

# 今月のトピックス

10月は3R(スリーアール)推進月間です!



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

## 10月

### 夕暮れ時、ちょっと早めの

### ライト★オン運動

期間10月1日(土)～12月31日(土)

夕暮れ時は交通事故が多発する傾向にあり、特に日没時間が早くなる10月以降は、帰宅時間帯のラッシュと相まって、更なる交通事故の多発が懸念されます。

このため、車両の運転者が、夕暮れ時に少しでも早くライトを点灯することを心がけ、周囲の車両や歩行者を早期に見えてくれる交通環境づくりに努めるとともに、早めのライト点灯と反射材着用を推進することにより、全ての道路利用者の交通安全意識の高揚を図り、夕暮れ時の交通事故を防止することを目的とします。

### 反射材の着用推進

歩行者はできるだけ明るい服装(白や黄色)を選ぶとともに、夜間においては反射タスキ・携行品(鞆等)反射材の活用、懐中電灯を活用するなどして、周囲に自分の存在を知らせて交通事故から身を守りましょう。



### 夕暮れ時又は天候に応じた早めのライト点灯

日没の少し前からライトを点灯し、見るためのライトを、見せるためにも活用しましょう。また雨などの天候に応じてライトを点灯することで積極的な事故防止に努めましょう。



### 卓球交流会参加者募集!

卓球は安全性が高く、子どもから高齢者まで幅広い層の方が行えるスポーツです。地域の方と交流し、楽しいひと時を過ごしましょう。

お気軽にご参加ください。

日 10月16日(日) 9時30分～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

講 川瀬 信一さん

対 どなたでも参加できます

(小学生以下保護者同伴)

定 24名(定員になり次第締め切り)

費 無料

持 上ぐつ・運動のできる服装・タオル・

飲み物・ラケット(少数ですが貸出有)

◇締切日:10月11日(火)

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





# 子育て世代包括支援

## センターからのご案内

### ● 新米ママ教室(要予約)

**日** 11月16日(水) 13時30分～15時

**場** 姫野保健センター

**内** 生後2～3か月頃の第1子とママ

**対** 赤ちゃんの発育・発達・生活等のお話、

**持** 親子でふれあい遊び、ママ同士の交流

**持** 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

### ● 子育て教室(要予約)

**日** (ハートフルベビー)

11月9日(水) 10時～11時

**場** ハートフルみくも保健福祉センター

**内** 1歳6か月までの乳幼児と保護者

**対** 手遊び、親子のふれあい遊び、健康の

**持** お話(冬の健康管理)

**持** 子育て支援センター出張ひろば「こんにち

**持** ちは赤ちゃん」も兼ねています。

**持** バスタオル

**日** (ウレッピーキッズ)

10月25日(火) 10時～11時

**場** 姫野保健センター

**内** 1歳児の親子

**対** 親子でリズム遊びやふれあい遊び、

**持** 健康のお話(親子でからだを動かそう)

**日** (ウレッピーベビー)

11月8日(火) 10時～11時



**場** 姫野保健センター

**対** 0歳児の親子

**内** 手遊び、親子のふれあい遊び、

**持** 健康のお話(メディアとの付き合い方)

**持** バスタオル

### ● 乳幼児健康相談(要予約)

**日** 11月14日(月)

**場** ハートフルみくも保健福祉センター

10月21日(金)

**場** 姫野保健センター(育児相談のみ)

11月4日(金)

**場** 姫野保健センター

**持** 母子健康手帳、バスタオル(立って計測で

**持** きるお子さまは不要)

**持** こと歯みがき相談(要予約)

**日** 11月4日(金)

**場** 9時30分～11時30分(1人20分程度)

**場** 姫野保健センター

**内** 1歳以上の親子

**対** 歯科衛生士によるむし歯チェックとブラ

**持** ッシング等の個別指導

**持** 離乳食教室「こっくんコース」(要予約)

**持** 離乳食を開始するにあたり、分からないこと

**持** や困っていることはありませんか?

**持** 離乳食の進め方について、

**持** ・どんなふうに進めていったらいいの?

**持** ・どれくらいの軟らかさや、味つけのものと与

**持** 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

**持** さんといっしょに学んでいただく教室です。同じくらいの月齢のお子さんをもつ方との

**持** 友達づくりの場にもなっています。お気軽にご

**持** 参加ください。

**持** 10月28日(金) 10時～11時30分

新米ママ教室  
子育て教室  
乳幼児健康相談  
こと歯みがき相談  
離乳食教室



申込サイト  
へアクセス

48-3881-2

※新型コロナウイルス感染症の影響により、内容等に変更がある場合があります。ご了承ください



### 笑顔と健康わくわくブース

「笑顔で楽しく子育てしよう」をテーマに、楽しみながら健康づくりを体験、発見してもらえるコーナーがあります！

**日** 10月29日(土) 9時30分～12時  
**場** ふるさと会館

エントランス・会議室(遠野権現前可)

**内** ● 健診・検診を知ろうコーナー

対象：未就園児・学童

内容：缶バッジづくり、ぬりえ

● 栄養コーナー

内容：食生活改善推進員による

「ハハが作る 家族がやみつきレシピ」の紹介

● U・Dうれしのコーナー

内容：みんなにやさしいユニバーサルデザイン

の紹介

妊婦体験(妊婦ジャケット)

● 健康チェックコーナー

《事前申込みが必要です》

対象：20歳以上

内容：①骨ウェーブ：骨の硬さをチェック！

②AGEケア：最終糖化産物蓄積レベルを測定！

定員：40名程度

※申込開始日：10月11日(火)よりWEB

(下記QRコード)または電話で遠野保健

センターへお申込みください。

**問** 遠野保健センター

☎ 48-3812



お申込みはこちら



### 相続・遺言および成年後見

#### 無料相談会を開催します

財産管理に悩んでいるお年寄りや障がい者を対象に、成年後見制度の利用など三重県行政書士会松阪支部による無料相談会を開催します。相談をご希望される方は、左記までご予約ください。

**日** 11月10日(木) 13時30分～16時

**場** 三雲地域振興局 1階 第三会議室

**内** ○ 成年後見および財産管理について

○ 相続・遺言・事業承継について

○ その他許認可手続きについて

**申問** 行政書士会松阪支部

☎ 080-4845-0188

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合がございます。ご了承ください。

### 10月は3R推進月間です!

ごみの減量・再商品化を推進するため、10月を「3R推進月間」としてPRを行っています。ごみを減らすため、3Rを始めましょう!

3R(スリーアール)とは、ごみを減らすための環境行動を表すキーワードです。

○ リデュース…ごみを減らそう!

むだなごみの量をできるだけ少なくすること

○ リユース…繰り返し使おう!

一度使ったものをごみにしないで何度も使うこと

○ リサイクル…再び資源として利用しよう!

使い終わったものをもう一度、資源に戻して製品をつくること



Reduce  
ごみを減らそう!

Reduce  
リデュース

Reuse  
リユース

Reuse  
繰り返し使おう!

Recycle  
再び資源として利用しよう!



# ほっとギャラリー 10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9月から写真で展示しています。三雲地域振興局へお越しの際は、ぜひご覧ください。※都合により、内容を変更する場合があります。

【展示期間】10月26日(水)まで

【問】三雲地域振興局 地域振興課

【☎】56-7905



### 松阪市内交通事故発生状況

令和4年8月31日現在

死者	2人(0)
負傷者	217人(+56)
人身事故	175件(+52)
物件事故	2,848件(+43)

( )内は対前年同期間比

※各数値は暫定値です



問 松阪警察署  
53-0110

**車 上荒らしにご注意を!**  
車上荒らしにあわないために、次のことに注意しましょう。

- 短時間でも車両から離れる時は、完全に窓を閉め、必ずキーを抜きドアロックをしましょう。
- カバンや財布などの貴重品は、車内に置きっぱなしにしないようにしましょう。
- 自宅と駐車場が離れている場合は、こまめに確認しましょう。

☎ 48-3804

問 場 嬉野文化振興実行委員会事務局  
嬉野文化振興局 地域振興課

※展示内容は変更となる場合があります。

嬉野ふるさと会館内

★書道、陶芸、嬉野管内各小学校・各保育園作品などの展示

第2部 10月25日(火)～30日(日)  
9時～18時(30日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

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

## 第40回嬉野文化祭

開催します!

●ステージ発表

日 10月10日(月・祝) 9時30分～17時

午前：わかすぎ保育園・嬉野管内各幼稚園(観覧は保護者のみなさまのみです)

午後：中原小学校・嬉野中学校吹奏楽部・一般(入場制限を行う場合があります)

場 嬉野ふるさと会館 大ホール

●作品展示

日 第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

第2部 10月25日(火)～30日(日)  
9時～18時(30日は16時まで)

★書道、陶芸、嬉野管内各小学校・各保育園作品などの展示

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

第2部 10月25日(火)～30日(日)  
9時～18時(30日は16時まで)

★書道、陶芸、嬉野管内各小学校・各保育園作品などの展示

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

第2部 10月25日(火)～30日(日)  
9時～18時(30日は16時まで)

★書道、陶芸、嬉野管内各小学校・各保育園作品などの展示

★水里画、盆栽、水彩画、嬉野中学校作品などの展示

第1部 10月18日(火)～23日(日)  
9時～18時(23日は16時まで)

第2部 10月25日(火)～30日(日)  
9時～18時(30日は16時まで)