバーカードおよびパスポートをお持ちの方で、令和4年7月21日以降に新型コロナワクチン接種証明書アプリまたは市町村窓口などで海外用の接種証明書を取得した方（その時と旅券番号が同じであること）

### ●必要なもの／マイナンバーカード（4桁の暗証番号）

### ●発行料／証明書1通当たり120円

※印刷不良の場合を除き、発行後の返金には対応できません。

### ●利用期間／午前6時半～午後11時まで（年中無休。ただし、故障対応を含むメンテナンス時間は除く）

※申請先の市町村やコンビニエンスストア等各店舗が、サービスの利用ができるかどうか、事前にご確認ください。



※この内容は8月17日（水）時点の情報となるため、大きく変更する場合があります。

※最新情報は市ホームページをご確認ください。

新型コロナワクチン接種に関するお問い合わせは  
右記コールセンターへお願いします。

0120-53-5670

月曜～金曜日 / 午前9時～午後8時（祝日を除く）  
日曜日 / 午前9時～午後5時

# 新型コロナワクチン接種証明書アプリを使ってみよう!

## 準備するもの

- 📱 スマートフォン (マイナンバーカードの読み取り可能機種)
- 👤 マイナンバーカード (4桁の暗証番号)



## まずはアプリをダウンロード

iphone  
App Store



Android  
Google Play



よくある質問  
(デジタル庁)



## アプリを開いて操作しながらご覧ください

①発行の開始

②用途の選択

③暗証番号入力

④マイナンバーカード読み取り

アプリを最新バージョンに更新してお試しください。

**日本国内用が海外用のどちらを発行するかを選択します。**

**マイナンバーカード受取時に設定した4桁の暗証番号を入力します。3回間違えるとロックされるのでご注意ください。**

**スマートフォンにマイナンバーカードを密着させて読み取ります。※機種ごとに読み取り位置が違います。**

⑤パスポートの読み取り

⑥市区町村選択

⑦接種記録の確認・発行

(海外用の場合のみ)

**パスポートの顔写真があるページを撮影します。**

**接種時に住民票があった市区町村を選択してください。**

- ・発行された証明書はアプリを開けば画面に表示させることができます。
- ・スマートフォン内に接種証明書を画像保存できるようになりました。印刷して利用することもできます。(すでにアプリをダウンロードしている場合はアプリのアップデートの後に再発行が必要です)



# まつさか香肌 イレブン<sup>11</sup>

MATSUSAKA  
KAHADA  
ELEVEN

飯南・飯高地域にある香肌峡の周囲は、  
1,000mから1,400mクラスの稜線に囲まれています。  
この山々から松阪市が11座を選び  
「まつさか香肌イレブン」と名付け様々な取り組みを行っています。  
この取り組みにより、松阪市側からの登山者数は約4.8倍増え、  
登山人気が高まっています。  
今回はその「まつさか香肌イレブン」の魅力や  
とっても楽しいイベントなどをご紹介します。



# まつさか香肌イレブンの魅力!



## <魅力その1：豊富な登山コース>

山から山へ歩く縦走ルートが特徴で、  
登山上級者の登山意欲を掻き立てます。

## <魅力その2：登りながらステップアップ>

低山から三重県単独最高峰の山までが揃い、  
自分のペースでステップアップできます。

## <魅力その3：天然温泉でさっぱり>

三重県下唯一の「日帰り天然温泉施設のある  
道の駅 飯高駅」で登山の汗を流せます。



三重県単独最高峰  
檜塚奥峰1420m



低山は初心者にぴったり  
鳥岳545m



疲れた体を癒せる  
飯高駅



# 登山地図アプリ「YAMAP」

国内シェアNo.1の登山地図アプリ「YAMAP」(300万ダウンロード突破)に  
まつさか香肌イレブンのデジタルバッジが登場しました。

## YAMAP(ヤマップ)とは?

電波が届かない登山でも  
GPS機能を使用しながら現在地の把握が出来る  
スマートフォンアプリです。

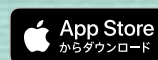
## デジタルバッジを獲得するには?

YAMAPを起動して、  
まつさか香肌イレブンの山頂付近50m以内を  
通過することでデジタルバッジを獲得できます。



まつさか香肌イレブンの  
デジタルバッジ

YAMAPアプリの  
ダウンロードはこちらから



## ゴールドバッジキャンペーン

「YAMAP」を使って、まつさか香肌イレブンを完全制覇した皆さんに「ゴールドピンバッジ」をプレゼント。昨年、人気となった「初級制覇でピンバッジをゲット!」をグレードアップしたこの企画! 皆さんぜひ、この機会に登山をしてみませんか?



キャンペーン詳細



● 開催期間／9月1日から先着250人



1座でも登ると白黒表示のデジタルバッジをゲット!



11座完全制覇でカラー表示のデジタルバッジをゲット!



デジタルバッジがカラー表示になると...  
ゴールドバッジ(実物)をゲット!!!



## まつさか香肌イレブングッズの配布

まつさか香肌イレブン車両用ステッカーを配布します。

- 配布期間／9月1日~1,500枚(数量限定)
- 配布場所／道の駅飯高駅「案内事務所」、道の駅茶倉駅
- 配布方法／道の駅で「YAMAP」のマイページを掲示



## まつさか香肌イレブングッズの販売

株式会社飯高駅の協力のもと、まつさか香肌イレブンの商品を開発。道の駅飯高駅で販売しています。

■ まつさか香肌イレブン 缶バッジ(11種類) 各200円



## 【予定】まつさか香肌イレブン第9座「迷岳」山登りを開催

10月30日(日)に市主催の山登りイベント「迷岳」山登りを開催予定です。

9月下旬から参加者の募集を予定しています。詳細が決まり次第、市ホームページなどに掲載します。

※NPO法人 i sierraが登山ガイドとして同行し、安全に登山を行うイベントです。



# 香肌イレブンの11座の山を紹介



## ③ 三峰山

みうねやま  
1235.2m

初級

日本三百名山、関西百名山のひとつ。山頂下の「八丁平」は開放感があり、春はシロヤシオ、冬は霧氷と季節ごとの絶景が展開。



## ② 栗ノ木岳

くりのきたけ  
1066m

中級

山頂付近に群生するシャクナゲ(5月中)が魅力の山。9月～11月は紅葉が楽しめる。山頂から少し東に進むと展望が開けている。



## ① 局ヶ岳

つばねがたけ  
1028.7m

初級

関西百名山、伊勢三山のひとつ。山容が鋭いことから「伊勢の槍ヶ岳」とも呼ばれている。山頂は、360度の眺望が楽しめる。



## ⑥ 明神岳

みょうじんだけ  
1432m

中級

関西百名山のひとつ。明神岳より30分ほどの距離に、「明神平」があり美しい草原が広がっている。



## ⑤ 木梶山

きかじやま  
1230.4m

中級

ヘイベイ平からの展望が魅力の山。アカゾレ山の南側にアカゾレ池と呼ばれるハート型の池があり、撮影スポットとして人気。



## ④ 高見山

たかみやま  
1248.4m

初級

日本三百名山、関西百名山のひとつ。「関西のmatterhorn」とも呼ばれている。冬場の霧氷は圧巻の光景で、高い人気がある。



## ⑨ 迷岳

まよいだけ  
1308.7m

上級

関西百名山のひとつ。山頂稜線が入り組み迷いやすいことが、名前の由来。山頂には、ブナ林に囲まれた広いスペースがある。



## ⑧ 池木屋山

いけごやま  
1395.9m

上級

関西百名山のひとつ。登山ルートが稜線や霧降山付近の風景が魅力。※高滝を超えるルートは大変危険なため単独での登山は控えてください。



## ⑦ 檜塚

ひのきづか  
1402.2m

中級

関西百名山のひとつ。檜塚山頂より20分ほどの距離にある「檜塚奥峰」は、三重県単独最高峰である。

【問】 飯南地域振興局  
地域振興課  
☎32-2511



## ⑪ 白猪山

しらいさん  
819.4m

初級

伊勢三山のひとつ。登山コースが豊富。ふもとは日本棚田百選「深野だんだん田」があり、周辺の見どころも楽しめる。



## ⑩ 烏岳

からすだけ  
545m

初級

まつさか香肌イレブンの中で一番低い山。登山道も安全で、登山を始めたい方におすすめの山。頂上からの眺望が素晴らしい。

仕事や家事で忙しく、ゆっくり広報を読む時間がない

# 子育て世代のみなさんへ

子育て世代の方もこれだけは要チェック!という記事をまとめました。

## 保育園・認定こども園(2・3号認定)・小規模保育事業施設を申し込まれる方

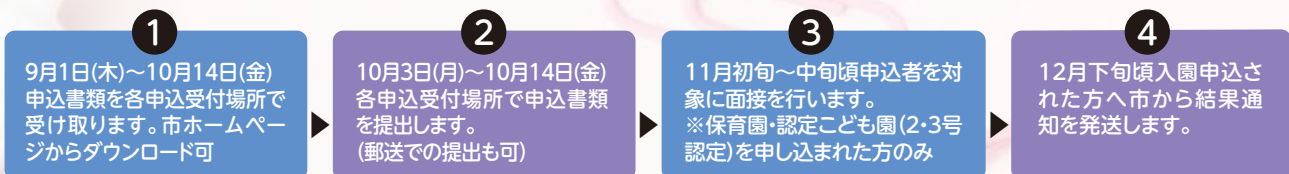
- 入園資格／市内に住所があり、0歳～5歳(平成29年4月2日生まれ～申し込み時点で出生届等の手続きが済んでいる子ども)で、保護者が仕事や病気等の理由により家庭での保育が困難な子ども
  - 申込受付／第一希望の保育園、認定こども園、小規模保育事業施設、こども未来課、各地域振興局地域住民課
  - 入園の決定／「松阪市保育園等入園基準」に基づき調整の上、決定することから希望園に入園できない場合があります。**先着順ではありません。**
  - 利用者負担額(保育料)／私立・公立いずれを利用されても同額です。  
3歳児クラスから5歳児クラスについては、無料です。  
0歳児クラスから2歳児クラスについては、保護者等の税額等により決定します。
  - その他費用／3歳児クラスから5歳児クラスの給食費(主食費・副食材料費)については、実費負担です。  
0歳児クラスから2歳児クラスの給食費については、保育料に含まれています。  
保育用品等の費用については、別途必要となります。
- ※保育料及び副食材料費免除の有無等の詳細については、令和4年9月1日から配布予定(市ホームページで公開予定)の令和5年度入園案内の内容を確認ください。
- 保育時間／保育標準時間(就労時間月120時間以上等):午前7時(または午前7時半)～午後6時  
保育短時間(就労時間月64時間以上120時間未満等):午前8時半～午後4時半
  - 特別保育／別途費用が必要です。
    - ・延長保育(午後6時～午後7時)は、全私立保育園、及び第一保育園で実施
    - ・超延長保育(午後6時～午後9時)は、春日保育園で実施
    - ・休日保育(日曜、祝日等の午前8時～午後6時)は、春日保育園で一括実施
  - 特別な支援を必要とする子どもの入園手続き／入園申込書のほか、別途書類が必要となります。  
申請前に予めこども未来課へご相談ください。



## 幼稚園・認定こども園(1号認定)を申し込まれる方

- 入園資格／市内に住所があり、平成29年4月2日～令和2年4月1日の間に生まれた子ども
- 申込受付／入園希望の幼稚園、認定こども園、こども未来課、各振興局地域住民課  
※こども未来課、各振興局地域住民課で申し込まれた場合は、保護者と子どもで入園希望の幼稚園・認定こども園を訪問していただきます。(簡単な聞き取りをさせていただきます。)
- 入園の決定／応募人数が定員数を超えた場合、抽選により決定します。**第一次募集は先着順ではありません。**
- 利用者負担額(保育料)／無料です。
- その他費用／給食費、教材費等が必要です。
- 保育時間／午前8時半～午後2時(土、日、祝日を除く。ほかに夏季・冬季・春季等の休業日があります。)
- 預かり保育／預かり保育(午後2時～午後4時半)は、鎌田・伊勢寺・松尾・射和・豊地・中原幼稚園、三雲北・三雲南・中川・豊田こども園で実施。別途費用が必要です。※利用には条件があります。  
※新入園児における預かり保育は、園児が園生活に慣れてからの実施となります。(入園後1か月が目安)
- 特別な支援を必要とする子どもの入園手続き／事前に入園希望の園、または、こども未来課へご相談ください。

## 第一次募集申込の流れ



第二次募集以降は「令和5年度入園案内」をご覧ください。

【問】 こども未来課 ☎53-4083

各振興局住民課 嬉野 ☎48-3809 三雲 ☎56-7910 飯南 ☎32-2922 飯高 ☎46-7112

# 令和5年度 保育園・幼稚園・認定こども園等の入園児を募集!

申込期間: 第一次募集 10月3日(月)～14日(金) 午前8時半～午後5時15分(土・日・祝日を除く)  
 申込書類は各申込受付場所で、9月1日(木)から配布します。

## 令和5年度 公立保育園・公立幼稚園・認定こども園等一覧

公立保育園				公立幼稚園				預かり保育
対象(令和5年4月1日時点満年齢)				対象(令和5年4月1日時点満年齢)				
第一保育園	殿町	☎53-4482	0～5歳児	鎌田幼稚園	鎌田町	☎52-0168	3～5歳児	○
第二保育園	泉町	☎21-1449	0～5歳児	伊勢寺幼稚園	伊勢寺町	☎58-0124	3～5歳児	○
白鳩保育園	京町一区	☎51-1553	0～5歳児	阿坂幼稚園	小阿坂町	☎58-0215	3～5歳児	—
東保育園	東町	☎51-6016	0～5歳児	港幼稚園	荒木町	☎51-8610	3～5歳児	—
西保育園	船江町	☎21-1959	0～5歳児	西黒部幼稚園	西黒部町	☎51-6862	3～5歳児	—
大河内保育園	矢津町	☎36-0031	0～5歳児	てい水幼稚園	豊原町	☎28-4853	3～5歳児	—
春日保育園	春日町	☎21-6842	0～5歳児	花岡幼稚園	大黒田町	☎21-3942	3～5歳児	—
つばな保育園	茅原町	☎34-1006	0～5歳児	松尾幼稚園	丹生寺町	☎58-2484	3～5歳児	○
花岡保育園※1	小黒田町	☎23-1036	0～5歳児	射和幼稚園	庄町	☎29-2131	3～5歳児	○
みなみ保育園※2	小片野町	☎34-0083	0～5歳児	大石幼稚園※2	大石町	☎34-0017	3～5歳児	—
若草保育園※1	大黒田町	☎26-6875	0～5歳児	松江幼稚園	川井町	☎21-6147	3～5歳児	—
三郷保育園	若葉町	☎51-3939	0～5歳児	山室幼稚園	山室町	☎29-6015	3～5歳児	—
駅部田保育園	駅部田町	☎23-8575	0～5歳児	豊地幼稚園	嬉野下之庄町	☎42-4969	3～5歳児	○
私立保育園				公立認定こども園				預かり保育
対象(令和5年4月1日時点満年齢)				対象(令和5年4月1日時点満年齢)				
松阪仏教愛護園	愛宕町	☎21-1443	0～5歳児	中川こども園	嬉野中川町	☎42-3040	3～5歳児	○
若葉保育園	松ヶ島町	☎51-0808	0～5歳児	豊田こども園	嬉野川北町	☎42-4373	0～5歳児	○
みどり保育園	川井町	☎23-5697	0～5歳児	三雲北こども園	肥留町	☎56-3305	0～5歳児	○
つくし保育園	大塚町	☎51-7624	0～5歳児	三雲南こども園	小津町	☎56-2524	0～5歳児	○
神戸保育園	下村町	☎29-2304	0～5歳児	飯南ひまわりこども園	飯南町横野	☎32-3688	0～5歳児	—
久保保育園	久保町	☎29-1496	0～5歳児	飯南たんぼぼこども園	飯南町粥見	☎32-4349	0～5歳児	—
さくら保育園	大足町	☎23-6900	0～5歳児	やまなみこども園	飯高町宮前	☎46-0056	0～5歳児	—
つくし第二保育園	櫛田町	☎28-4916	0～5歳児	小規模保育事業施設				対象(令和5年4月1日時点満年齢)
山室山保育園	光町	☎23-7534	0～5歳児	こだま小規模保育事業所	嬉野須賀領町	☎42-7204	0～2歳児	公立
わかすぎ第二保育園	立野町	☎26-5188	0～5歳児	ちいさな保育園	駅部田町	☎67-4404	0～2歳児	私立
つばみ保育園	久保町	☎29-5567	0～5歳児					
ひまわり保育園	上川町	☎28-4711	0～5歳児					
松阪清泉愛育園※3	大黒田町	☎30-8220	0～5歳児					
わかすぎ保育園	嬉野中川町	☎42-5510	0～5歳児					
嬉野保育園	嬉野上野町	☎48-0300	0～5歳児					
わかすぎ第三保育園	甚目町	☎20-8255	0～5歳児					

- ※1 花岡保育園・若草保育園については、令和7年3月に閉園いたします。  
令和5年4月入園については、新規入園申込は受け付けません。  
(※在園児童の兄弟等は除きます)。
- ※2 みなみ保育園・大石幼稚園は、「認定こども園」として統合をめざしています。
- ※3 松阪清泉愛育園については、建設中のため園での配布・受付はできません。
- 見学については園へ直接お問合せください。



### 【教育・保育給付の認定】

教育・保育給付認定区分	対象年齢	保育の必要性	利用できる施設
1号認定	満3歳以上	なし (父母のいずれかが保育可能な場合等)	幼稚園 認定こども園
2号認定	満3歳以上	あり (父母のいずれも就労している等)	保育園 認定こども園
3号認定	0～2歳	あり (父母のいずれも就労している等)	保育園 認定こども園 小規模保育事業施設

# まつさか情報広場



各種問い合わせ、申し込みは、業務時間内【平日の午前8時半～午後5時15分（平日の休館日が設けられている施設については休館日以外の日）】にお願いします。

人口と世帯数(令和4年7月1日現在)		※( )内は前月比	
人口	159,776人(-156人)	男	76,943人(-71人)
世帯数	74,451世帯(-48世帯)	女	82,833人(-85人)

## 「キッズコーナー」を開設

市役所1階こども未来課に「キッズコーナー」を開設しました。こども未来課に来課されるお子さま連れの保護者の方などが安心して、スムーズに手続きをしていただくとともに、お子さまが楽しく過ごせるようになっております。ぜひご活用ください。

- ところ／市役所1階こども未来課(殿町)
- 【問】 こども未来課 ☎53-4083



## 9月は健康増進普及月間

新型コロナウイルス感染症拡大防止の為に新しい生活様式の中でも、市民の皆さんが健康づくりに取り組んで頂けるように、動画を作成しています。どこでも気軽に「withコロナ～動画で健康づくり～」をはじめよう!

- 配信動画／
  - ・医師による「健康講座(糖尿病・大腸がん・生活習慣予防など)」
  - ・市民の皆さん参加による「ラジオ体操」
  - ・管理栄養士による「ヘルシーメニュー」
  - ・健康運動指導士が監修する「おうちで簡単にできるエクササイズ」 など



松阪市 動画で健康づくり



【問】 健康づくり課 ☎20-8087



## 定期予防接種のお知らせ

### ■MR(麻しん・風しん混合)予防接種について

麻しん(はしか)は、感染力が強く、飛沫・接触だけではなく空気感染もあり、予防接種を受けないと、多くの人がかかり、流行する可能性があります。1,000人に2人は脳炎を起こすことがあります。

- 対象／市内に住民登録がある方
  - 第1期:生後12か月以上24か月未満の幼児
  - 第2期:5歳以上7歳未満の方であって、小学校入学前の1年間の幼児(平成28年4月2日～平成29年4月1日生)
- 期日／第1期は生後24か月前日まで、第2期は令和5年3月31日まで
- 費用／無料

### ■ジフテリア・破傷風の二種混合(DT)予防接種について

乳幼児期に接種した、ジフテリア・百日せき・破傷風の三種混合(DPT)もしくは、二種混合(DT)1期の追加接種です。

- 対象／市内に住民登録がある11歳以上13歳未満の方
- ※標準的な接種年齢:小学6年生の方(平成22年4月2日～平成23年4月1日生)
- 期日／13歳の誕生日の前日まで
- 費用／無料

【問】 健康センターはるる ☎20-8087  
 嬉野保健センター ☎48-3812  
 飯南振興局地域住民課 ☎32-8020  
 飯高振興局地域住民課 ☎46-7112

## 10月はピンクリボン月間

ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝えるシンボルです。

### 《乳がんマンモグラフィ日曜検診》

市内医療機関の協力を得て、日曜日に乳がんマンモグラフィ(視触診は希望者のみ)検診を実施します。



実施医療機関	済生会松阪総合病院 健診センター あさひ	桜木記念病院	松阪市健診センター ぴーす(市民病院)	松阪中央総合病院
と き	10月16日(日)			
対 象 者	女性の方			
定員(要予約)	50人	20人	30人	30人
検診時間	7:30~12:00	11:30~13:30	8:30~10:30	9:00~12:00
検診料金	<ul style="list-style-type: none"> <li>無料クーポン券対象者:(昭和56年4月2日~昭和57年4月1日生の女性):無料</li> <li>松阪市がん検診受診券利用者:1,400円 ※生活保護世帯・40歳以上の非課税世帯は無料</li> <li>上記以外:3,000円</li> </ul>			
問い合わせ・申込先	☎52-6052	☎21-5522	☎23-7563	☎21-5252

【問】 健康センターはるる ☎20-8087

## 75才からのお口の健康チェック (歯科健康診査)を実施

対象の方へ8月下旬に受診票等を後期高齢者医療広域連合から郵送しました。歯科医療機関へ事前に予約を入れてから受診してください。

※実施医療機関については、受診票に同封してある一覧表をご覧ください。

●対象/令和4年3月31日時点で75歳、77歳および80歳の被保険者

【問】 三重県後期高齢者医療広域連合事業課  
☎059-221-6884  
保険年金課高齢者保険係 ☎53-4068

## 9月10日は下水道の日

下水道は、まちをきれいにするだけでなく、川や海の汚れを防ぎ環境を保全するという大きな役割があります。快適で衛生的な住みよいまちにするためにも、供用が開始されている区域の皆様は下水道への早期接続をお願い致します。

※供用開始の日から3年以内に行う接続工事(排水設備工事)には「一人親、高齢者、障がい者世帯に対する水洗化補助金制度」や「融資あっせん制度」があります。水洗化補助金制度については、補助金額30万円以内、融資あっせん制度については、融資あっせん額90万円以内で実質無利息となります。詳しくは下記までお問い合わせください。

【問】 下水道建設課 ☎53-4132

## 9月24日~30日は結核予防週間!

~65歳以上の方は早期発見のため

結核検診(肺がん検診)を受けましょう~

結核は昔の病気だと思いませんか?現在、新たに結核と診断される方の4割は、80歳以上の方です。結核の早期発見は、本人の重症化を防ぐためだけでなく、大切な家族や職場等への感染拡大を防ぐためにも重要です。65歳以上の方は、肺がん検診に結核検診も兼ねています。今年度、結核検診(肺がん検診)を受診されていない方は、早めに受診しましょう。

【問】 健康センターはるる ☎20-8087  
嬉野保健センター ☎48-3812  
飯南振興局地域住民課 ☎32-8020  
飯高振興局地域住民課 ☎46-7112

## 就業構造基本調査を実施

就業・不就業の実態を調べ、雇用政策や経済政策に役立てることを目的としています。

- 調査期日/10月1日現在
- 調査対象/総務大臣に選定された調査区域にお住まいの15歳以上の世帯員
- 調査方法/9月中に調査の対象となったご家庭に統計調査員がお伺いし、調査票の配布を行います。回答方法は、インターネットで回答する方法・紙の調査票を郵送または、調査員に提出する方法があります。

【問】 経営企画課 ☎53-4314



## 台風対策はしていますか？

強風によりビニールや畑の表面を覆うマルチ、看板が飛来すると電柱や電線に引っかかり、停電の原因となりますので、台風接近前に対策をしましょう。



市内の停電情報は中部電力パワーグリッドサイト (<https://teiden.chuden.jp/p/office/320.html>) または、下記アプリからご確認いただけます。  
※利用可能なバージョンはiOS10以上、Android™ 6.0以上です。



**防災みえ.jp**  
([https://www.bosaimie.jp/X\\_MIE\\_PUB\\_VF\\_index](https://www.bosaimie.jp/X_MIE_PUB_VF_index))  
雨量や河川の水位、気象情報を確認することができます。また、防災みえ.jpでは気象・地震観測情報(警報・注意報など)をリアルタイムでメール配信サービスも行っています。(登録が必要)  
【問】 防災対策課 ☎53-4313



## 9月10日～16日は自殺予防週間!

9月10日は世界自殺予防デーです。自殺対策基本法において、9月10日からの1週間を自殺予防週間と定めています。松阪市では、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、啓発活動に取り組んでいます。

### 《自殺対策に関するパネル展》

- とき／9月1日(木)～16日(金)
- ところ／市役所1階ロビー(殿町)

### 《雇用・生活・こころと法律の合同相談会》

- とき／9月26日(月)受付時間:午後1時～午後4時
  - ところ／産業振興センター2階(本町)
  - 内容／健康、こころ、人権、借金問題、成年後見、法律、就職、介護、いじめ、生活困窮者の相談
  - 対象／市内在住の方(参加費無料、事前申込不要)
- ※法律相談は、1件30分程度です。  
【問】 人権・多様性社会課 ☎53-4017

## 「みんなでできる、身近な流域治水」

「流域治水」の取組は行政だけが行うものではなく、市民の皆さま一人ひとりのちょっとした心がけが「流域治水」につながります。浸水被害の軽減を図るため「みんなでできる、身近な流域治水」の取り組みにご協力をお願いします。

### ●流域治水の取組例／

庭の土や植物も役立つ	庭に土や植物があると降った雨水が一度に流れず、自然に地面にしみ込んでいきます。
雨水を貯めて庭の水まき	雨どいから流れ落ちる水をバケツに貯めておくと、晴れてから庭木や花の水やりなどに利用できます。
庭にある池にも役割があります	庭にある池にも、雨水をいったん貯める役割を持っています。
大雨の時はお風呂の水を流すのはちょっと待って	特に大雨の時は、お風呂の水を流すのをちょっと待って、貯めておくのも工夫のひとつです。

【問】 建設総務課 ☎53-4142

## 広告

**弁護士法人 心** 電話・TV電話 相談対応

相談料0円(相談・通言・交通事故被害(後遺障害) 労災・障害年金 過払い金・借金 以外は初回30分程度) 夜間・土日祝相談可(要予約) 平日 9時～21時 受付 土日祝 9時～18時 受付

0120-240-307

↓  
詳細は <https://www.kokoro.law>

相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金  
過払い金・借金・企業法務・労務・刑事事件他

交通事故被害賠償額  
後遺障害適正等級  
無料診断サービス

過払い金  
無料診断サービス

遺言書  
無料診断サービス

障害年金  
無料診断サービス

●【相談料】相続・遺言・交通事故被害(後遺障害)・労災・障害年金・過払い金・借金以外については、初回30分以降30分原則5,500円(税込) ●【その他の費用】お問合わせください ※主たる事務所は松阪市所属 ※< >内は各所属弁護士会名です ※受任の原には弁護士との直接面談が原則必要です ※費用につきましては例外があり、また変更になる可能性もありますので、詳しくはホームページをご覧ください ※本広告は令和4年6月時点のものです

松阪駅1分 津駅0.5分 近鉄四日市駅1分

弁護士・スタッフ一丸となってサポートいたします!

弁護士法人心松阪法律事務所 (三重弁護士会) 弁護士法人心津法律事務所 (三重弁護士会) 弁護士法人心四日市法律事務所 (三重弁護士会) 松坂屋名古屋店内 名古屋駅・岐阜駅 東京駅・大阪駅近く他

## クラギ文化ホールの 改修工事に伴う休館及び 予約受付中止のおしらせ

クラギ文化ホールの長寿命化に向けた改修工事を以下の期間で予定しています。工事期間中は休館となりますので、ご迷惑をおかけしますが、ご理解頂きますようよろしくお願い申し上げます。これに伴い、令和5年10月以降のクラギ文化ホール貸館の抽選会及び予約受付は中止となります。

●工事予定期間／令和5年10月1日～令和7年3月31日(18か月間)

※期間については、進捗状況により前後する可能性があります。

【問】クラギ文化ホール管理事務所 ☎23-2111

## 救急の日・救急医療週間

毎年9月9日は「救急の日」、今年の9月4日(日)～10日(土)までは『救急医療週間』です。この機会に、救急医療や救急業務に対する正しい理解と認識を深めましょう!

●コロナ禍における応急手当の学びや復習はwebで!

詳しくは [消防庁 応急手当web講習](#)

検索

※一般公募の普通救命講習会の開催につきましては、随時、松阪地区広域消防組合のホームページでお知らせします。

●救急車を呼ぶか迷ったら、  
松阪地区救急相談ダイヤル24へ!

☎ 0120-4199-17

救急車の適正利用にご協力をお願いします。

【問】消防本部救急課 ☎25-1413



## 「認知症ってなんだ?」

～認知症サポーター養成講座を受講しませんか～

●とき／9月28日(水)午後1時半～3時

●ところ／健康センターはるる(春日町)

●内容／認知症の基本的知識、認知症の人への接し方など

●講師／認知症キャラバン・メイト

●定員／25人(要予約) ※参加無料

●申込方法／電話で高齢者支援課へ。

【問・申】高齢者支援課 ☎53-4099



## 休日に各振興局で マイナンバーカードの 出張申請会を開催

とき	ところ
9月10日(土)午前9時～午後3時	嬉野振興局
9月11日(日)午前9時～午後3時	飯高振興局
9月17日(土)午前9時～午後3時	飯南振興局
9月23日(金・祝)午前9時～午後3時	三雲振興局

●申請方法／顔写真は無料で撮影します。以下の表からA1点+B1点(またはA1点+A1点、B2点+通知カード)をお持ちいただくと、郵送受け取りができます。Aがない場合、B2点でも申請できます。

A	B
運転免許証(運転経歴証明書)	健康保険証
パスポート	こども医療費受給資格証
住民基本台帳カード(写真付き)	年金手帳(基礎年金番号通知書)
療育手帳	介護保険証
身体障害者手帳 など	母子健康手帳 など

上記日程で保険証利用申し込み、公金受取口座登録、マイナポイント申込のサポートも受け付けます。受付数には限りがあります。

※申込にはマイナンバーカードの数字4ケタの利用者証明電子証明書(暗証番号)が必要です。

※公金受取口座を登録する方はマイナンバーカードと名義が同じ口座情報をお持ちください。

※マイナポイント申込サポートを希望される場合は、ご希望のキャッシュレス決済情報もお持ちください。詳しくはインターネットで「マイナポイント」と検索してご確認ください。

【問】戸籍住民課 ☎31-1916

## コロナ禍における子育て世帯の 離婚・DV・児童虐待等に関する 臨時相談を実施

弁護士資格を有する市職員が、臨時相談に同席し、専門窓口をご案内するほか、法的なアドバイスをいたします。相談は無料です。(※予約制です。)

●とき／9月16日(金)

●相談時間／午後1時半から

(1人30分で3人枠です。)

●ところ／こども支援課相談室

【問】こども支援課 ☎53-4085



## 「家族のつどい」開催 ～ひきこもりについて悩んでいる ご家族のための居場所～

「家族のつどい」は、日々感じていることや、想いを共有し交流することができる場です。ひきこもりについてひとりで抱えず、同じような悩みを持つご家族で集まってさまざまな想いを分かち合ってみてはいかがでしょうか。

- とき／9月15日(木)午後1時半～午後3時
- ところ／社会福祉協議会松阪支所  
2階大会議室(鎌田町)
- 対象／ひきこもり当事者を支えるご家族
- 定員／15人(要事前申込)
- 参加費／無料
- 申込方法／開催前日までに電話、メール、  
申込フォームにて健康福祉総務課まで。
- 【問・申】 健康福祉総務課 ☎31-1922  
✉fukushi.soudan@city.matsusaka.mie.jp



## 令和5年度「地域の元気応援事業」 企業協賛のお願い

「地域の元気応援事業」は、市民・企業・行政が一体となって住民自治協議会や市民団体の活動を応援する事業です。アイデアを生かし、より良い地域を目指して取り組む活動に対して、企業のみなさまのご協賛をお願いいたします。

- 募集期間／12月28日(水)まで

### Aコース

- 住民自治協議会の活動を支援／一口20万円  
住民自治協議会が地域住民と一体となって取り組む優れた事業に、ご協賛金をスポンサー賞として交付します。

### Bコース

- NPOなどの市民活動団体の活動を支援／一口15万円  
市民活動団体が取り組む活動や、住民自治協議会と連携して取り組む優れた活動に交付します。

- 【問】 地域づくり連携課 ☎53-4324



## ひきこもり出張相談会 (飯高地域振興局会場)

ひきこもり相談窓口では出張相談会を開催いたします。ひきこもりは、「特別なものではなく、誰にでも起こりうるもの」です。話すことで新たな糸口が見つかるかもしれません。ひとりで、家族だけで悩まないで、ぜひご相談ください。

- 対象／市内在住のひきこもりに悩むご本人やご家族
- とき／9月28日(水)
- 相談時間／午前10時半～午後3時半(※1人1時間程度)
- ところ／飯高地域振興局(飯高町宮前)
- 定員／3人(要予約)
- 予約方法／9月26日(月)までに電話で健康福祉総務課まで。  
電話・来所・メールでも相談を受け付けています。  
お気軽にお問い合わせください。

松阪市 ひきこもり相談窓口

検索



- 【問・申】 健康福祉総務課 ☎31-1922



## 「エンディングサポート相談窓口」 を開設

ひとり暮らしで身寄りのない高齢の方等を対象に、葬儀や納骨などご自身の死後に発生する諸手続きについての心配ごとをご相談いただく「エンディングサポート相談窓口」を開設します。市職員がご相談をお受けし、専門家や専門業者をご紹介します。

- 開設日／9月1日(木)
- ところ／市役所1階地域福祉課(殿町)
- 対象／市内在住の70歳以上の方

- 【問】 地域福祉課 ☎53-4089

✉ending.support@city.matsusaka.mie.jp

### 広告

片付け仕事 不用品の処分 家具移動  
タンス1本から 遺品整理

**引越**のことなら  
地元の当社に おまかせ下さい!!

http://www.tsutaunyu.jp/

**見積り無料**  
小さなものからまるごと一軒

**0120-28-3001**

TSUTA TRANSPORT (有) つた運輸  
松阪市松ヶ島町115-2



## さびないカラダづくり講座

元気なカラダを保つために、プロのスポーツ選手を指導しているトレーナーが高齢者向けの運動を指導します。専門的なトレーニングを、みんなで一緒に体験しましょう。

- とき／①10月5日(水)②10月19日(水)  
いずれも午後2時～4時
- ところ／健康センターはるる(春日町)
- 内容／2回シリーズ
- ①講話「体力テスト～介護予防のために必要な筋力・体力とは?～」、体力測定と運動実習
- ②講話「これからの筋力トレーニング～自宅でできるストレッチ・筋力トレーニング～」、運動実習
- 講師／百済 はつえさん(みどりクリニック)
- 対象／おおむね65歳以上の方(今年度初参加で両日参加できる方)
- 定員／25人(先着順)
- 持ち物／フェイスタオル、飲み物、上靴
- 申込方法／電話で高齢者支援課へ。
- 【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099

## 松阪市在宅医療フォーラム 「“私らしい”生き方、そして逝き方」 ～最期にもめんために～

介護が必要になっても『住み慣れた地域で自分らしい生活』が送れるよう、医療・介護専門職、認知症の父を自宅で看取った介護者、竹上市長と一緒に考えてみませんか。

- とき／10月1日(土)午後1時半～3時半  
(受付:午後1時から)
- ところ／農業屋コミュニティ文化センター(川井町)
- 内容／事例をもとに作成した動画視聴。パネルディスカッション。(手話通訳、要約筆記あり)
- パネリスト/村林 直子さん(介護者)、志田 幸雄さん(医師)、平岡 直人さん(医師)、西 美香さん(薬剤師)、青木 浩乃さん(主任介護支援専門員)、市川 千恵子さん(看護師)、竹上 真人市長  
コーディネーター/黒井 建志さん(歯科医師)



申込みフォーム

- 定員／250名(入場無料)
- 申込方法／電話、WEBまたはFAX(氏名、住所、連絡先、在宅医療フォーラム申込と記入)で高齢者支援課へ。
- 【問】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035



## 障がい者の雇用・ 就労促進フォーラム

- とき／10月2日(日)午後1時半～3時半(開場:1時から)
- ところ／華王殿(高町)
- 内容／・障がい者雇用優良事業所・優秀勤労障がい者 表彰式  
・講演:知的障がい者と共に働く  
「やったらできるんや! やらさへんだけや!」  
講師:山田 美智子さん  
(株式会社アクス取締役工場長)

1986年 夫と共に株式会社アクスを設立。設立当初から、障がい者雇用を積極的に取り入れる中、現場責任者として、試行錯誤を繰り返しながら業務の指導方法を確立。

講演では、実際に自身が体験したからこそ語ることができる障がい者雇用の現実、現場の指導者として悩みながら乗り越えてきた健常者と障がい者の壁、体当たりで向き合い続けることによって社員から教えられたことなど、具体的なエピソードを豊富に盛り込み、障がい者と共に働きながら体得したノーマライゼーションな世界観を伝え続けている。



- ※手話通訳・要約筆記あり、入場無料(事前申込不要)
- 【問】 (表彰式について)商工政策課 ☎53-4338  
(講演について)障がい福祉課 ☎53-4059

## 生活支援サービス担い手養成研修

お住まいの地域で、ちょっとした生活支援を行うための仕組みづくりをお手伝いします。ゴミ出しや、庭の草取りなどで「困っている人を助けたい」、「地域で支え合える仕組みを作りたい」とお考えの方は、高齢者支援課へご相談ください。地域へ出向いて研修を開催します。

- 内容／地域での支え合い、生活支援について
- 定員／5人～25人(※受講費用無料)
- 申込方法／電話、または直接高齢者支援課へ。
- 【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099

## 松浦武四郎記念館 武四郎講座 第170回

松浦武四郎は古物の収集家としても活躍しました。珍しい石や古銭、勾玉や書画など、さまざまな物を集め、特にお気に入りの物たちは自分の涅槃図に登場させています。講座では、「集める達人」でもあった武四郎の姿を紹介します。

- とき／9月11日(日)午前10時～11時
- ところ／松浦武四郎記念館(小野江町)
- 講師／山本 命(やまもと めい)(松浦武四郎記念館 館長)
- テーマ／『集める達人 松浦武四郎』
- ※講座終了後に展示解説あり(入館料要)
- 定員／先着50人
- 資料代／110円(入館料をお支払いの方は不要)
- 【問】 松浦武四郎記念館 ☎56-6847



松浦武四郎の大首飾り(複製)

今月の納期限は  
9月30日(金)

納付は納期限までに済ませましょう。

### 国民健康保険税(4期)

日曜・夜間納税相談窓口のお知らせ

- 日曜窓口／9月11日(日)午前10時～午後4時
  - 夜間窓口／9月12日(月)午後6時～午後8時
- 収納課(殿町)での開設です。各振興局では開設しません。

【問】 収納課 ☎53-4021

### 介護保険料(4期)

【問】 介護保険課 ☎53-4090

### 後期高齢者医療保険料(3期)

【問】 保険年金課 ☎53-4092

## 松阪市防災講演会

10月第4日曜日は「松阪防災の日」です!ご家庭や地域、職場などにおいて改めて、防災について考えてみてください。その一歩として、講演会にぜひ、お越しください。

- とき／10月8日(土)午後1時半～午後3時半  
(開場:午後1時から)
- ところ／嬉野ふるさと会館(嬉野権現前町)
- 講演／テーマ「災害時要配慮者支援～一般避難所および福祉避難所における対策～」
- 講師／磯和 勅子(いそわ としこ)さん  
(三重大学大学院医学系研究科 教授)
- 定員／300人(参加費無料・事前申込必要・先着順)
- 申込方法／お電話、FAX、メールにて防災対策課へ。
- 【問・申】 防災対策課 ☎53-4313 FAX 22-1055  
✉ bousai.div@city.matsusaka.mie.jp

## 親子ふれあい講座 =絵本であそぼう=

絵本をとおして親子いっしょに、ほっこりする時間をすごしてみましょ。

とき	時間	対象	定員
9月28日(水)	午前10時 ～11時	市内在住、在勤の2歳未満の乳幼児の親子	先着 15組
10月3日(月)		市内在住、在勤の2歳以上の未就学児の親子	

- ところ／松阪公民館  
(船江町 松阪ショッピングセンターマーム2階)
- 講師／西浜 良子(にしはま りょうこ)さん(絵本セラピスト)
- 参加費／無料
- 申込方法／9月7日(水)から直接、または電話で松阪公民館へ。(受付:平日の午前9時～午後5時)
- 【問・申】 松阪公民館 ☎20-9091

## 危険物取扱者試験(乙種第4類) 予備講習会

後期危険物取扱者試験(乙種第4類)を受験される方のために、消防法令、基礎的な物理・化学及び危険物の性質・消火方法について、予備講習会を開催します。

- とき／10月17日(月)午前9時～午後5時
- ところ／嬉野生涯学習センター(嬉野町)
- 先着／先着40人(※受講料無料)
- テキスト(受付時販売)／  
教科書1,800円、問題集1,700円
- 申込方法／9月12日(月)～10月7日(金)に消防本部予防課(川井町)へ。
- ※松阪市での試験は11月5日(土)で、郵送での受験願書受付期間は9月7日(水)～16日(金)です。願書は各消防署・分署で配付しています。
- 【問】 消防本部予防課 ☎25-1412

## 「第16回美し国三重市町対抗駅伝」 松阪市代表選手募集!

### ●参加資格／

- ①令和4年12月1日時点で市内在住または在勤の方。  
(※小・中学生、ジュニア、大学生は保護者の居住地から出場するものとします。)なお、ジュニア及び大学生は中学卒業時の保護者の居住地も認めます。また、組合立に通う中学生は、学校所在地からの出場も認めます。
- ②小・中学生、ジュニア、大学生以外の方で他県・他市町在住の方であっても、出身中学校所在地の市町から2人以内の出場を認めます。但し、出身中学校が組合立または国立、私立の場合には在学時に保護者が居住していた市町とします。

対象	出場資格	人数
小学生男子・女子	小学5・6年生	各2人
中学生男子・女子	中学1年～3年生	各2人
ジュニア男子・女子	平成15年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方	各2人
一般女子	平成22年4月1日以前に生まれた女性の方	2人
20歳以上男子・女子	平成15年4月1日以前に生まれた方	各2人
40歳以上男子	昭和58年4月1日以前に生まれた男性の方	2人

### ●選考方法／選考レースと書類審査

### ●選考レース／10月23日(日)

会場：中部台運動公園トリムコース

- ### ●申込方法／9月30日(金)【必着】までに、選考申込書に必要事項を記入し、スポーツ課へ。(※選考申込書は、スポーツ課にあります。市ホームページからもダウンロードできます。)

## 「第16回 美し国三重市町対抗駅伝」

### ●とき／令和5年2月19日(日)午前8時45分から

(雨天決行)

- ### ●コース／県庁前(津市)～「三重交通G スポーツの杜 伊勢」陸上競技場(伊勢市)【10区間42.195km】

【問】 スポーツ課 ☎53-4391



## 令和4年度松阪市長杯 フットサル大会参加者募集

### ●とき／10月9日(日)午前10時～午後5時

(※予備日:10月10日(月・祝))

### ●ところ／アスキーフットサルパーク松阪(久保町)

- ### ●参加資格／エンジョイ大会の趣旨を理解して参加できるチーム※高校1年生以上

### ●参加費／2,000円(1チーム)

### ●定員／先着12チーム

- ### ●申込方法／チーム名、代表者住所、氏名、電話番号を記入の上、メール(委員長:川端宛)【kawabata@verde.jp】に申し込みください。

(※大会に関する問合せも上記メールへお願いします。)

### ●申込期間／9月30日(金)まで

【問】 スポーツ課 ☎53-4402

## 第17回市長杯 ソフトバレーボール大会 参加者募集

### ●とき／10月23日(日)

### ●ところ／三十三銀行アリーナ(立野町)

- ### ●参加資格／中学生以上の方(市内在住もしくは在勤・在学している方)

	参加資格	定員(※)
トリムの部 (2部門)	男女各2人 (※男性に代わる 女性の出場可)	フリーの部:36チーム シルバーの部 (40歳以上):24チーム
レディースの部	女性4人	12チーム

(※)定員を超えた場合、抽選になる場合があります。

※本大会は大会規模を縮小または、中止する可能性があります。

### ●参加費／1チーム 1,000円

※市外在住の方を半数以上含む場合は、1チーム2,000円

- ### ●申込方法／9月16日(金)【必着】までに、申込み書を下記へ郵送してください。

<申込>

〒515-0816 松阪市西之庄町62-1 アルシュII101

松阪市バレーボール協会事務局 担当:永田

☎090-6767-0065

【問】 スポーツ課 ☎53-4402

## 「学校生活アシスタント」追加募集

特別支援学級などに在籍する児童生徒の介助や学習活動のサポート

- ところ／市内の公立小中学校
- 内容／1日6時間程度の勤務(子どもたちが春休み夏休み冬休み期間中の勤務はありません)
- 報酬／時給952円
- 対象／9月以降働ける方
- 定員／若干人
- 申込方法／履歴書を子ども発達総合支援センター育ちサポート係(下村町)へ提出

※提出の際、面接あり。事前に下記へお電話ください。

【問・申】 子ども発達総合支援センター ☎30-4410

## ワークセンターフェスティバル2022 チャリティーフリーマーケット 出店者募集

- とき／10月16日(日) 午前10時～午後3時
- 募集店数／50店(抽選)
- 出店料／1,000円(福祉目的に寄付します)
- 申込方法／9月13日(火)～20日(火)午前9時～午後8時半まで(※日、月曜、20日(火)は午後4時半まで)に、本人がワークセンター松阪へ郵便はがきを持参、または往復はがきに出店希望者の住所、名前、年齢、電話番号、販売品目を記入し郵送してください。

※事業者および未成年者は申込できません。

※自宅で取れた野菜を除く、飲食物の販売はできません。

【問・申】 ワークセンター松阪 ☎29-6510  
〒515-0041 上川町212番地1

## 令和5年度納税通知書用封筒 「広告主」を募集

市の財源確保の取り組みの一環として、広告主を募集しています。

- 申込期間／9月1日(木)～30日(金)
- 募集する封筒は、固定資産税・都市計画税、市民税・県民税、軽自動車税(3税目)の納税通知書用封筒になります。
- ※広告掲載場所や申込方法、広告掲載仕様書などの詳細については市ホームページをご確認ください。

【問】 資産税課 ☎53-4033

## 第18回 市長杯 グラウンド・ゴルフ大会 参加者募集

- とき／10月30日(日)午前8時半～正午
- ところ／総合運動公園 多目的広場第1(山下町)
- 内容／個人対抗戦、16ホールの合計打数で競います。
- 対象／松阪市在住又は在勤で、20歳以上の方
- 定員／150人(※定員に達した場合は抽選)
- 抽選方法／実行委員会にて申込団体ごとに抽選処理を行います。抽選結果は郵送にて連絡責任者宛に通知させていただきます。
- 参加費／一人300円
- 申込期間／9月12日(月)9時～16日(金)午後5時必着
- 申込方法／①FAX②郵送③持参のいずれかの方法で、別紙申込書に必要事項を記入の上、スポーツ課へ。(申込書はスポーツ課、各教育事務所、各市民センターにあります。市ホームページからもダウンロード可)
- ※FAXでお申し込みの場合は必ずスポーツ課へ確認の電話をしてください。
- 【問・申】 スポーツ課 ☎53-4391 FAX25-0133

## ～いろいろな身体の使い方を 楽しみましょう～

## 親子でできる楽しい体操& アクティビティ参加者募集

- とき／10月22日(土)  
午前の部:午前10時～11時半  
午後の部:午後1時～2時半
- ところ／嬉野体育センター(嬉野権現前町)
- 講師／宮田 真里枝  
(日本子どもフィットネス協会公認インストラクター)
- 対象／年中・年長児とその保護者
- 持ち物／飲み物、タオル、上履き  
※動きやすい服装で参加ください。
- 定員／各部先着30組
- 申込方法／9月13日(火)～30日(金)に嬉野体育センターに直接、または電話で申込みください。
- ※受付時間は火～土曜日までの午前9時～午後5時です。
- 【問・申】 嬉野体育センター ☎42-5527

## ミニ手話コーナー

手話の理解と普及を図るため、皆さんに  
日常生活で使える手話を紹介します。

今月のテーマ【さようなら】

手のひらを  
相手側に向け、  
顔の横で軽く振る。



手話動画

検索

右のQRコードから  
YouTubeでも  
ご覧になれます→



【問】 障がい福祉課 ☎53-4059

## 松坂城跡石垣保存整備に係るクラウドファンディングを実施中! ～このまちのシンボル・松坂城跡を未来に残すために～

松坂城跡の石垣の一部で現在、変形が進んでいる箇所があります。たくさんの皆様から応援いただきながら、この石垣を直していきたいです。このまちのシンボル・松坂城跡を未来に残すため、みなさんのご協力・応援をよろしくお願いたします。

松阪市 クラウドファンディング

検索

- 目標額／2,000,000円
- 申込み／地域ブランド課窓口、  
またはWEBサイト(ふるさとチョイス)
- 【問】 地域ブランド課 ☎53-4129



## ワークセンター松阪 短期講座 初級テニス講座(硬式)受講生募集

- とき／10月6日(木)～12月15日(木)  
午後2時～3時半(全10回)毎週木曜日(祝日を除く)
- ところ／ワークセンター松阪(上川町)
- 講師／<sup>ふくやま</sup>福山 <sup>かつゆき</sup>克幸さん
- 対象／市内に在勤または在住の勤労者
- 定員／20人(申込多数の場合は抽選)
- 受講料／3,400円(傷害保険料を含む)
- 申込方法／9月13日(火)～21日(水)午前9時～午後8時半まで(※18日,19日,20日は午後4時半まで)に、本人が直接ワークセンター松阪へ。
- 【問】 ワークセンター松阪 ☎29-6510

## 令和5年度 「地域の元気応援事業」 事業提案募集

### 地域力アップ部門

- 対象／住民自治協議会
- 交付限度額／上限20万円
- 地域づくりスポンサー賞／上限20万円の加算(別途計画書の提出が必要)

### 市民活動サポート部門

- 対象／NPOなどの市民活動団体
- 募集コースと補助金額／それぞれ事業費の10分の9以内を補助します。  
①[地域活性コース] 上限10万円  
②[地域連携コース] 上限15万円

※応募の際、関係する住民自治協議会の推薦が必要

- 応募方法／9月1日(木)～10月31日(月)に所定の応募書類へ必要事項を記入し、地域づくり連携課へ提出。書類審査(一次審査、12月予定)の後、公開プレゼンテーション審査(二次審査、令和5年1月予定)へ進んでいただきます。

(※詳細は市ホームページをご覧ください)

【問】 地域づくり連携課 ☎53-4324



## B&G杯 ビーチボールバレー大会参加者募集

- とき／10月22日(土)午前9時から
- ところ／飯高B&G海洋センター(飯高町七日市)
- 対象／小学生以上の4～6人で構成するチーム。  
(審判は参加者で行う)
- 定員／先着16チーム(参加費・無料)
- 申込方法／9月30日(金)までに申請フォーム(大会HPにリンクあり)から申し込みください。

【問】 西部教育事務所 ☎32-2300 FAX 32-2557

✉ kyo.seibu@city.matsusaka.mie.jp



## 「市長と語る会」参加者募集(市内在住の方対象)

とき	ところ	定員(先着)
10月7日(金)午後7時～8時半	産業振興センター(本町)	20人
10月18日(火)午後7時～8時半		20人
10月29日(土)午後1時～2時半	カリヨンプラザ(日野町)	20人



市ホームページ

詳細については、市ホームページ(QRコード)をご確認ください。

- 申込方法／9月15日(木)から電話、または申し込みフォームより申し込みください。

【問・申】 広報広聴課 ☎53-4312



## 第63回 松阪市美術展覧会

秋の芸術文化の祭典「松阪市美術展覧会」を今年も開催します。

●とき／

第1部【絵画、彫刻・工芸】

10月2日(日)～9日(日)午前9時～午後5時

※最終日は午後3時まで

第2部【写真、書道】

10月23日(日)～30日(日)午前9時～午後5時

※10月28日(金)、29日(土)は「ナイトミュージアム」開催のため午後7時まで。

※最終日は午後3時まで。

●ところ／文化財センター(外五曲町)

●入場料／無料

●展示作品／入賞・入選作品、招待作品

【問】文化課 ☎53-4397



## はるる食育DAY

～1日350gの野菜で毎日元気に～

管理栄養士より野菜の摂り方のポイントについてお話しします。

●とき／9月27日(火)午前10時から

●ところ／健康センターはるる(春日町)

●内容／・ミニ講話「野菜を食べよう!」  
・野菜の摂取量を測定しよう

●対象／市内在住の方(参加費無料)

●持ち物／はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)、みそ汁の塩分チェックをご希望の方は、100cc程度を容器などに入れてご持参ください(スープでも可)

【問】健康センターはるる ☎20-8087



～もっともっと歩こう!～

## いきいき健康ウォーキング

(初級者～中級者向け、所要時間2時間)

松阪商人発祥の地と伊勢本街道をめぐるコースです。歴史探訪しながらウォーキングを楽しみましょう。

●とき／10月13日(木)午前9時半～正午

(受付:9時～)※雨天中止

●集合場所／射和市民センター(射和町)

●コース／松阪商人発祥コース(約5.8km)

●持ち物／飲み物、帽子、タオル、歩きやすい服装、履きなれた運動靴

●定員／先着40人(参加費無料)

●申込方法／9月8日(木)～10月12日(水)

にWEBか電話で健康センターはるるへ。

【問・申】健康センターはるる ☎20-8087



## はるる遊ぼうDAY

健康センターはるる館内を開放し、遊べる!学べる!イベントを開催します。

●とき／10月22日(土)

●館内開放／午前10時～正午

●ところ／健康センターはるる(春日町)



## イベント詳細(要予約)

子育て応援プロジェクト★パイン企画

## 「太鼓であそぼう!トンポンボ～ん!!」

普段たたけない「太鼓」を思いきり楽しみ、「太鼓」について学んでみよう!

開催時間	参加資格	定員
① 午前10時15分～10時45分	1歳～3歳未満のお子さんと保護者	15組程度
② 午前11時～11時45分	3歳～未就学のお子さんと保護者	

●講師／<sup>でぐち たかつく</sup>出口 孝次さん(ハンドメイド和太鼓愛好家)  
<sup>まつもと ともし</sup>松本 智子さん(響座いなせ組代表)

●申込方法／9月12日(月)～10月14日(金)にWEBにて申し込みください。

【問・申】健康センターはるる ☎20-8087



## 第九回 松阪市民能

- とき／11月2日(水)開場:午後4時半、開演:5時
- ところ／農業屋コミュニティ文化センター(川井町)
- 内容／第一部:松阪市民参加の部  
第二部:鑑賞能(能楽師による公演)  
和泉流 狂言「仏師」  
喜多流 能「月宮殿」喜多流能楽師、  
松阪子ども能楽教室
- 入場料／1,000円(全席指定)
- チケット発売日／9月21日(水)
- チケット発売／クラギ文化ホール管理事務所  
(火曜休館)
- 【問】クラギ文化ホール管理事務所 ☎23-2111  
[市民能について]  
松阪能楽連盟(上森) ☎23-1935



## 講演会 松坂城跡の石垣を未来へ

- とき／10月2日(日) 午後1時半～3時
- ところ／産業振興センター(本町)
- 内容／第1部 松坂城跡の成立と修理履歴  
第2部 松坂城跡の史跡整備
- 講師／門 暉代司(松坂城跡整備検討委員会副委員長)  
寺嶋 昭洋(文化課職員)
- 定員／先着195人
- 申込方法／事前申込は不要。  
直接、会場にお越しください。
- 【問】文化課 ☎53-4393

## 第14回 まつさか環境フェア in ベルファーム開催!

～つなげよう未来に向けたエコライフ2022～

- とき／9月18日(日)午前10時～午後3時  
※荒天等により中止、変更の場合あり
- ところ／松阪農業公園ベルファーム(伊勢寺町)
- 内容／エコに関する各種体験・販売・展示  
相可高校によるお弁当の販売など
- 【問】松阪市環境パートナーシップ会議事務局  
(環境課内) ☎53-4425

## 人形劇団『どむならん』がやってくる

とき	時間	対象	定員
10月30日(日)	午後1時半	市内在住、在勤の 未就学児とその保護者	先着50組

- ところ／松阪公民館  
(船江町 松阪ショッピングセンターマーム2階)
- 演目／いかりのギョーザ(上演時間は約1時間)  
作/苅田澄子 絵/大島妙子 偕成出版社刊より
- 参加費／無料
- 申込方法／9月21日(水)から直接、または電話で松阪  
公民館へ。(受付:平日の午前9時～午後5時)
- 【問・申】松阪公民館 ☎20-9091

### 広告

**ハロウィンジャンボ5億円**  
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

**ハロウィンジャンボミニ5千万円**  
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよ  
まちづくりに使われます。

各1枚 300円  
**9月21日(水)2種類同時発売!**  
発売期間 9/21(水)～10/21(金)  
公益財団法人三重県市町村振興協会

### 広告

不動産のことならまかせ下さい  
**売却不動産募集中!**  
買値  
売買・仲介  
不動産の  
管理・活用

夢を叶える **株式会社 オーミヤ建設**  
松阪市中央町304-1  
☎0598-30-5566



# 9月20日～26日は動物愛護週間



動物愛護週間は、命ある動物の愛護と適正な飼養についての関心と理解を深めるために定められています。

## ■ 飼い主の皆さんへ

動物を飼うということは、その命とともに動物の一生分の幸せを預かるということでもあります。動物が快適な環境で暮らし、一生を幸せに過ごせるように、毎日愛情をこめて世話をし、動物にとって一番の飼い主になりましょう。また、近隣に迷惑をかけないように、ルールやマナーを守り適切に飼いましょう。

### 《飼い主のルールとマナー》

- ◎動物の遺棄・虐待は犯罪です。違反すると、懲役や罰金に処せられます。
- ◎犬の放し飼いはしないでください。猫についても室内飼いを推奨しています。
- ◎鳴き声や臭い、フン尿などで近隣に迷惑がかからないように配慮しましょう。
- ◎犬を散歩するときはリード等につないで散歩させましょう。
- ◎散歩時に排泄してしまった場合に備え、フンを持ち帰る袋等を携帯し、必ず飼い主が後始末をしましょう。尿についてはペットシートで処理しましょう。また、散歩前に家で排泄を済ませられるように訓練をしましょう。

## ■ ペットのための防災対策

災害時にペットを守ることができるのは飼い主だけです。日頃から災害への心構えと事前の備えが必要です。

- ・ペットの避難方法や緊急時のペットの預け先など、日頃から家族で話し合っておきましょう。
- ・無駄吠えやケージなどに入ることを嫌がらないなど、基本的なしつけをしておきましょう。
- ・首輪に鑑札や迷子札をつけておきましょう。
- ・餌や水(1週間分)、ケージ、トイレ用品など、ペット用の避難セットを準備しておきましょう。

## ■ 狂犬病予防注射はお済みですか？

狂犬病は、人も含めた全ての哺乳動物に感染し、発症するとほぼ100%死亡する恐ろしい伝染病です。

年1回の狂犬病予防注射は、狂犬病予防法に基づいて飼い主に義務付けられています。

なお、接種期間については、4月1日から6月30日までと定められていますが、今年度は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、12月31日までに延長されました。まだ済ませていない飼い主の方は、期間内に動物病院で受けさせてください。

## 三重県動物愛護推進センター「あすまいる」

「あすまいる」では、さまざまな理由で保健所に收容された犬や猫の譲渡を行っています。

※「あすまいる」へのご来館は、事前電話による予約制です。

- 開館時間／午前9時半～午後4時半
- 休館日／毎週水曜日・土曜日(祝日を除く)、祝日の翌平日、年末年始(12月29日～1月3日)

【問】三重県動物愛護推進センター ☎ 059-253-1238

譲渡動物の例  
※写真は一例です



「あすまいる」  
ホームページ



## 飼い主のいない猫(ノラ猫)を減らす取組「TNR活動」をご存じですか？

TNR活動とは、ノラ猫に不妊・去勢手術を行い、ノラ猫をめぐる様々なトラブルの軽減を図るとともに、地域の皆さんと一緒に一代限りの命を見守る活動です。「エサやり禁止」では猫は減りません。地域の問題として、殺処分によらない方法を考えてみませんか。

【問】松阪保健所衛生指導課 ☎ 50-0529

- T (Trap)** ノラ猫を捕獲し
- N (Neuter)** 不妊・去勢手術し
- R (Return)** 元の場所に戻す

## 機殿・朝見・漕代小学校5～6年生による動物愛護絵画展

- とき／9月16日(金)～30日(金)
- ところ／市役所1階ロビー(殿町)
- 主催／動物との共生ネットワーク

【問・申】 環境課 ☎ 53-4067



# 住民自治協議会

## #42 中原まちづくり協議会

津屋城でこさん



毎年旧暦10月15日に子どもたちがでこさん(代官の人形)を担いで家々をまわります。

『中原まち協は、「中原号」をどこへ導くか?』——その心は、防災と福祉が基でしょう!!

中原まち協では、これまでも「防災と福祉」を最大のテーマにして活動を展開してきましたが、新型コロナウイルス感染症拡大により、これまでのような行事・イベントができなくなり、その体質を見直さざるを得なくなりました。

まち協、自治会、公民館が一体化した新たな組織のもと、「防災と福祉」を基本に据えつつ、新しいまち協の「スタイル」を探求する必要があるという点に他なりません。それは、これまで以上に地域の「声」「知恵」「力」を集めて「正しい進路を探る」ということです。

すでに新しいチャレンジが始まっています。新しいスタイルの「中原カフェ」の開



サロン名決定! 中原「サロン和楽話楽」地区の誰もが集い、語り、和む、交流の場として7月にサロンを始めました。

「避難行動要支援者」の支援体制の確立を急ぎ、「実際の避難行動訓練」「避難所運営訓練(HUG)」などに取り組む計画を進めています。組織や行事の中身は変わりつつも、子どもから大人までの「地域の絆が原点」という思いは変わらず、「声と知恵と力」を出し合う「中原号」は、「これからの元気で明るい中原」に向かって、夢と冒険の旅を続けます。



防災タウンウォッチング  
7月8日に自分の住む地域を歩いて、危険箇所等チェック。防災マップを作りました。

催「運動会にかわるミニスポーツ大会」「文化祭」「地域発見ハイキング」等です。

防災では、「中原から一人の犠牲者も出さない」を合言葉に防災活動に取り組み、「防災に関する知識の吸収」の期間を経て「自宅から避難所まで無事にたどり着く」ために「家具固定キャンペーン」「避難ルートマップの全戸配布」を終えるところまで進んできました。これからは更に

### 活動紹介



6年生と長寿会の異世代交流会

毎年11月頃に長寿会と小学校6年生がランドゴルフ大会で楽しく交流します。プレー後は、一緒に食事会をしていましたが、今は手作りのお弁当が配られます。



むつみ園でトレーニング

防災協定も結び、地域に貢献いただいている「むつみ園(社会福祉法人)」に、施設を開放していただき、体力づくりに励んでいます。



あいさつ運動と見守り隊

長寿会が毎朝の登校時に見守りを行っています。また毎月、校門前であいさつ運動を実施。元気な声で「おはようございます!」が飛び交います。

### 小学生との農業・食・交流事業



毎年5月～2月に田植え、稲刈り、もちつき、しめ縄づくり、芋苗植え、芋掘りなど年間を通じた体験と地域のひととの交流で、農業(自然)の大切さ、感謝の気持ちを伝え、学んでいます。



図書館

# 松阪図書館 ☎21-3190

休館日/9月5日(月)、12日(月)、20日(火)、26日(月)、30日(金)

※19日(月・祝)は開館し、20日(火)は休館します。

## ★土曜お話キャラバン

- とき/9月3日(土)、10日(土)、17日(土)、24日(土) 午後3時~3時半
- ところ/1階 読み聞かせ室

## ★乳幼児向けおはなしキャラバン

- とき/9月28日(水) 午前11時~11時20分
- ところ/1階 読み聞かせ室

## ★スタッフのおはなし会「おはなしのとおりみち」

- とき/9月18日(日) 午後3時~3時20分
  - ところ/1階 読み聞かせ室
- ※おはなし会は、中止・変更になる場合があります。

### 松阪図書館おすすめ本

#### 『ゆかしたのワニ』

ねじめ 正一/文 コマツ シンヤ/絵 福音館書店

僕の家の床下にはワニがいる。僕は夜になると、大きな歯ブラシやバケツを持って、ワニのはみがきをしに出かけていく…。日常の中にあるちょっとスリリングで不思議な世界を描いた絵本。次から次へとなんでも出てくる「ぼく」のこしのふくろにも注目です。



# 嬉野図書館 ☎48-1800

休館日/9月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)、30日(金)

## ★「スタッフ」のミニおはなし会

- とき/9月13日(火)、27日(火) 午前11時~11時15分
- ところ/嬉野保健センター
- とき/9月16日(金)、10月7日(金) 午前11時~11時15分
- ところ/中川新町地域交流センター

## ★「スタッフ」のおはなし会

- とき/9月25日(日) 午前11時~11時半
- ところ/嬉野図書館 児童おはなしコーナー

## ★「ひまわり」のちいさい子ども向けおはなし会

- とき/9月14日(水) 午前11時~11時15分
  - ところ/嬉野図書館 児童おはなしコーナー
- ※おはなし会は、中止・変更になる場合があります。

### 嬉野図書館おすすめ本

#### 『刀と日本語 刀から生まれた日本の言葉』

調所 一郎/著 里文出版

日本の歴史ある工芸品のひとつ、日本刀。私たちの日常生活には縁遠いものでありながら、何気なく使っている言葉の中には刀剣に起源をもつものもたくさんあります。ここに紹介されている「うっとり」「とんちんかん」「切羽つまる」など、刀にはおよそ関係なさそうな言葉も由来を知ると、日本語の奥深さや豊かさに気づかされます。



## 第10回 松阪市図書館を使った調べる学習コンクール

●部門/小学生の部、中学生の部、子どもと大人の部

●募集期間/9月1日(木)~27日(火)

※学校への提出締切りは各学校で確認してください。

※休館日・閉館中に本を返却するときは、ブックポストへ入れてください。

# 9月の天文教室 星空に親しもう!

参加無料

天文教室

- とき/毎週土曜日 午後7時~9時
- ところ/中部台公園内天文台(立野町)
- ※土曜日から週ある月の第一土曜日は望遠鏡調整日で閉館です。

※雨天・曇天中止(こどもクラブは雨天決行)

※こどもクラブは、必ず保護者同伴で参加してください。(入会申し込みは天文台へ)

【問】 天文教室開催中は天文台 ☎26-2132

開催の有無は三十三銀行アリーナ ☎26-7155



彼岸花と星

月日	月齢	観望対象
9月3日(土)	7.2	夏の星雲星団 月、木星、土星
9月10日(土)	14.2	夏の星雲星団 月、木星、土星
9月17日(土)	21.2	夏の星雲星団 木星、土星
9月24日(土)こどもクラブ	28.2	夏の星雲星団 木星、土星
備考	夏の天の川が西に傾いていきます。明るい星の少ない南東の空に木星と土星が明るく輝いています。	



松阪競輪場  
発売日程

#### 本場 開催日

- 10/7(金)~10/10(月)
- 10/17(月)~10/19(水)
- 10/22(土)~10/24(月)
- 10/27(木)~10/29(土)

#### 開催名

- 松阪競輪開設72周年記念「蒲生氏郷杯王座競輪」
- 松阪F1
- CTC杯 マックマッキー賞
- 松阪F2ミッドナイト(ガールズ)
- ウィンチケットミッドナイト競輪
- 松阪F3ナイター(ガールズ)※タイトル未定

#### 場外 開催日

- 10/1(土)~10/4(火)
- 10/2(日)~10/4(火)
- 10/11(火)~10/13(木)
- 10/11(火)~10/13(木)
- 10/11(火)~10/13(木)
- 10/14(金)~10/16(日)
- 10/16(日)~10/18(火)
- 10/17(月)~10/19(水)
- 10/20(木)~10/23(日)
- 10/21(金)~10/23(日)
- 10/24(月)~10/26(水)
- 10/26(水)~10/28(金)
- 10/29(土)~11/1(火)
- 10/31(月)~11/2(水)

#### 開催名

- 熊本記念in久留米
- 防府F1
- 名古屋F1モーニング
- 岸和田F1
- 弥彦F1
- 静岡F1ジャンパカップ
- 青森F1
- 武雄F1
- 寛仁親王牌GI前橋
- 名古屋F1
- 伊東F1
- 富山F1西日本カップ
- 京土蘭記念
- 福井F1

#### ナイター場外 開催日

- 10/1(土)~10/3(月)
- 10/3(月)~10/5(水)
- 10/11(火)~10/12(水)
- 10/13(木)~10/16(日)
- 10/21(金)~10/23(日)
- 10/27(木)~10/29(土)
- 10/30(日)~11/1(火)

#### 開催名

- 奈良F1
- 豊橋F1
- 函館F1
- 松山GⅡ
- 宇都宮F1
- 平塚F1
- 玉野F1

※川越場外の発売日程とは異なります。

【問】 競輪事業課 ☎23-6111

## ■体験講座カレンダー(要予約)

開催日	時間	体験講座	一般料金	会員料金	最少人員
9月12日(月)	午後1時半～	★草木染め「サンシュユ」 (黄・グレー・オレンジ系)	1,380円～	1,180円～	なし
9月13日(火)	午後1時半～	フラワーアレンジメント 「暮らしのフラワーレッスン」	2,400円	2,200円	5人
10月11日(火)	午後1時半～	フラワーアレンジメント 「暮らしのフラワーレッスン」	2,400円	2,200円	5人
10月17日(月)	午後1時半～	★草木染め「ナンキンハゼ」 (黄・オレンジ系)	1,430円～	1,230円～	なし

※電話予約後、参加申込書の提出が必要となります。5日前よりキャンセル料が発生します。

※最少催行人員に満たない場合は開催中止となります。

※10月より、フラワーアレンジメントの容器代が別途かかります。★受講料の詳細については問い合わせてください。

## 手づくり市in松阪ベルファーム

木工品、布もの、革製品、アクセサリー、などなど様々な手づくり雑貨の展示販売です。お気に入りの一品を見つけてみませんか。

- とき／9月11日(日)午前10時～午後4時(※小雨決行・雨天中止)
- ところ／芝生広場
- 主催／手づくり市事務所

## クラフト&雑貨マルシェinベルファーム ～くるくる環境フェスタ～

オンリーワン&エコにこだわった、手作りのぬくもりや優しさを感じられる人気の雑貨マルシェ。環境フェスタと同時開催。

- とき／9月18日(日)、19日(月・祝)午前10時～午後4時(※荒天中止)
- ところ／芝生広場
- 主催／クラフト&雑貨マルシェ実行委員会
- 【問】クラフト&雑貨マルシェ実行委員会 ☎21-8469

## 第12回くるくる環境フェスタ IN ベルファーム

3年ぶりに開催の環境フェスタ。身近なことから環境について考えてみませんか?の呼びかけで始まったイベントです。気軽に環境にふれあい、楽しみましょう。詳しくはベルファームHPをご覧ください。

- とき／9月18日(日)、19日(月・祝)  
午前10時～午後3時(※小雨決行)  
※時間は催しにより異なります。  
※小雨でも一部中止有
- 内容／松阪市環境パートナーシップ会議による展示・体験コーナー・各種工作ブース・各種飲食ブースなど
- 参加費／企画により異なります

9月の休園日 毎週水曜日 【問】 松阪農業公園ベルファーム ☎63-0050

## 文化財センター催し物案内

### ●ギャラリー

▼油絵・パステル画 松本憲次展

- とき／9月17日(土)～18日(日)午前9時～午後4時

▼第63回 松阪市美術展覧会 第1部『絵画』『彫刻・工芸』

- とき／10月2日(日)～9日(日)午前9時～午後5時

※最終日は午後3時まで

はにわ館(午前9時～午後5時)※入館は午後4時半まで  
常設展「宝塚古墳の謎」 【第1展示室】



●休館日／9月5日(月)、12日(月)、20日(火)、26日(月)

【問】 文化財センター ☎26-7330



# 松阪を旅してみませんか？

今年の夏はいかがお過ごしでしたか？

よーし、夏休みーといっても、コロナもあるし、どこに行くか決まらなかった。そんなご家庭もあったかも知れませんか。そこでおすすめします！私たちのまち「松阪」を楽しんでみませんか？

松阪市は世界のブランド「松阪牛」以外にも、歴史上の偉人や文化、豊かな自然環境もあり、令和



川島海荷さんが紹介「月刊旅色」

元年には年間約275万人が訪れた松阪の皆さんにいちばん近い観光地です！

令和元年にできた観光交流センター、リニューアルした松浦武四郎記念館や本居宣長記念館など、施設もますます魅力アップ。自然を生かしたキャンプ場も大人気です。

県内自治体で初めてタイアップした「旅行電子雑誌『月刊旅色』」では女優 川島海荷さんが松阪の

魅力をたっぷりと紹介。松阪市観光プロモーションサイトや松阪市観光インフォメーションサイト「ワクワク松阪」であなただけの「行ってみたい松阪」がきつと見つかる

と思います。

スマホで見られない方も観光交流センターや市内観光施設などにパンフレットがありますので、ぜひご覧ください。

松阪の皆さんが、私たちのまち「松阪」の魅力や楽しみを再発見する旅。また、その魅力を遠方の方にご紹介いただけることがあればなお嬉しいことです。

今しばらくコロナ対策にもご注意いただきながら、行けるその時が旅行日和です。近いからこそじっくりと、観光地

「松阪」をぜひお楽しみください！

松阪市長  
竹上 真人



松阪市観光  
プロモーションサイト



ワクワク松阪



## 第3弾

# コロナに負けるな！松阪みんなの商品券を販売中！

商品券の内容／1冊8,000円分（500円×16枚綴り）の商品券を5,000円で販売。

- 購入ができる方／商品券の購入には「購入引換券」が必要です。  
※購入引換券は7月下旬に市内全世帯に郵送しました。
- 販売場所／三十三銀行(松阪本店営業部及び市内各支店)及び特設販売窓口
- 販売期限／令和5年1月13日(金)午後3時まで  
※送付する封筒裏面に記載の販売期間に誤りがありました。正しくは上記のとおりです。お詫びして訂正いたします。
- 使用期限／令和5年1月31日(火)まで
- 使用可能店舗／使用可能店舗には、参加店舗証が貼ってあります。使用可能店舗一覧は、ホームページや商品券購入場所にてご確認ください。

【問】 商工政策課 ☎53-4361



▲ホームページ





# 地域から元気を発信

## シリーズ③「集いの場」はぎの会

住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしていくために、介護予防に取り組む「集いの場」が松阪市にはたくさんあります。「集いの場」を発信するシリーズ、今回は楽しく認知症予防に取り組んでいる「はぎの会」の皆さんにお話を伺いました。

### インタビュー

はぎの会について  
教えてください

「はぎの会」は、第三地域包括支援センターが開催するいきいきサポーター養成講座中級（認知症予防）の修了者または現在受講中の方が参加しています。会では、講座で教わった認知症予防ゲームを地域の方に広めることを目的に参加者全員で取り組んでいます。皆で笑って和気あいあいとした雰囲気です。

はぎの会が目指すところ

ゲームを楽しむだけではなくメンバー自身がいきいきサポーターであるということを活かし、毎回数人のメンバーがリーダーとなり、ゲームの進行を行います。毎月リーダーが交代するため皆が

同じ立場で気兼ねなく意見を出し合うことができます。今後は、地域の方にも参加していただきメンバー全員で運営をしていけるようになりたいと考えています。そのためにもまずは自分たちが楽しみながら取り組み、それが介護予防につながればと思います。

### 代表竹田さんのお話

会社勤め的时候はなかなか地域活動ができず、地元のつながりができたらいいなと思い始めました。活動時はもちろん、スパーや地元でメンバーと会った時も挨拶や笑顔が増えてきて、とても嬉しいです。まずは自分が楽しみ、そして介護予防。その次に、はぎの会のメンバーと共にさらなる活動へ発展できたらいいなと思っています。

## 認知症ハンドブックを配布しています



ご自身やご家族など身近な方が、「物忘れが気になりだした」「もしかして認知症かな」という時に手に取っていただきたい冊子です。認知症の進行と対応方法、相談機関、医療機関の情報が掲載されています。近くの地域包括支援センター、高齢者支援課で配布しています。市ホームページからダウンロードできます。



【問】 高齢者支援課 ☎53-4099



7.16 3年ぶりに松阪祇園まつり開催 ⅡⅡVOL.1548  
3年ぶりとなる松阪祇園まつりが開催され、松阪神社、御厨神社、八雲神社の三社のみこしが日野町交差点に集結しました。



村上しいこさんと竹上市長

村上さんの著書が課題図書に選ばれたのは2回目です。  
竹上市長は、「課題図書への選出おめでとうございます。こういう報告を受けることは嬉しい事です。このような作家さんが松阪で活動していることが大事なことだと思います。」と話しました。

## 村上しいこさんの本が 課題図書に選出

ⅡⅡVOL.1547



ダンスチームArzuの皆さんと竹上市長

このチームは、石津町で活動するダンスグループで、市内の小学生らおよそ70人が所属しています。  
選手は、「全国大会で1位をめざしたい」などと、意気込みを述べました。  
竹上市長は、「全国大会へ行くだけでもすごいことです。ぜひ楽しんできてください。」と激励しました。

## ダンスチームArzu 全国大会に出場

ⅡⅡVOL.1548



松名瀬海岸に咲くはまぼうの花

はまぼうは、株全体で次々に花を咲かせるのが特徴です。  
参加者は、夏の日差しに映える、黄色いはまぼうを観察しながら、美化活動にも取り組みました。

## はまぼう観察会

ⅡⅡVOL.1550



## 動画で松阪市の情報を発信

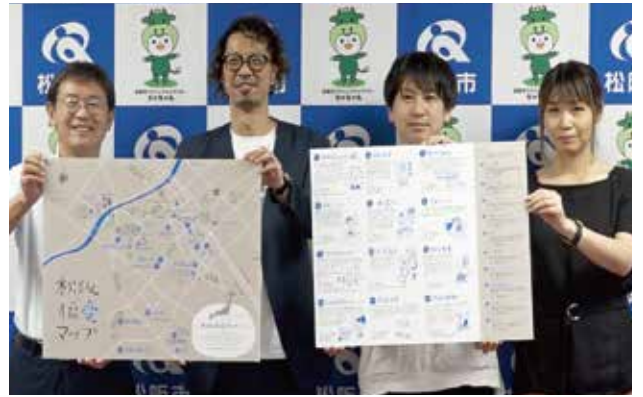
松阪市行政チャンネル

検索

更新日：毎週火曜・金曜

松阪市行政チャンネルはスマートフォンでもご覧いただけます。

まちのできごとのうち、  のついたものは、上記サイトで動画でも配信しています。是非ご覧ください。



8.3 松阪偏愛マップが完成   VOL.1552

合同会社「馬鹿鳴都」のメンバーが松阪市街地観光マップ「松阪偏愛マップ」の完成を竹上市長に報告しました。



プレゼンの様子

7.31 自分のお気に入りの本や、人にオススメしたい本を制限時間内にプレゼンをする「ビブリオバトル」の第8回まつさか大会が松阪図書館で開催されました。プレゼンの結果、樋上明美さんが紹介した、「ディープリフエイク」がチャンプ本に選ばれました。樋上さんは、「この本を皆さんに読んで欲しくて、初めて参加しました。この本はネットの怖さがわかる本なので、学校でも取り上げてほしいです。」と話しました。

## ビブリオバトル 第8回まつさか大会



VOL.1551



表彰式の様子

8.1 松阪市職員アワード「グッドアイデア部門」の入選提案が決定し、その表彰式が行われました。この制度は、市職員から「より良い市政」の実現に向けた提案を募集し、既成概念にとられない様々な施策や事業を創出するとともに職員の政策形成能力向上をめざすものです。入選した提案は、副業人材と市内業者をマッチングさせて市内産業を活性化させる「来たれ副業人材！地元産業活性化プロジェクト」など6件の提案が選ばれました。

## 職員アワード 入選提案者表彰式



VOL.1552



表敬訪問の様子

8.9 第104回夏の全国高等学校野球大会に三重県代表として、三重高校が出場しました。三重高校野球部は、7月28日に行われた三重県大会決勝で、津商業高校に11対6で勝利し、2年連続、14回目の、全国高等学校野球大会に出場を決めました。8月9日に行われた1回戦では、神奈川県代表の横浜高校と対戦し、4対2で惜しくも敗れましたが、最後まで諦めない姿は元氣と感動を与えてくれました。

## 夏の甲子園出場 三重高校野球部



VOL.1551

## 松阪子ども食堂 ～子ども無料・大人100円～

### ●とき・ところ／

- ①9月17日(土) 昼12時半～午後2時 福祉会館(殿町)  
先着39食(予定)
- ②10月7日(金) 午後2時半～4時半 第二公民館(垣鼻町)  
配付数 先着100食(予定)  
第二公民館はテイクアウト

※共にアレルギー対応はしていません。

※ボランティア募集!

【問】 みんな食堂くらぶ ☎080-5168-8330

## 「フードたすけあいプロジェクト」のご案内

さまざまな理由で食料支援が必要な方に食料品を届ける活動です。

- とき・ところ／①9月17日(土) 午前8時半～11時  
駅前通り商店街ベルタウン(日野町)
- ②9月25日(日) 午前10時～午後3時  
ぎゅーとらラプリー大黒田店(大黒田町)

●内容／家庭で余っている食料品のご提供をお願いします。  
未開封の食料品で、カップ麺、袋麺、米、レトルト食品、缶詰、瓶詰めなど。(石鹸類も可)

【問】 たべる・つなぐ会松阪 事務局  
☎080-5168-8330



## 日本消化器病学会東海支部 第125回 市民公開講座 消化器がんの最前線

### ～大腸がん・肝がん・膵がん～

- とき／9月23日(金・祝) 午後1時半～4時(開場1時)  
入場無料、参加ご希望の方は直接会場へお越しください。  
※感染によっては入場制限を実施する場合があります。
- ところ／農業屋コミュニティ文化センター(川井町)
- 講演内容／1.わたしがすすめる! やさしい大腸カメラ  
(済生会松阪総合病院 内科医)
- 2.ここまで出来る大腸がんの手術  
(済生会松阪総合病院 外科医)
- 3.肝臓がん最新情報  
～疫学の変化と治療の進歩～  
(三重大学医学部 消化器内科学教授)
- 4.ここまできた膵がん診断と治療  
(三重大学医学部 肝胆膵・移植外科学教授)

【問】 済生会松阪総合病院 ☎51-2626

## 松阪地域障がい者就職面接会

障がい者雇用を予定している企業の採用担当者と面談ができます。就労支援者、保護者の同席も可能です。

- とき／10月3日(月) 午後1時半～3時半
- ところ／華王殿(高町)
- 参加企業／15社程度
- 対象／ハローワークで求職登録している障害者手帳所持者
- 持ち物／面談申込書、障害者手帳  
※事前申し込みが必要
- 【問・申】 ハローワーク松阪 求人専門援助部門  
☎51-0860

# MA-TSU-SA-KA

## コミュニティ (掲示板)

## 【事業者の皆様】 インボイス制度説明会(事前予約制)

令和5年10月1日から、インボイス制度が実施されます。事業者の皆様には実施に向けて必要な準備を進めていただくために是非ご参加ください。

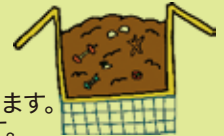
日時	内容	定員
9月20日(火) 第一部 午前10時～11時	インボイス制度の概要、売手・買手側の注意点、登録申請の方法等について説明	各30人
10月21日(金) 第二部 午後2時～3時	上記説明に加えて、消費税の基本的な仕組み等について説明	

- ところ／松阪合同庁舎1階(高町)
- 【問・申】 松阪税務署 ☎52-3021(代表)
- ※自動音声案内にしたがって「2」を選択してください。  
個人課税第一部門(内線252) 法人課税部門(内線211)

## ダンボール箱の魔力で 家庭の生ごみを有機肥料へ

～各家庭から出る生ごみの堆肥化方法に関する『講座の開催』はどのようにか!～

- とき・ところ／申込者と調整
- 受講者／5人以上は材料費無償
- 所要時間／1時間程度
- ※燃えるごみ出しが週1回以下に減ります。
- ※半年で約30Lの有機肥料ができます。
- 【問・申】 松阪ダンボールコンポストの会  
柴田 ☎090-9916-8421
- 🌐 <https://matsusakacompost.wixsite.com/website>



## 第59回 松阪市民芸能大会(入場無料) 飛び入り出演者大募集!

- とき／11月3日(木・祝) 昼12時～4時(開館 午前11時半)
- ところ／農業屋コミュニティ文化センター(川井町)
- 定員／12人(先着順)
- 出演料／3,000円(昼食付) 郵便振替番号00810-7-86270
- 締切／9月20日(火)
- 申込／出演曲目、名前、住所、電話をご連絡ください。
- 【問・申】 松阪市民芸能協会 西村 ☎21-6708

## 行政書士による市民相談会(無料)

- とき／10月6日(木) 午後1時半～4時
- ところ／産業振興センター 2階(本町)
- 内容／相続、遺言、成年後見、農地法関係などご相談ください。
- 【問・申】 三重県行政書士会  
松阪支部 柳瀬 ☎080-4845-0188



## 松阪法人会 第26回 歩け歩け大会 ～自然の中で小さな発見・見つけ隊!!～

- とき／11月5日(土)午前9時(開会式)  
(受付 午前8時半)
- 集合場所／阿坂運動公園(小阿坂町)
- 内容／ウォーキング・お楽しみ抽選会
- 定員／150人(先着順)
- 参加費／無料
- 申込／QRコード・電話・松阪法人会  
ホームページ(名前・住所・電話番号)
- 締切／10月7日(金)
- 【問・申】(公社)松阪法人会事務局(月～金)  
午前9時～午後5時 ☎52-1321



## 第33回 無料なんでも相談会

- とき／10月1日(土)午後1時～4時
- ところ／松阪商工会議所(若葉町)
- 相談項目／法律、税金、保険、労働、建物、お金、健康、お薬、防災相談など
- ※すべて個別相談で、法律・税務相談以外は電話による相談もお受けします。
- ※最新情報はホームページをご確認ください。
- 【問】松阪商工会議所 中小企業相談所 ☎51-7811  
HP <https://www.m-cci.or.jp/>

## チャレンジ松阪! ～正社員就職を目指す若者サポートプロジェクト～

日時	内容・定員(先着順)
10月18日(火)午前10時～11時半	自己分析セミナー 20人
10月18日(火)午後1時半～3時	職業理解セミナー 20人
11月10日(木)午後1時半～3時半	履歴書の書き方・面接対策 20人
12月16日(金)午後2時～4時	就職面接会 40人

- ところ／ハローワーク松阪(高町)
- 対象／35歳までの正社員を目指す方等(ハローワークでの登録が必要)
- 受講料／無料
- 申込／窓口
- 【問・申】ハローワーク松阪 職業相談部門  
☎51-0860部門コード(41#)

## 不動産鑑定士無料相談会

- 地価、地代、家賃、土地利用に係る諸問題について相談してください。
- とき／10月3日(月)午後1時～4時
  - ところ／市役所(殿町)
  - 【問】(一社)三重県不動産鑑定士協会  
☎059-229-3671

## 参加者募集 第一回 市長杯まつさかポッチャ大会 ～大会は独自ルールで実施～

- とき／9月17日(土)午前10時～正午(受付 午前9時半)
- ところ／ハートフルみくもスポーツ文化センター(曽原町)
- 対象／障がいの種類に関係なく障がいをお持ちの方
- 参加費／無料
- 定員／30人程度(先着順)
- 締切／9月16日(金)
- 申込／QRコードよりお申込みください。
- 【問】まつさかポッチャ大会実行委員会  
☎31-1402(ホームケア南郊 上達)



## 人生100年時代のプラス年金

- 国民年金基金は国民年金に上乘せする公的な個人年金制度です。対象者は、20歳以上65歳未満の国民年金保険料を納付している方です。メリットとして
- ①掛金が加入時の年齢で一定、全額所得控除できます。
  - ②終身年金として受け取ることができます。
  - ③万一の時はご遺族に一時金が支払われます。
- 【問】全国国民年金基金三重支部  
☎0120-65-4192  
HP <https://www.zenkoku-kikin.or.jp/>

## 調停手続相談会(無料) 事前予約制

- とき／10月15日(土)午前10時～午後3時
- ところ／社会福祉協議会松阪支所(鎌田町)
- 相談内容／民事(金銭、土地・建物、相隣、商事、交通、公害、農事問題等)  
家事(夫婦、親子、親族関係、扶養、相続、財産分与問題等)
- 相談担当者／松阪調停協会所属の民事調停委員・家事調停委員
- 申込／メール・電話(できる限りメールでお願いします。)
- ※名前・来場予定時刻を入力してください。
- 【問・申】松阪調停協会 ☎51-0542  
✉[matu.tyoutei@aol.com](mailto:matu.tyoutei@aol.com)

## 松阪健康いきいきフェスタ (入場無料)

- とき・ところ／9月17日(土)カリヨンプラザ・松阪街づくり公社(日野町)
- 9月18日(日)松阪ワークセンター(上川町)
- 各日：午前10時～午後4時
- 内容／お弁当等の販売・ワークショップ・癒しブースなど心も身体も元気になれるお店がたくさん出店します。
- ※松阪ワークセンター会場ではキッチンカーの出店、松阪バトンクラブ、久保中学校吹奏楽部の演奏会等のステージ発表もあります。
- 【問】松阪健康いきいきフェスタ実行委員  
岡林 ☎090-8679-0616  
✉[boshikafu@za.ztv.ne.jp](mailto:boshikafu@za.ztv.ne.jp)  
HP <https://sanboren.wixsite.com/3bosicenter>

# 親子向けの健康講座

★申し込みは随時、WEB(QRコードまたは健康センターはるるのHPから)か電話で会場へ。



事業名	10月	時間	会場	対象	内容	申し込み
母子健康手帳の交付	平日(月～金)	8:30～17:15	下記各窓口	妊婦	持ち物:妊娠届出書、「マイナンバーカード」または「通知カード+運転免許証等」	—
ハバママ教室 (夫婦で協力編)★	22(土)	9:30～11:00 (受付9:15～9:30)	嬉野保健センター	市内在住の妊婦と夫8組	パパのための妊娠・出産・育児講座、助産師によるマタニティストレッチとマッサージの紹介(要予約) 持ち物:母子健康手帳、動きやすい服装	
ハバママ教室 (生活体験編)★	15(土)	9:30～11:45 (受付9:15～9:30)	健康センターはるる	市内在住の妊婦と夫や家族12組	パパが行う赤ちゃんのお風呂の練習と妊婦体験、保健師による赤ちゃんが生まれてからの生活のお話 持ち物:母子健康手帳、筆記用具	
新米ママ教室★	25(火)	13:30～15:00 (受付13:15～13:30)	健康センターはるる	生後2～3か月の第1子と母親10組	子育てに役立つお話と新米ママさん達の交流 持ち物:母子健康手帳、筆記用具、バスタオル	
オンラインヘビールーム★	4(火)	13:30～14:30	ご自宅	生後1～4か月の第1子とご家族10組	生活リズムのお話と遊びの紹介 ※持ち物/パソコン、スマホなどが必要	
離乳食教室 ごっくんコース★	7(金)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	健康センターはるる	生後4～6か月の乳児と保護者20組	離乳食のお話と調理実演 持ち物:母子健康手帳、バスタオル	
	28(金)		嬉野保健センター	生後4～6か月の乳児と保護者10組		
離乳食教室 もぐもぐコース★	19(水)		健康センターはるる	生後7～12か月の乳児と保護者20組		
子育て教室	18(火)	①11:00～12:00 ②13:30～14:30	健康センターはるる	0歳児の乳児と保護者20組	親子の交流・遊び、健康のお話 持ち物:バスタオル(乳児のみ)	
	11(火)	10:00～11:00	嬉野保健センター	0歳児の乳児と保護者15組		
	18(火)	9:30～10:30	健康センターはるる	1歳児の幼児と保護者20組		
	25(火)	10:00～11:00	嬉野保健センター	1歳児の幼児と保護者15組		
	12(水)		ハートフルみくも保健福祉センター※	1歳6か月までの乳幼児と保護者15組		
プレイルーム開放	4(火)	8:30～17:00	嬉野保健センター	乳幼児	自由遊び	—
	11(火)				10:00～11:00は子育て教室実施のため利用できません。 11:00～嬉野図書館職員によるミニお話し会	
	18(火)				10:00～折り紙で遊ぶ	
	25(火)				10:00～11:00は子育て教室実施のため利用できません。 11:00～嬉野図書館職員によるミニお話し会 ※子育て教室のみ要予約	
はるる遊ぼうDAY	22(土)	10:00～12:00	健康センターはるる	乳幼児、学童と保護者	自由遊び(予約不要)	—
1歳6か月児健康診査	27(木)	受付 12:45～14:30	健康センターはるる	1歳6か月～2歳の誕生日の前日までの幼児	対象者に個別通知	—
3歳6か月児健康診査	6(木)、20(木)			おおむね3歳6か月～4歳の誕生日の前日までの幼児		

# 親子向けの健康相談

★申し込みは随時、WEB(QRコードまたは健康センターはるるのHPから)か電話で会場へ。

事業名	10月	時間	会場	対象	内容	申し込み
こども歯みがき相談★	11(火)	9:30～11:30	飯高やまっこ(やまなみこども園内)	1歳以上の幼児と保護者(お一人20分程度)	歯科衛生士によるブラッシング等の個別相談 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ	不要
	3(月)	9:30～11:30	健康センターはるる			
	12(水)	13:30～15:00				
乳幼児健康相談 離乳食・幼児食相談★	12(水)	9:00～11:20 13:30～14:50	健康センターはるる	乳児 きょうだい乳児と幼児の同時相談はどちらでも可	乳幼児の身体計測、健康相談  10月21日(金)は育児相談のみ	 ※1 徳和市民センター、橋西市民センター実施分は健康センターはるるへ
	5(水)	9:30～11:10	徳和市民センター※1	乳幼児		
	26(水)		橋西市民センター※1			
	7(金)、21(金)	嬉野保健センター				
乳幼児健康相談	25(火)	9:30～11:30	かんばん(飯南ふれあいセンター)		持ち物:母子健康手帳、バスタオル(乳児のみ)	随時、電話でかんばんへ(☎32-8111)
	11(火)	9:30～11:30 (受付9:30～10:30)	飯高やまっこ(やまなみこども園内)	不要		
オンライン母子健康相談	まっプリの「オンライン相談申込」フォームから予約		健康センターはるる 嬉野保健センター	妊婦 乳幼児の保護者	自宅からビデオ通話で妊娠中や子育てについての相談ができます。	まっプリの登録はこちら

# 成人向けの健康相談、献血

事業名	10月	時間	会場	内容・対象・定員 等
はるる元気朝一体操	平日(火)	9:00～9:20	健康センターはるる	ラジオ体操等 持ち物:飲み物・動きやすい靴・服装
はるる健康ウォーキング	18(火)	9:00～11:00		上記のはるる元気朝一体操終了後にはるる周辺を1時間程度ウォーキングサポーターと実施。 持ち物:飲み物・帽子 ※雨天中止
健康相談	平日(月～金)	8:30～17:00	◎健康センターはるる ◎嬉野保健センター 飯南地域振興局地域住民課 飯高地域振興局地域住民課	保健師による相談 ◎印の会場は管理栄養士による相談も実施 ※電話で各会場へ相談時間を予約ください。
献血	23(日)	10:00～11:30 13:00～16:00	パワーセンター松阪	400ml ※男女ともに体重50kg以上の方 男性17歳～69歳まで、女性18歳～69歳までの方 ※日程が変更になる場合があります。最新日程はQRコードからご確認ください。

# お問合せ・予約窓口

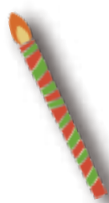
※三雲管内での事業のお問合せは、嬉野保健センター(☎48-3812)までお願いします。

名称	健康センターはるる(春日町)	嬉野保健センター(嬉野町)	飯南地域振興局地域住民課(飯南町粥見)	飯高地域振興局地域住民課(飯高町宮前)
電話	☎ 20-8087	☎ 48-3812	☎ 32-8020	☎ 46-7112

# 10月の各種市民相談



相談項目	10月	時間	開催場所	担当所管	電話番号
法律相談	13(木)、27(木)	13:00~17:00 (予約受付 相談のある週の月曜日8:30から) ※定員は各12人(先着順)	福祉会館(殿町)	社会福祉協議会 福祉のまちづくり課	予約専用 ☎30-5690
心配ごと相談	土・日・祝を除く毎日	13:00~16:00<受付:15時20分まで>	社会福祉協議会 松阪支所(鎌田町)	社会福祉協議会 松阪支所	☎30-5210
	3(月)、11(火)、 17(月)、31(月)	9:00~11:30	嬉野社会福祉センター(嬉野権現前町)	社会福祉協議会 嬉野支所	☎42-2718
	3(月)、17(月)	13:00~15:00	ハートフルみくも保健福祉センター (曾原町)	社会福祉協議会 三雲支所	☎56-7247
	26(水)		飯南高齢者生活福祉センター (飯南町横野)	社会福祉協議会 飯南支所	☎32-4630
	4(火)		飯高振興局(飯高町宮前)	社会福祉協議会 飯高支所	☎45-1125
	11(火)		飯高振興局 川俣出張所		
	18(火)		飯高振興局 森出張所		
	25(火)		飯高振興局 波瀬出張所		
行政相談	18(火)		9:00~12:00	市役所地下 第2会議室(殿町)	秘書広報課 広報広聴係
	24(月)	13:00~15:00	嬉野社会福祉センター(嬉野権現前町)	嬉野振興局 地域振興課	☎48-3804
	3(月)		ハートフルみくも保健福祉センター (曾原町)	三雲振興局 地域振興課	☎56-7905
	26(水)		飯南高齢者生活福祉センター (飯南町横野)	飯南振興局 地域振興課	☎32-2511
	12(水)	9:00~11:00	飯高老人福祉センター(飯高町宮前)	飯高振興局 地域振興課	☎46-7111
	13:00~15:00	飯高保健センター(飯高町森)			
人権相談 ※法務局でも常時 相談に応じています。	26(水)	13:00~15:00	飯南高齢者生活福祉センター (飯南町横野)	法務局松阪支局 松阪人権擁護委員協議会	☎53-1501
弁護士人権相談	18(火)	13:30~16:00[受付 9:00~15:30] ※定員は5人(先着順) ※受付場所は人権・多様性社会課	市役所5階 特別会議室(殿町)	人権・多様性社会課	☎53-4017
障がい者医療相談 ※整形外科医 による相談	19(水)	13:00~14:00 [前月末12:00までに予約必要]	障害者福祉センター(殿町)	障害者福祉センター	☎53-4489
交通事故相談	5(水)	10:00~15:00 [前日12:00までに予約必要] ※定員は4人	市役所5階 特別会議室(殿町)	地域安全対策課	☎53-4061
就職相談	14(金)	14:00~16:00 [前日12:00までに予約必要]	第一隣保館(京町)	第一隣保館	☎21-2928
消費生活相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~12:00、13:00~16:00	市役所4階(殿町)	消費生活センター (商工政策課内)	☎25-6590
若者就労相談会 (39歳まで)	14(金)、28(金)	13:00~17:00 [予約必要]	産業振興センター(本町)	若者就業サポート ステーション・みえ	☎059-271-9333
就職氷河期世代 就労相談会 (40歳から49歳まで)	14(金)、28(金)	13:00~17:00 [予約必要]	産業振興センター(本町)	就職氷河期世代 就労支援センター	☎059-271-6600
子ども発達相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~17:00	子ども発達総合支援センター(下村町)	子ども発達総合支援センター 育ちサポート係	☎30-4410
子どもの 療育手帳相談	5(水)、12(水)、 19(水)	9:30~16:30 [予約必要]			
教育相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~17:00 [予約必要] ※第2・4月、第1~3水、 第2木は、18:00まで ※第1土(9:00~17:00)、 第3土(13:00~17:00)は開設	子ども支援研究センター(川井町)	子ども支援研究センター	☎23-7939
不登校の相談	土・日・祝を除く毎日	◆月・水・金は、14:00~17:00 [予約必要] ◆火・木は、13:00~17:00 [予約必要]	鈴の森教室(子ども支援研究センター内)	鈴の森教室	☎26-1900
青少年の悩みの相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:00	青少年センター(川井町)	青少年センター	☎21-7830
青少年の悩み Twitter相談			松阪市青少年の悩みツイッター相談 (@0598_21_7830)		
税務相談	11(火)	10:00~16:00 [予約必要]	東海税理士会 松阪支部(商工会議所内)(若葉町)	東海税理士会 松阪支部事務局	☎50-2357
貿易相談	14(金)	14:30~16:30 [予約必要] ※オンラインでの開催も受け付けています。	産業振興センター(本町)	ジェトロ三重	☎059-228-2647
更生保護相談	土・日・祝を除く毎日	10:00~15:00 [予約必要]	福祉会館(殿町)	松阪更生保護サポートセンター	☎21-1600
こころの健康相談	17(月)	13:30~15:30 [予約必要]	松阪保健所(高町)	松阪保健所	☎50-0532
エイズ相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:15			☎50-0531
ひきこもり相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:15	市役所1階 健康福祉総務課 【窓口⑬】(殿町)	健康福祉総務課	☎31-1922



HAPPY BIRTHDAY



3日  
生まれ

うめたに れあな  
梅谷 玲亜奈ちゃん  
(大黒田町)  
おねえちゃんと  
仲良くね♪



3日  
生まれ

えひこ しぎ  
蛸子 紫稀ちゃん  
(肥留町)  
お兄ちゃんと  
仲良く大きくなって  
いてね!



5日  
生まれ

おちあい いとは  
落合 絃羽ちゃん  
(上川町)  
お兄ちゃんたちと  
仲良くね♡  
だいすきだよ♡



6日  
生まれ

たかやなぎ さくと  
高柳 朔杜ちゃん  
(中万町)  
祝1歳☆  
食べるの大好き♪  
大きくなあれ♡



10日  
生まれ

なかむら りと  
中村 莉陽ちゃん  
(久保町)  
1歳おめでとう♡  
我が家の癒し♡  
りーちゃん



13日  
生まれ

やまもと ちより  
山本 知依ちゃん  
(嬉野中川新町二丁目)  
どんどん  
可愛くなるだろう♪  
間違いない♡



14日  
生まれ

いむら いっせい  
井村 一晴ちゃん  
(上川町)  
これからも  
ニコニコ笑顔で  
元気に育ってね♡



15日  
生まれ

はまちよ ひかる  
濱千代 光ちゃん  
(西野町)  
これからも  
元気いっぱい  
大きくなってね☆



15日  
生まれ

ひらまつ さく  
平松 采空ちゃん  
(塚本町)  
これからも元気に  
沢山遊ぼうね!  
おめでとう



17日  
生まれ

まえだ あおい  
前田 葵ちゃん  
(久保町)  
祝1歳!!  
すくすく  
元気いっぱい  
育ってね♪



17日  
生まれ

もりしょうへい  
森 祥平ちゃん  
(南町)  
祝1歳!  
祥平と過ごす毎日が  
大切な宝物だよ



19日  
生まれ

たなか みずき  
田中 瑞姫ちゃん  
(中万町)  
みずき  
1歳おめでとう!  
幸せをありがとう♡



20日  
生まれ

みのだ あや  
箕田 紋ちゃん  
(嬉野釜生田町)  
いっぱい食べて  
大きくなってね♡



21日  
生まれ

はった そら  
八田 蒼空ちゃん  
(荒木町)  
1歳おめでとう☆  
ニコニコ笑顔  
だいすき♡



22日  
生まれ

ふるいち ひまり  
古市 陽莉ちゃん  
(大口町)  
祝1歳♪  
いっぱい食べて  
大きくなあれ♡♡



23日  
生まれ

あずま こうたろう  
東 宏汰郎ちゃん  
(嬉野町)  
わんぱく宏汰郎です!!!  
よろしくね★★★



24日  
生まれ

なべたに りと  
鍋谷 莉都ちゃん  
(内五曲町)  
1歳おめでとう♡  
元気にすくすく  
育ってね!



25日  
生まれ

うえだ れい  
上田 零ちゃん  
(嬉野中川新町二丁目)  
1歳おめでとう☆  
お姉ちゃんと  
仲良くね



26日  
生まれ

いしみつ りと  
石光 莉都ちゃん  
(中林町)  
りとちゃん  
生まれてきてくれて  
ありがとう!



27日  
生まれ

すぎやま ひびき  
杉山 響ちゃん  
(高町)  
一歳おめでとう!  
元気にすくすく  
育ってね♡



11月で1歳になるお子さんの写真を募集しています! 【問】 広報広聴課 ☎53-4312

応募要項

10月1日(土)までに、応募フォーム(右記QRコード)から応募ください。

- 写真・画像についてはお子さんのみが写っているものとします。
- 応募いただいた写真については返却しません。
- 応募多数の場合は抽選とさせていただきます。(抽選結果は掲載をもって、発表にかえさせていただきます)
- 応募いただいた写真は全て、松阪市行政チャンネルと市ホームページのトップページに掲載させていただきます。
- 頭など体の一部が写っていないと写真が切れてしまうのでご注意ください。

松阪市 1歳になったよ 検索



応募フォーム

郵送での応募は「お子さんのお名前(ふりがな)」「住所」「生年月日」「性別」「保護者のお名前」「電話番号」「20文字以内のコメント」を写真の裏に記入し、お送りください。  
〒515-8515 松阪市殿町1340番地1 松阪市役所 広報広聴課 1歳になったよ係

【締切日必着】



・この広報紙は、再生紙と環境に優しい植物油インキを使用しています。  
・広報紙は資源物(雑誌・雑紙)に分別してください。  
・見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。  
・QRコードは(株)デンソーウェアの登録商標です。

〒515-8515 三重県松阪市殿町1340番地1 松阪市役所 広報広聴課  
Tel.0598-53-4312 / Fax.0598-22-1119