

うれし伝

発行 令和4年9月1日

URESHIDEN

編集・発行 松阪市嬉野地域振興局地域振興課

(☎: 48-3807)

わんぱくナチュレンジャーで 楽しいものづくり



ヘラを使って模様を描きます



銅板飾りが完成!

8月9日(火)、松阪市青少年育成市民会議嬉野支部主催の「わんぱくナチュレンジャー」が開催されました。わんぱくナチュレンジャーは夏休み期間中の子ども達に楽しんでもらおうと様々なものづくりや体験教室を行っており、今年も銅板飾りを作る教室が行われました。子ども達は苦戦しながらも楽しそうに、お気に入りの模様の銅板飾りを作っていました。

地域住民をおもてなし

「やまゆり観賞会」



観賞会のようす



やまゆり園に咲くやまゆり

7月20日(水)、嬉野宇気郷住民協議会主催の「やまゆり観賞会」が嬉野宇気郷公民館で行われました。公民館裏にある「やまゆり園」には多数のやまゆりが咲き、きれいなお花と甘い香りで訪れる人々をお迎え。来場者にはお抹茶と菓子振舞い、やまゆりを観賞しながら癒しのひとときを過ごしました。

AFFLEC後期会員を募集します!

うれしのスポーツクラブAFFLEC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って様々なスポーツを楽しみましょう。会員になるとAFFLEC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。

▼後期会費...大人(高校生以上) 1,750円

子ども(小中学生) 750円 ※保険料は別途必要です。

▼種目...大極拳、グラウンドゴルフ、バランスボール、スローエアロビクス、キッズコンディショニング、よさこい、卓球、バドミントンなど

▼申込・問合せ...嬉野体育センター内 AFFLEC事務局

(☎42-5527)

「子ども服リユースプロジェクト」メンバー募集

子どもの成長は嬉しいけど...「子ども服のサイズアウトは速い!」「成長の思い出と共に、捨てるのも...」「大切に活用してもらえれば誰かがいれば譲りたい」「譲ってほしい」。そんな想いをリユースプロジェクトとして令和5年度から開始します。企画・運営に現役パパ・ママの力を貸してください。ご応募お待ちしております!

【メンバーの方にお願したいこと】

開始に向けて企画・運営のお手伝いをいただきます。(ボランティア)★会議は平日の昼間の時間帯を予定しています。お子さんの同席大歓迎!絵本やジャンクルームなどのキッズコーナーもあります!

★令和4年度中に2回程度会議を開催する予定です。

▼申込期間...9月5日(月)～16日(金)

▼申込・問合せ...松阪市社会福祉協議会 嬉野支所

(☎42-2718)



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の紹介も行います。パパとママ一緒に参加ください。

▼とき…10月22日(土)

9時30分～11時

▼ところ…嬉野保健センター

▼対象…妊娠中のママとパパ

▼内容…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体験

▼持ち物…母子健康手帳、筆記用具

《子育て教室》(要予約)

○ウレッピーキッズ

▼とき…9月27日(火)

10時～11時

▼ところ…嬉野保健センター

▼対象…1歳児の親子

▼内容…親子でリズム遊びやふれあい遊び、健康のお話(がん検診)

○ウレッピーベビー

▼とき…10月11日(火)

10時～11時



▼ところ…嬉野保健センター

▼対象…0歳児の親子

▼内容…手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(親子でからだを動かそう)

▼持ち物…バスタオル

○ハートフルベビー

▼とき…10月12日(水)

10時～11時

▼ところ…ハートフルみくも

保健福祉センター

▼対象…1歳6か月までの乳幼児と保護者

▼内容…手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話(がん検診)

▼持ち物…バスタオル

《乳幼児健康相談》(要予約)

▼とき…

①9月16日(金)…育児相談のみ

②10月7日(金)

9時30分～11時30分

※ハートフルみくも保健福祉センター会場は10月はお休みです。

▼ところ…嬉野保健センター

▼持ち物…母子健康手帳、バスタオル
(立って計測できるお子さまはバスタオル不要)



《離乳食教室 もぐもぐコース》 (要予約)

7か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づかみ食べなど、調理実演とお話を通じて他の参加者の皆さんといっしょに学んでいただく教室です。お気軽にご参加ください。

▼とき…9月30日(金)

10時～11時30分

▼ところ…嬉野保健センター

▼対象…9月30日の時点で生後7～12か月の乳児とその保護者

▼参加費…無料

▼持ち物…母子健康手帳、バスタオル

▼申込方法

WEB(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。

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

▼申込・問合せ…嬉野保健センター

(☎48-3812)

○パパママ教室

のお申込みはこちらから！



○子育て教室
○乳幼児健康相談
○離乳食教室
のお申込みはこちらから！



献血にぜひ、 ご協力ください



▼とき…9月14日(水)

9時～11時30分

▼ところ…嬉野保健センター

▼対象…

①男性…17歳～69歳
女性…18歳～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歳の時に献血の経験がある方に限りま

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)も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時間経過している場合は献血にご協力いただくことが可能です。

▼問合せ…嬉野保健センター

(☎48-3812)

健康づくり嬉野Uの会から 教室のお知らせ

〜知っておきたい防災〜

(要予約)

被災地での様子のお話と災害が起きた時の非常食について考えていただく教室です。ぜひご参加ください。

▼と き…10月15日(土)

13時30分〜15時30分

▼ところ…嬉野保健センター

▼内容…

○「被災地からの報告」熊本・倉敷の被災地より〜

松阪中央総合病院 救急科外科医長 谷口健太郎氏

○健やか薬局 管理栄養士による非常食についての講話

▼定 員…先着30人

▼申込方法…9月12日(月)からWEB

(左記QRコードから)か電話で嬉野保健センターへお申込みください。

▼申込・問合せ…嬉野保健センター

(☎48・3812)

お申込みは

こちらから!



元気はつらつ!

シニア体力測定会

(要予約)

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、日ごろ運動をしてみえる方は、この機会にその成果を確認してみましよう。

▼と き…9月8日(木)

10時〜正午

▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…おおむね65歳以上の方

※膝など治療中の方は、主治医に確認してください。

▼内 容…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・美容のスコア測定も実施☆

▼定 員…先着25人

▼持ち物…飲み物、タオル

▼申込方法…電話またはFAXで高齢者支援課へお申込みください。

▼申込・問合せ…高齢者支援課

(☎電話 53・4099)

(FAX 26・4035)



AFLECからのお知らせ

ラダーゲッター大会

参加者募集

(要予約)

ラダーゲッターとは両端にポールがついたヒモをラダー(はしご)に向かって投げ、上手に引つ掛けるスポーツです。参加賞もありますので、お気軽にご参加ください。

▼と き…9月9日(金)10時〜

▼ところ…嬉野体育センター

▼参加費…AFLEC会員は無料

非会員は300円

▼持ち物…室内シューズ、飲み物

▼申込方法…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。

▼締 切…9月6日(火)

▼申込・問合せ…NPO法人うれしのスポーツクラブAFLEC

(☎42・5527)



※今月号に掲載している講座・イベント等は、悪天候時、新型コロナウイルス感染症の状況により、内容等の変更、中止・延期となる場合があります。ご了承ください。

松阪北部地域交流

みくも掲示板



ぼっと、ギャラリー

9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8月より展示しております。

▼と き…9月8日(木)まで

8時30分〜17時15分

▼ところ…三雲地域振興局(土日を除く)

☆「三雲の夏祭り」写真展

三雲の各地区で行われている夏祭りの風景を写真で展示します。

▼と き…9月14日(水)〜

10月26日(水)

8時30分〜17時15分

(土日祝を除く)

▼ところ…三雲地域振興局

※都合により、内容を変更する場合があります。

▼問合せ…三雲地域振興局地域振興課

(☎56・7905)





嬉野パトロール

松阪警察署 (☎ 53・0110)

嬉野交番 (☎ 42・1109)

特殊詐欺の新たな手口に注意!

手口

- ① 犯人が市役所職員・年金事務所職員等を名乗って、還付金詐欺同様に被害者の個人情報や口座番号等を聞き出す。
- ② 犯人が聞き出した情報を基に被害者になりすまし、口座に紐付けたネットバンキングを開設
- ③ 犯人が被害者の口座からネットバンキングを介して別口座に送金し、だまし取る。

対策

- ・ 個人情報聞き出す電話に不用意に回答しないようにしましょう。
- ・ 詐欺犯からの電話に出ないために在宅中も留守番電話に設定しましょう。

詐欺かもと思ったら、警察総合相談窓口

#9110へ連絡を!



自転車に鍵をかけましょう!

「施錠なし」「高校生の被害」が増えています

- 駐輪時には鍵を2個以上かけましょう。
- 短時間でも、自宅前でも、鍵をかけましょう。
- 路上には置かず、駐輪場に置きましょう。
- 防犯登録をしましょう。(自転車店で)

嬉野交番

助言帳



活用しましょう!

あらたな選択肢サポートカー限定免許制度

運転に不安を感じる方に対して、運転免許証の自主返納だけでなく、より安全なサポートカーに限定して運転を継続するという新たな選択肢を設ける趣旨の制度です。サポートカー限定免許の申請は、運転免許証の更新時に併せて行うことが可能です。サポートカーのリストは警察庁ウェブサイトを閲覧ください。

詳細な手続き等は、最寄りの警察署にお問い合わせください。

警視庁サイト

サポートカーリスト



三重県警察モバイルサイト

地域の安心安全につながる情報を

配信中!



誰もがなりうる認知症

相談先知っていますか?

9月は「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」、「年のせいかな?」等気になることがあっ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。

▼問合せ：高齢者支援課

(☎電話) 53・4099
(FAX) 26・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。

お住まいの
地域包括支援
センター

☎0598-42-7255

(第二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

物忘れ
相談会

広報まつさかをご覧ください