

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
 振興局だより
みくも
 9月

男女共同参画

さ・し・す・せセミナーの開催について

9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)
 社会人落語家

切磋亭 琢磨(せつさていたくま)さん

男女共同参画について、落語を織り交せて
 お話していただきます。

先着45人(事前申込必要・参加費無料)

9月5日(月)から9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

chishin.mikumo@city.matsusakamie.jp



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。

元気がつらつ!

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、日ごろ運動していらっしゃる方はこの機会
 にその成果を確認してみましよう。

9月8日(木)午前10時~正午

嬉野保健センター

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

※ 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。

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きます場合があります。



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。

日 10月22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の紹介

持 母子健康手帳、筆記用具

● 子育て教室(要予約)

〔ハートフルベビー〕

日 10月12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(がん検診)

持 バスタオル

〔ウレッピーキッズ〕

日 9月27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(がん検診)



〔ウレッピーベビー〕

日 10月11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

持 (親子でからだを動かそう)

持 バスタオル

● 乳幼児健康相談(要予約)

日

ハートフルみくも保健福祉センター…

10月はお休みです。11月14日(月)

嬉野保健センター…

9月16日(金) (育児相談のみ)

10月7日(金)

〔時間〕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)

● 離乳食教室「もくもくコース」(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一緒に学んでいただく教室です。お気軽にご参加ください。

日 9月30日(金) 10時～11時30分

場 嬉野保健センター

対 9月30日の時点で生後7～12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

※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。

申 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。

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

問 嬉野保健センター
48-3812



パパママ教室
子育て教室
離乳食教室



誰もがなりうる認知症

相談先を知っていますか？

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 高齢者支援課

53-4099

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

三重県認知症
コールセンター
☎059-235-4165

物忘れ
相談会

広報まつさかそ
ご覧ください

【問】松阪市高齢者支援課 ☎53-4099 FAX26-4035

スプレー缶・乾電池・ライター缶の処理について

家庭から出るこれらの「ゴミ」については、「危険ゴミ」として分類されます。

スプレー缶(カセットボンベ)については、中身を使い切ってから、穴を開けずにお出しください。

ライター(点火ライター等)については、ガスを使い切ってからお出しください。

三雲管内では月に1回の「資源「ゴミ」の日(拠点収集)」の時にお願いしていただくか、「三雲リサイクルセンター」へ直接持ち込みをお願いしています。

「三雲集積所では回収いたしません。お間違えのないようお願いします。」

※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

9月20日は、明治36年9月20日に日本で初めてバスが運行されたことにちなんで「バスの日」とされています。

三雲地域においても、平成24年10月1日より、三雲地域「コミュニティバス」「だけちゃんハートバス」が運行しています。

「コミュニティバス」の運行は皆様の利用で支えられています。マイカーと比べるとバスの利便性は低く感じられますが、バスを利用することで、駐車場の心配もなく、乗車中は景色を見ながらゆっくりできる、環境負荷の軽減につながるなど、良いところもたくさんあります。

また、松阪市運営の「コミュニティバス」では、運転免許証自主返納者に対する運賃割引として、運賃支払い時に「運転経歴証明書」を掲示することにより、掲示した本人および同伴者1名の運賃が半額に割引されます。

最寄りのバス停や運行時刻、乗り方など、分からないことがありましたら、ぜひお問い合わせください。

「地域ぐるみで育てていくバス」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)

56-7905




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




交通安全、こころに注意!

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!

悲惨な交通事故を一件でも減らせるよう、皆様の協力をお願いします!

【問】三雲地域振興局 地域振興課
56-7905

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

A F L E C

後期会員を募集します!

うれしのスポーツクラブAFLEC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AFLEC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。

【費】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。

【内】太極拳、グラウンドゴルフ、バランスボール、スローエアロビック、キッズコンディショニング、よさこい、卓球、バドミントン等

【申問】嬉野体育センター内 AFLEC事務局
42-5527

会員募集中

