

今月のトピックス

9/30(金)にさ・し・す・せセミナーを開催します!



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 / 三雲地域振興局 地域振興課
〒515-2112 松阪市曾原町872番地
電話: 0598-56-7905
FAX: 0598-56-5382

地域の情報誌

みくも

9月

振興局だより



切磋亭 琢磨さんプロフィール
三重県出身。
教育生活30年目にして
早期退職し、教壇から
高座へと転身。
社会人落語家として活躍。
笑いあり涙ありの落語付き
講演を全国で展開し、各地
で好評を得ている。



の月30日(金)
開場: 午後1時30分 開演: 午後2時
三雲・天白公民館 研修室①(曾原町872-2)
社会人落語家
切磋亭 琢磨 (せつさいてい たくま) さん
男女共同参画について、落語を織り交ぜて
お話ししていただきます。
先着45人(事前申込必要・参加費無料)
9月5日(月)からの月26日(月)までに、
電話またはFAX、メールでお申込みください。
三雲地域振興局 地域振興課
56-7905 FAX 56-5382
mishin.miku@city.matsusaka.mie.jp

男女共同参画
さ・し・す・せセミナーの開催について

元気はつらつ! シニア体力測定会

自分の体力を知り、自分に合った適切な運動を
生活に取り入れるきっかけにしてみませんか?
また、日々の運動していらっしゃる方にこの機会
にその成果を確認してみましょう。

9月8日(木)午前10時~正午

嬉野保健センター

内場日
体力測定と運動実習

★嬉野保健センター会場だけの特典! ■
健康・美容のスマア測定も実施! ■

対
おおむね65歳以上の方 25人(先着順)

※膝など治療中の方は、主治医に確認してく
ださい。

申持

飲み物、タオル

電話またはFAXで高齢者支援課へ。

53-4099 FAX

26-4035

※感染状況等により中止にさせていただいく場合
があります。



子育て世代包括支援セミナーからの案内

内対場日	内対場日	内対場日
1歳児の親子 嬉野保健センター	1歳児の親子 嬉野保健センター	1歳児の親子 嬉野保健センター
9月27日(火) 10時～11時	9月27日(火) 10時～11時	9月30日(金) 10時～11時30分
親子でリズム遊びやふれあい遊び、健康のお話(がん検診)	親子でリズム遊びやふれあい遊び、健康のお話(がん検診)	乳児との保護者



- パパママ教室【夫婦で協力編】(要予約)

パパ活のための妊娠・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の紹介も行います。パパとママ一緒にご参加ください。

内対場日 10月22日(土)9時30分～11時
場所 嬉野保健センター
内容 妊娠中のママとパパ
持物 マタニティストレッチとマッサージの紹介
子育て教室(要予約)
- ハートフルベビー

10月12日(水)10時～11時
場所 ハートフルみくも保健福祉センター
内容 1歳6か月までの乳幼児と保護者
持物 手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(がん検診)
- ハートフルベビー

10月12日(水)10時～11時
場所 ハートフルみくも保健福祉センター
内容 1歳6か月までの乳幼児と保護者
持物 手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(がん検診)

【ハートフルベビー】
日場 10月11日(火) 10時～11時
場所 嬉野保健センター
内容 0歳児の親子
持物 手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(親子だからだと動かそう)



- 乳幼児健康相談(要予約)

10月はお休みです。11月14日(月)
場所 嬉野保健センター
内容 健康相談のみ
持物 乳幼児健康相談(要予約)
- ハートフルみくも保健福祉センター
10月7日(金)
【時間】9時30分～11時30分
場所 ハートフルみくも保健福祉センター
内容 きみのお子さまは不要
持物 母子健康手帳、バスタオル(立って計測で
- 離乳食教室「むぐむぐコース」(要予約)

アから月以降の離乳食について、回数・内容・目安量などのポイントを学びます。大人の食事からの取り分けや、手つかみ食べなど、調理実演とお話を通じて他の参加者の皆さんと一緒に学んでいただけます。お気軽にご参加ください。

※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。了承ください。
申込 WEB(左記QRコードまたは松阪市ホームページから)か電話で嬉野保健センターへお申込みください。
問合 48-3812
場所 嬉野保健センター
※子育て教室の申し込みは、実施日の2週間前(祝日の場合は翌日)から受付しています。



誰もがなりうる認知症

相談先を知っていますか?

の用は「世界アルツハイマー月間」として、全国各地で認知症の啓発が行われます。5人に1人が認知症といわれる時代。決して特別なことではなく、誰もがなりうるものです。

「何かおかしい」「井のせいかな?」等、気になることがあつた時の相談先を知っておくと、もしもの時に役立ちます。ぜひこの機会にお知りおきください。

問 高齢者支援課



53-4009

物忘れ相談会

広報まつさかをご覧ください

お住まいの
地域包括支援
センター

三重県認知症
コールセンター

☎059-235-4165

【問】松阪市高齢者支援課 ☎53-4099 FAX26-4035

認知症かな?と思ったら

まずは、かかりつけ医へ相談しましょう

その他の相談機関が地域にあります。気になることがあればお気軽に相談ください。

スマート缶・乾電池・ライターの処理について

家庭から出るごみの中には、「危険ゴミ」として分類されね。

スマート缶(カセットボンベ)については、中身を使い切つてから、穴を開けずにお出し下さい。

ライター(点火ライター等)については、ガスを使い切つてからお出し下さい。

三雲管内では月に1回の「資源ゴミの日(拠点収集)」の時に出していただき、「三雲つサイクルセンター」へ直接持ち込みをお願いしています。**「ゴミ集積所では回収いたしません。**お間違えのないようにお願いします。

※拠点収集をしていない自治会もありますので、各自治会で確認してください。

問 三雲地域振興局 地域住民課 環境生活担当
56-7909



9月20日は「バスの日」です



問 56-7905

「地域ぐるみで守り育てていくバス」として、多くの皆様のご利用をお願いいたします。

問 三雲地域公共交通運行協議会事務局

(三雲地域振興局 地域振興課)

ほっとギャラリー 9月の展示

「三雲の夏祭り」写真展

三雲の各地域で行われている夏祭りの風景を写真で展示します。三雲地域振興局へお越しの際は、ぜひご覧ください。

【展示期間】

9月14日(水)

～10月26日(水)



「夏の碧川とハマボウ」写真展

夏の碧川の風景や碧川に咲くハマボウの写真を8月より展示しております。三雲地域振興局へお越しの際は、ぜひご覧ください。

【展示期間】

9月8日(木)まで



【問】三雲地域振興局 地域振興課

【☎】56-7905

※都合により、内容を変更する場合があります。

松阪市内交通事故発生状況

令和4年7月31日現在

死 者	2人(0)
負 傷 者	190人(+43)
人身事故	151件(+39)
物件事故	2,488件(+36)

()内は対前年同期間比

*各数値は暫定値です



安全
運転



問
56-7905

悲惨な交通事故を一件でも減らせるよう、皆様のご協力を願います！

交差点では信号機や一時停止の有る無しに関わらず、安全確認をよく行い、相手の動きも十分に見てから進みましょう！

交通安全、ここに注意！

問
42-5527

申
問

嬉野体育センター内 AFL EC事務局

費 内

大人(高校生以上) 1750円
子ども(小中学生) 750円

*保険料は別途必要です。

太極拳、グラウンドゴルフ、バランスポール、スロー、エアロビック、キッズコンティショニング、よさこい、卓球、バドミントン等

AFL EC
後期会員を募集します！

会員
募集中

うれしのスポーツクラブAFL ECでは、後期会員を募集します。

10月から入会する方は、会費が半額となります。この機会にぜひ会員になつて様々なスポーツを楽しみましょう。会員になるとAFL ECが開催する種目及び大会の参加費は無料(9月から参加していただけます)となります。

AFL EC
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

