

今月のトピックス

プレミアム付商品券の販売第3弾！！



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 松阪市普原町872番地
電話：0598-56-7905
FAX：0598-56-5382



第3弾 コロナに負けるな！

松阪みんなの商品券を販売します！

新型コロナウイルス感染症や物価上昇に伴う経済対策として、市民の家計支援と市内事業所または店舗の皆さまへの支援を目的に第3弾のプレミアム付商品券を発行・販売します。

【商品券の概要】

1冊8000円分(5000円×16枚綴り)を5000円で販売します。

※5月16日時点において松阪市に住民登録がある世帯の世帯主に、購入引換券を7月下旬に郵送しました。

【購入期間】

令和4年8月1日(月)～

令和5年1月13日(金) 15時

【購入場所】

・三十三銀行 松阪本店営業部及び市内各支店・出張所

【特設販売窓口】三雲地域振興局

8月8日(月)～8月12日(金) ※祝日除く

9時～17時

※その他の特設販売窓口は購入引換券をご覧ください。

【使用期間】

令和4年8月1日(月)～

令和5年1月31日(火)

※使用可能店舗は広報まつさか8月号の折り込みチラシやホームページにてご確認ください

お問い合わせ
53-4361
商工政策課



ホームページ QRコード

筋力トレーニング教室

参加者募集！(参加費無料)

簡単なトレーニングで筋力アップ！
レクリエーションを交えながら、足腰を鍛える筋力トレーニングを教えてください。楽しく心も身体も健康になりましょう。

【日】 8月28日(日) 10時～11時30分

【場】 ハートフルみくもスポーツ文化センターアリーナ
うれしのスポーツクラブ アフレック
小畑真里先生

【定】 30名程度

【持】 上ぐつ・タオル・飲み物

【申】 ハートフルみくもスポーツ文化センター(電話またはFAX)
56-6611 FAX 56-6614

締切日：8月25日(木)

※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。

子育て世代包括支援

センターからのご案内

● 子育て教室(要予約)

【ハートフルベビー】

9月14日(水) 10時～11時

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

【内対場】 手遊び、親子のふれあい遊び、

健康のお話(メディアとの付き合いかた)

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。

【持】 バスタオル



【ウレッピーキッズ】

8月23日(火) 10時～11時

嬉野保健センター

1歳児の親子

親子でリズム遊びやふれあい遊び、

健康のお話(夏の健康管理)

【ウレッピーベビー】

9月13日(火) 10時～11時

嬉野保健センター

0歳児の親子

手遊び、親子のふれあい遊び、

健康のお話(がん検診)

【持】 バスタオル



● 乳幼児健康相談(要予約)

【場】

ハートフルみくも保健福祉センター：9月12日(月)

嬉野保健センター：8月19日(金) (育児相談のみ)

9月2日(金)

9時30分～11時30分

【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)

● 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。

ぜひ遊びに来てください！

①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。

②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火曜日の

10時～11時を除きます。

● 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。

同じくらいのお子さんをもつ方との

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】 8月26日(金) 10時～11時30分

【対場】 嬉野保健センター

8月26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ホーム

ページから) か電話で嬉野保健センターへ

※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。

☎ 48-38812

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

子育て教室
乳幼児健康相談
離乳食教室



申込サイト
へアクセス

献血にぜひ協力ください

現在、高齢化による若年層献血者の減少が深刻化しており、輸血用血液の確保が非常に困難な状況が続いています。

各医療機関への安定的な輸血用血液の供給の

ためにも、皆様のご協力をお願いいたします。

対場日 9月14日(水) 9時～11時30分
嬉野保健センター

- ① 男性17歳～69歳、女性18～69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、60～64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。

※新型コロナウイルスを接種された方で、接種してから48時間経過している方はご参加いただけます。

問 嬉野保健センター
48-3812



ひきこもり出張相談会

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。ひとりりで、家族だけで悩まないで、ぜひご相談ください。

対場日 8月24日(水) 10時30分～15時30分
三雲地域振興局
市内在住のひきこもりに悩むご本人やご家族3名(要予約) ※1人1時間程度

申問 健康福祉総務課(8月22日(月)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。
31-1922



松阪市ひきこもり相談窓口

検索

食品ロスをなくそう

「使い切り・食べ切り・水切り」「3切り運動」に協力！
家庭ごみの重さは、「生ごみ」が約半分を占めています。この中には「食べ残り」や「手をつけていない食料品」がたくさん含まれています。
家庭でできる「ごみ減量法」

- ◇使い切り 必要な食材だけ購入し、買すぎに注意しましょう。買ったものはすべて使い切りましょう。
- ◇食べ切り 食べ物を大切にし、残さず食べましょう。残ったものは上手に保存、または残り物もアレンジして全部食べ切りましょう。
- ◇水切り 生ごみを捨てる時は、水分をできるだけ切って、ごみを軽くしましょう。

台所用水切りごみ袋2枚を配布

8月15日(月)より、三雲リサイクルセンター利用者には台所用水切りごみ袋2枚(先着300人)を配布します。

問 三雲地域振興局 地域住民課 環境生活担当
56-7909

ハートフル夏祭りのご案内

対場日 8月6日(土) 16時～19時半

ハートフルみくもイベント広場&保健福祉センター館内
各地域で行事等の中止が今年も相次いでいます。親子の交流や学びを大切にしている市民の有志であるハグクミ実行委員会と子どもたちで作る手作り夏祭りを開催したいと思えます。エグ・健康・福祉等を意識し、一緒に楽しみませんか？

- 流しそうめん振る舞い(17時スタート・先着順)
- 巨大シャボン玉で遊ぼう
- ナイアガラ花火(19時予定)
- 輪投げ・ヨーヨー釣り・スパーボールすくい射的・ダーツ・光るおもちゃ
- メイクアップアーティストによるキッズメイク
- キッチンカー(かき氷、焼きそば、アイス、カレー、唐揚げ、フランクフルト等)

【チケットについて】

当日は子どもたちにお店のお手伝いをしていただくため、お金の取り扱いを考慮し、チケット制にすることにしました。手作りの祭りのため、入場料は500円(1世帯もしくは、子ども同士のグループも可能となり、お買い物は実費となります。皆さまお誘いあわせの上、ご来場ください。)

問 松阪市社会福祉協議会
56-7247



ほっとギャラリー 8月の展示

「夏の碧川とハマボウ」写真展

夏の碧川(あおかわ)の風景や碧川に咲くハマボウの写真を展示します。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】

8月18日(木)～9月8日(木)



戦争と平和を考えるパネル展

広島・長崎の悲惨な被爆体験と平和の大切さを次の世代に伝えていくため、被爆直後の広島・長崎の惨状や当時の状況を伝えるパネル展を三雲地域振興局にて開催します。

【展示期間】

8月2日(火)～12日(金)



【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6月30日現在

死者	1人(-1)
負傷者	166人(+32)
人身事故	133件(+32)
物件事故	2,101件(+29)

()内は対前年同期間比

※各数値は暫定値です



還付金詐欺に注意!

還付金詐欺の電話が急増しています。「期限が今日まで。」などと言いつつ、焦らせてATMへ行くように仕向けてきますが、ATMから還付金が戻ってくることはありません。そのような電話を受けたら、市役所や警察などに相談しましょう。

【問】松阪警察署
53-0110



【☎】42-5527
【問】NPO法人うれしのスポーツクラブAFLEEC

締切：8月16日(火)

【申持】嬉野体育センターに直接申込みか、電話でお申込みください。

【費場日】AFLEEC会員は無料
非会員は300円
室内シューズ、飲み物

【日】8月19日(金) 10時～

参加費もありませんので、お気軽にご参加ください。

参加者募集(要予約)

カラーリング大会

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

