

今月のトピックス

三雲文化祭のご案内!



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

地域の情報誌

振興局だより

# みくも

## 10月

三雲文化祭のご案内

子どもからお年寄りまで多くの方が楽しめる文化祭です!ぜひ、お越し下さい。

【作品展示】

日 10月28日(土)・29日(日) 9時~17時

※29日(日)は15時まで

場 ハートフルみくもスポーツ文化センター  
 絵画、書道、写真、陶芸、水墨画、三雲管内公民館作品など

※体験コーナー、模擬店もあります。

※10月1日(日)に開催された芸能音楽発表会の様子も放映します。是非ご覧ください。

☎ 問 三雲文化祭実行委員会(三雲地域振興課)  
 56-7905

●三雲文化祭健康づくりブースを開設します!

日 10月28日(土) 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  
 健康づくりコーナー、がん検診啓発  
 嬉野保健センター ☎ 48-3812



聞いてんか!言うてんか!

第21回 議会報告会

松阪市議会では、常任委員会単位で「第21回議会報告会」を市内4カ所で開催します。

三雲・嬉野地域については、11月8日(水)に三雲・天白公民館で開催します。第2部では「こどもの居場所づくり」と題して、市議会議員と対話形式での意見交換を予定していますので、ぜひこの機会に意見交換に参加してください。

日 11月8日(水) 19時~21時  
 (受付:18時30分~)

場 三雲・天白公民館 研修室1  
 (三雲地域振興局2階)

内 担当委員会 文教経済委員会  
 第1部 報告:9月定例会で審議した内容  
 第2部 意見交換:テーマ「こどもの居場所づくり」

※11月5日(日)、6日(月)、10日(金)にも市内の別会場で、報告会を開催します。詳しくは、市ホームページ、広報まつさか10月号、回覧でご確認ください。

※手話・託児が必要な場合は、開催日の2週間前までにご連絡ください。託児室のご利用は、2歳児から未就学児が対象となります。



# 子育て世代包括支援

## センターからのご案内

### ●子育て教室

#### 「ウレっぴーキッズ」

10月24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(親子でからだを動かそう)

#### 「ウレっぴーベビー」

11月14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(メディアとの付き合い方)

#### 「ハートフルベビー」

11月8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

手遊び、親子のふれあい遊び、健康のお話

#### (冬の健康管理)

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



### ●新米ママ教室(要予約)

11月15日(水) 13時30分～15時

嬉野保健センター

生後2～3か月頃の第1子とママ

赤ちゃんの発育・発達・生活等のお話、親子で

ふれあい遊び、ママ同士の交流

母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

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、マタニティ

ストレッチやマッサージの紹介、交流等を行います。

妊娠中のママ、パパと一緒に参加ください!

10月21日(土) 9時30分～11時

妊娠中のママとパパ

母子健康手帳、筆記用具

離乳食教室「つくんコース(要予約)」

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じっくり学ん

でいただく教室です。

お気軽にご参加ください。(要予約)

10月20日(金) 10時～11時30分

嬉野保健センター

10月20日の時点で生後4～6か月の乳児

とその保護者

母子健康手帳、バスタオル



### ●乳幼児健康相談(要予約)

11月13日(月) 9時30分～11時10分

ハートフルみくも保健福祉センター

母子健康手帳、バスタオル(立つて計測できる

お子さまは不要)

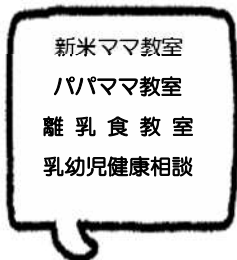
申請 新米ママ教室、パパママ教室、離乳食教室、

乳幼児健康相談は、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。

48-3812(嬉野保健センター)



## 簡単エアロビクス参加者募集

音楽に乗って誰でもできる簡単なエアロビクス

を楽しみながら、心も身体もリフレッシュしまし

よう♪

10月23日(月) 10時～11時30分

ハートフルみくも

スポーツ文化センターアリーナ

加藤三侑さん 定 20名 費 無料

申請 上ぐつ、タオル、飲み物 締切: 10月20日(金)

ハートフルみくもスポーツ文化センター

56-6611 FAX 56-6614

### 親子でベビーヨガ

10月27日(金)10時〜11時

(受付 9時45分〜)

**場** 中川新町地域交流センター(嬉野中川新町)  
赤ちゃんとヨガを楽しみながら、ママのからだもリフレッシュしましょう！

**講** 平野ちづ子さん(助産師)  
松阪市在住の0歳児の親子  
15組程度(先着順)

**申** 10月10日(火)から10月25日(水)までに左記QRコード、または電話で嬉野保健センターへ。  
48-3812(嬉野保健センター)



### 嬉野文化祭

### 笑顔と健康わくわくブース

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22日(日) 10時〜12時

**場** 嬉野ふるさと会館 エントランス・会議室・

1階ホワイエ(嬉野権現前町)

● 健診・検診を知ろうコーナー

**対** 未就園児〜学童 **内** めりえ、折り紙

● 健康チェックコーナー

**対** ①③は20歳以上、②は先着30名

① 体脂肪測定：からだの筋肉や脂肪をチェック！

② ペジチエック：手をかざし野菜摂取レベルを知ろう！

③ 血管年齢測定：血管年齢をチェック！

● 栄養コーナー：味覚チェック(適正濃度のみそ汁の試飲)、食生活改善推進員によるレシピの紹介

● UDうれしのコーナー：ユニバーサルデザインの紹介、妊婦体験(妊婦ジャケツト)

**問** 嬉野保健センター **☎** 48-3812

### 行政相談週間

令和5年10月16日(月)〜22日(日)

### 困ったら一人で悩まず行政相談

「行政相談」ってご存じですか？「行政相談」とは、行政などへの苦情や意見、要望をお聞きし、その解決の促進を図る制度です。

**日** 毎月第1月曜日 13時〜15時

**場** 三雲地域振興局 相談担当者・行政相談委員

「行政相談委員」とは、総務大臣が委嘱している民間有識者で、みなさんの身近な相談相手です。「相談は無料で、相談者の秘密は固く守ります。」

**問** 三雲地域振興課

**☎** 56-7905 **FAX** 56-5382

### 第29回武四郎まつりへの

### ご協賛のお願い

平素は武四郎まつりに対しまして、ご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

本年は8月1日〜翌年1月31日の期間で、この武四郎まつりをより一層盛り上げていき、皆様に愛されるまつりにしていく為、武四郎まつりの趣旨にご賛同いただける法人・団体または個人様からご協賛を募集しています。ぜひ、ご協力をお願いいたします。詳細は左記QRコードからホームページをご覧ください。

**申** 問 武四郎まつり実行委員会事務局(三雲地域振興課内) **☎** 56-7905



### 地域振興局内の

### 配置換えのお知らせ

11月6日から、税業務の一部を本庁へ集約します。それに伴い、地域住民課健康福祉担当の窓口を、正面入り口付近に配置換えします。

※税業務の集約については、広報まつさか10月号をご覧ください。

**問** 三雲地域振興局地域住民課 **☎** 56-7908

# 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25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

8月31日現在

死者	3人(+1)
負傷者	196人(-21)
人身事故	133件(-18)
物件事故	3,086件(+244)

( )内は対前年同期間比

※各数値は暫定値です



☎ 問 松阪警察署課  
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!

**AFFLEC**  
後期会員も  
募集中です!



締切：10月13日(金)

☎ 申 費 場  
問 問 問 場  
42-5527  
AFFLEC会員無料・非会員300円  
うれしのスポーツクラブAFFLEC  
嬉野グランド

☎ 日  
C会員以外の方や初めての方も大歓迎です。  
10月18日(水)9時～(受付 8時45分～)  
※雨天の場合は10月25日(水)

## グランドゴルフ大会

参加者募集(要予約)

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