

広報まつさか



ここがポイント!



ファイルに保存しやすい!

横書きに最適な「左開き」に

すべて横書きに統一し、左開きになりました。また、ファイルにも保存しやすくなります。



いつでも、どこでも!

広報紙がWeb版に

広報紙の情報は Web版でも読むことができます。



カタログポケット

給食好きなひと～
「は～い!」



令和6年度予算

～「育てる・守る・伸ばす」予算～



目次

02 令和7年4月1日採用予定【前期募集】 **松阪市職員募集**

03 ゴールデンウィーク期間中の
ごみ収集・持ち込み

04 **特集** **令和6年度予算**
～「育てる・守る・伸ばす」予算～

08 健康センターはるる内に「こども家庭センター」を設置！
4月1日以降の新型コロナワクチン接種について

09 予防接種を受けましょう！
新生児の聴覚検査費用・1か月児健康診査受診費助成について

まつさか情報広場

10 10 お知らせ
17 17 教育・講座
20 20 募集
23 23 催し・イベント



24 図書館・天文教室・松阪競輪場発売日程

25 松阪農業公園ベルファーム・文化財センター催し物案内

26 **地域の元気応援事業**

28 **第105回 高齢者の暮らしを考える**

29 **市長コラム 春爛漫** 新たな門出を応援しています！

CIRコラム 果物の王様「ドリアン」

30 **まちのできごと**

32 市民の掲示板 **MATSUSAKA コミュニティ**

34 健康講座・健康相談／5月の市民相談

36 **HAPPY BIRTHDAY** ～4月で1歳になったよ～

お知らせ


掲載内容は、予告なく変更になる場合があります。また、イベントなどでは、「新しい生活様式」を取り入れた感染防止対策をお願いします。

※本紙の掲載内容は令和6年3月14日時点のものです。



令和7年4月1日採用予定【前期募集】 松阪市職員募集

応募受付はWEB受付のみです。
(※事務職(障がい者対象)は紙受付も可能)

応募受付期間	第1次試験	募集要項の入手方法
4月8日(月) ～5月7日(火)	①③④ テストセンター方式 および書類選考 ②書類選考 ⑤～⑧ テストセンター方式	4月8日(月)以降に 市ホームページから ダウンロード 

募集職種及び採用予定人員(予定)

募集職種	採用予定人員	年齢要件
①事務職	15人程度	平成元年4月2日 ～平成18年4月1日に 生まれた方(※)
②事務職 (障がい者対象)	1人程度	昭和40年4月2日 ～平成18年4月1日に 生まれた方(※)
③事務職 (システムエンジニア 社会人)	1人程度	昭和40年4月2日 ～平成9年4月1日に 生まれた方
④事務職(社会福祉士 社会人)	1人程度	
⑤技術職【建築】	1人程度	
⑥技術職【電気】	1人程度	平成元年4月2日～ 平成18年4月1日に 生まれた方(※)
⑦幼稚園教諭・ 保育士職	6人程度	
⑧保健師職	1人程度	

(※)ただし、高等学校及び中等教育学校の教育課程を
令和7年3月に卒業(修了)見込みの方は除く。
詳細については、募集要項に掲載しますので、
4月8日(月)以降に募集要項をご確認ください。

【問】 職員課 ☎53-4331 FAX 26-4030

ゴールデンウィーク期間中のごみ収集・持ち込み

◆ごみの収集

ゴールデンウィーク期間中のごみ収集は、ごみの量や交通事情などによって収集時間が通常と異なる場合があります。
※ごみは必ず**収集日の当日午前8時まで**に出してください。

地区名		4月		5月						
		29(月)	30(火)	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)
本庁管内	A1~A4地区	可燃	A1・A2プラ容	不燃	可燃				可燃	A1・A2プラ容 A3ビン
	B1~B4地区		可燃		B1資源 B3・B4プラ容	可燃				可燃
嬉野管内	宇気郷・豊地・天花寺西野・豊田	可燃		拠点A	可燃				可燃	不燃
	中郷・中原・中川	可燃	プラ容	拠点A	可燃				可燃	プラ容
三雲管内	全地区	可燃	プラ容		可燃				可燃	プラ容
飯南・飯高管内	深野・横野・仁柿・川俣・森・波瀬地区	可燃	プラ容		可燃				可燃	プラ容
	粥見・向粥見・有間野・宮前地区		可燃	プラ容	充電式家電 ペット 蛍光灯	可燃				可燃

【問】 本庁管内:清掃事業課 ☎53-4470 FAX 51-6406 嬉野管内:嬉野地域住民課 ☎48-3813 FAX 42-6220
三雲管内:三雲地域住民課 ☎56-7909 FAX 56-5382 飯南管内:飯南地域住民課 ☎32-2514 FAX 32-3771
飯高管内:飯高地域住民課 ☎46-7117 FAX 46-1092

◆持ち込み施設

※ゴールデンウィーク期間中のごみの持ち込みは例年非常に混雑します。(1時間程度お待ちいただくことがあります。)

持ち込み施設	種類	4月		5月			
		29(月)	30(火)	1(水)・2(木)	3(金)~5(日)	6(月)	7(火)
松阪市クリーンセンター(桂瀬町) 【問】 ☎36-0975 FAX 36-0560 ※分別した上で、車からおろしやすいようにして持ち込みください。 可燃ごみ・不燃ごみを持ち込む場合、 【ごみ処理申込書】 が必要です。	可燃 不燃 資源	●			▲	●	
松阪市リサイクルセンター(町平尾町) 【問】 ☎53-4417 FAX 51-6406	資源		●	●			●
三雲リサイクルセンター(曾原町) 【問】 ☎56-7909 FAX 56-5382 ※問い合わせは、三雲地域住民課へお願いします。	資源	▲			▲	▲	
松阪市一般廃棄物最終処分場(上川町) 【問】 ☎28-7710 FAX 28-7713 ※必ず事前連絡をしてください。	埋立	休み			休み	休み	

【ごみ処理申込書】

申請方法は、「オンラインによる申請」と「用紙による申請」があります。下記QRコード(市ホームページ)をご利用ください。



方法①オンラインによる申請
申請フォームより送信後、計量受付で「受付番号」と「お名前」をお伝えください。

方法②用紙による申請
設置場所での用紙を入手するか、用紙を印刷後、必要事項を記載し、計量受付に提出してください。

【受付時間】 ● 8:30~12:00、13:00~16:30 ▲ 9:00~12:00、13:00~16:00

燃えるごみの祝日収集(令和6年度)



令和5年4月から、ごみ収集の平準化を図ることを目的に、月曜日に加え、火曜日、木曜日、金曜日の祝日(年始を除く)について、燃えるごみの追加収集を実施しています。
各地区の収集日については、**ごみカレンダー**をご確認ください。

【令和6年度に追加となる「燃えるごみ」を収集する祝日】

5月3日(金)、令和7年2月11日(火)、3月20日(木)(3日間)

※地域集積所の収集業務限定のため、松阪市クリーンセンターへの持ち込みは資源物のみ可能です。ご注意ください。



4月・5月の連休の くみ取り依頼はお早めに

毎年4月、5月の大型連休期間に主要基幹設備の点検整備を実施します。
この期間中は、くみ取り業者からのし尿や浄化槽汚泥の受け入れができません。
管内事業者へのくみ取り依頼は、早めをお願いします。

【問】 松阪地区広域衛生組合 ☎51-1851 FAX 52-5885



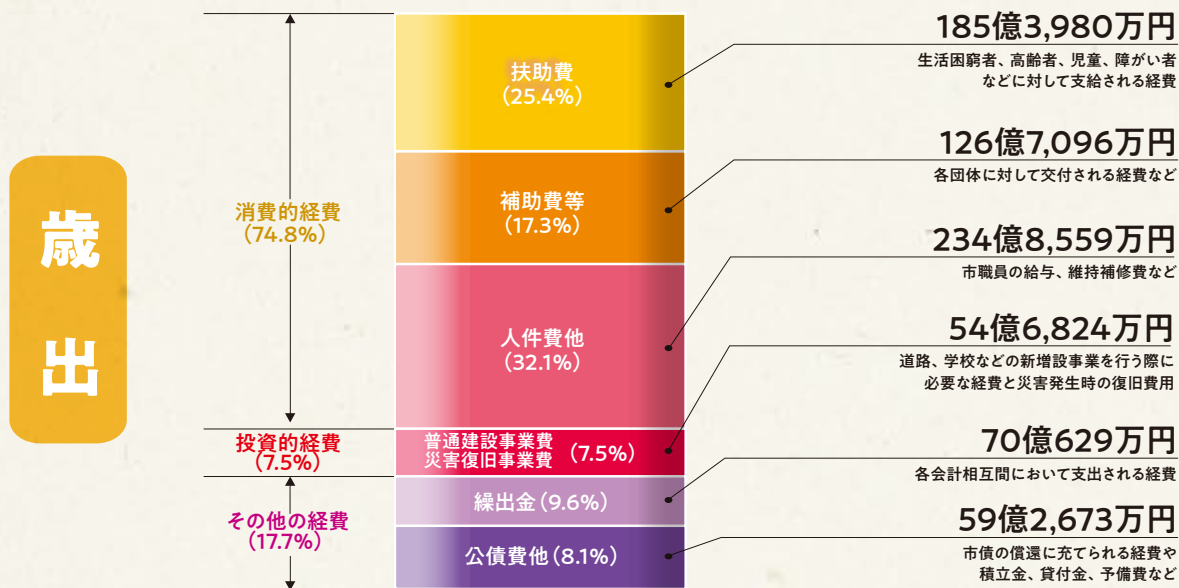
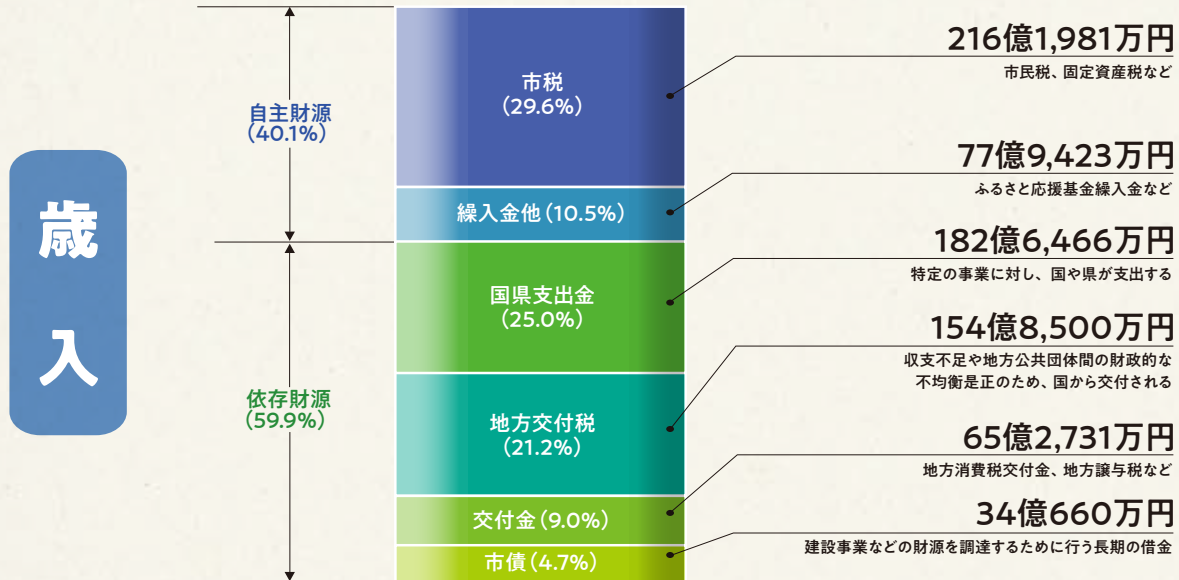
令和6年度予算

～「育てる・守る・伸ばす」予算～

令和6年度予算について詳しくは
松阪市ホームページ
をご覧ください



一般会計当初予算額 730億9,761万円 (前年比6.8%増)



特別会計

一般会計とは切り離して特定の事業ごとに管理する予算です。保険税や使用料など特定の収入で事業を実施します。負担と受益の関係が明確になるなどのメリットがあります。

競輪事業	277億4,774万円 (+15.8%)
国民健康保険事業	164億8,531万円 (-1.3%)
介護保険事業	191億4,071万円 (+0.5%)
後期高齢者医療事業	44億9,529万円 (+7.4%)
住宅新築資金等貸付事業	268万円 (-0.1%)

企業会計

民間企業と同様、独立採算を基本とする予算です。

水道事業	62億5,245万円 (0.0%)
下水道事業	117億7,629万円 (+6.1%)
松阪市民病院事業	134億2,781万円 (+2.4%)

(+-は前年度比)

※本特集では、予算書から1万円未満を調整して掲載しています。また、%表示についても、全体が100%となるように小数点以下の端数で調整しています。

「育てる」予算

新しい保育事業・・・1,565万円

県内初となる取組で、保育園等に通園していないこどもが通園できる「こども誰でも通園」を三雲北こども園で実施することで育児負担軽減を図り、希望園への入園予約制度で、子育てに専念できる環境を整えます。

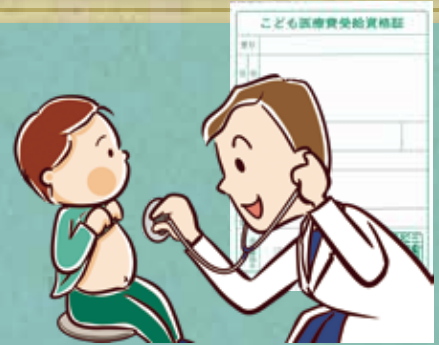
子育て支援事業・・・820万円

育児前・育児中のパパ向け講座の開催、こどもとの関わり方や子育ての悩み・不安の相談支援の実施、ひとり親家庭に対する支援の充実など、松阪市全体として子育てしやすいまちづくりを推進します。



医療費助成事業(こども) ・・・6億1,829万円

令和6年9月診療分からの「こども医療費助成」を、保護者の所得に関係なく満18歳の年度末まで医療機関窓口での自己負担額(保険適用分)を全額助成します。※部屋代等自費負担分、他の給付金適用分などは除きます。



第3子以降学校給食無償化事業 ・・・3,379万円

松阪市では現在、幼稚園や子ども園に通う第3子以降の子どもの保育料無料化や、副食費が免除になるワンモアベイビー支援を行っています。多子世帯への支援その政策を切れ目なく行うため、一定の条件のもと小中学校に通う第3子以降の児童生徒にかかる学校給食費を無償にします。



小学校長期休業子どもの 居場所づくり事業 ・・・2,204万円

小学校長期休業中における放課後児童クラブのニーズが高まる中、通年利用で定員が満たされるため、長期休業期間限定のこどもが安全・安心に過ごせる、家庭に代わる遊びや生活の場を提供します。



※今後実施する事業についての画像は、イメージ画像となります。

「守る」予算

福祉まるごと相談室 ・・・1億5,368万円

福祉まるごと相談室は、概ね中学校区に設置を進めています。現在6か所開設しており、新たに4か所(殿町中、久保中、東部中、中部中学校区)設置予定です。健康や福祉の相談など、地域の皆さんの身近な相談窓口の充実を図ります。



高齢者の介護予防・生活支援・ 認知症予防事業・・・848万円

令和7年以降は人口減少していく一方、65歳以上の高齢者人口は増加していきます。高齢者の皆さまがいつまでも元気に自立した日常生活を送っていただけるよう、自宅介護予防に取り組むことができる介護予防動画の配信、住民主体型生活支援サービスの運営補助、認知症カフェの運営補助などを行い、高齢者の日常生活を支えていく様々な取組の充実を図ります。



生活支援！ 松阪みんなの商品券事業 ・・・4億9,983万円

エネルギー・食料品等の価格高騰の影響を受ける市民に対しプレミアム商品券を発行し、家計支援を行うと共に、市内事業所又は店舗での消費を促し、地域経済の活性化を図ります。(7月1日開始予定)



コミュニティセンター 管理運営事業・・・3,493万円

地区市民センターや地区公民館などの公共施設を地域の活動拠点として活用するコミュニティセンターづくりを推進しています。令和5年度は徳和地区コミュニティセンターが開所し、令和6年度には、松尾地区コミュニティセンターおよび米ノ庄地区コミュニティセンターが開所します。



※今後実施する事業についての画像は、イメージ画像となります。

「伸ばす」予算



みえ松阪マラソン2024
MIE MATSUSAKA MARATHON

みえ松阪マラソン事業・・・1億2,072万円

第3回大会となる「みえ松阪マラソン2024」は、マラソンの部では8,000人から9,000人に拡充し、交流人口の増加、観光客の誘客などによる経済効果や、全国からのランナーを呼び込むことで、さらなる地域活性化を図ります。



スポーツのチカラプロジェクト推進事業・・・389万円

リオ五輪金メダリストの土性沙羅さんが“スポーツのチカラ”を様々なかたちで市民の皆さまに伝えることで、スポーツと連動したまちづくりを推進します。



市制20周年記念イベント推進事業・・・38万円

松阪市は平成17年1月1日に1市4町が合併してから、令和7年で20年を迎えます。これまで少しずつ育んできた一体感をさらに盛り上げるため、市民から事業を募集し、市制20周年を彩る記念事業として開催します。



カーボンニュートラル推進事業・・・1億8,816万円

松阪市は、令和5年2月、ゼロカーボンシティ宣言を表明するとともに、国と同水準の目標を掲げた「松阪市ゼロカーボンビジョン」を公表し、家庭や中小企業の脱炭素化の支援、公共施設のLED化などに取り組んできました。令和6年度以降も引き続き、地域脱炭素に資するさまざまな取り組みを実施していきます。



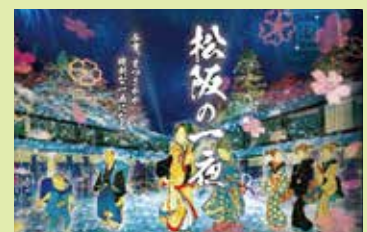
特定地域づくり事業協同組合支援事業 ・・・1,972万円

地域人口が急減している飯南・飯高地域において、農林業や商工業等の地域産業の担い手を確保する「人材派遣事業」と空き家バンク制度等を活用した移住定住を促進する「移住促進事業」に取り組む協同組合の設立・運営に対し支援を行い、地域活性化に繋げていきます。



～一年まるごと松阪!～全国観光客誘致・ インバウンド観光促進事業・・・4,767万円

年間を通して切れ目のないキャンペーンやイベントを実施し、全国の観光客から松阪市を選んでもらうことで、市内での宿泊・飲食を促し、観光消費額の増加につなげます。



※今後実施する事業についての画像は、イメージ画像となります。

健康センターはるる内に「こども家庭センター」を設置!

「こども家庭センター」では妊娠を希望する方から妊娠・出産・子育て期・こどもに関する様々な相談ができます。相談内容により、専門の職員が対応しますので、「誰に相談していいのかわからない」「どこに相談していいのかわからない」と思われる方も安心してご相談ください。

妊娠を希望される方、妊娠・出産・子育てに関する情報は、市HP、松阪ナビもご覧ください。母子健康手帳の交付や産後ケア事業、幼児健診などもしています。相談窓口や各種教室などは市ホームページ(QRコード)からご確認ください



松阪市こども家庭センター

3つの係が連携して松阪市の子育てを切れ目なく支援します



母子保健係

妊娠を希望する方、妊娠・出産から子育て期まで切れ目のない支援「松阪版ネウボラ」を推進します

母子保健に関すること
母子健康手帳の交付
子育て相談・教室、産後ケア事業
不妊・不育症に関することなど

☎20-8087 FAX26-0201

こども家庭支援係

家庭での困りごとをお聞きます

こどもや家庭に関する家庭児童相談
児童虐待相談(ヤングケアラー含む)
女性相談(離婚、DV)
子育て支援ショートステイ
ペアレントプログラムなど

☎30-8666 FAX26-0201

※女性相談は市役所内サテライト ☎53-4085

子育て応援係

こどもと、子育てをされる方の視点に立ち支援策を考えます

こども・子育て支援推進計画の策定・推進
少子化対策に関すること
パパ向け講座など

☎20-8087 FAX26-0201

4月1日以降の新型コロナワクチン接種について

4月1日(月)以降の新型コロナワクチン接種は、予防接種法上の特例臨時接種から季節性インフルエンザと同様の定期接種に位置付けられ、**年1回、秋冬に実施**する予定です。

対象者	市内に住民登録がある方で、接種時点において ①満65歳以上の方 ②満60歳以上65歳未満で重症化リスクが高い方 ※②の範囲は季節性インフルエンザの定期接種と同様 (心臓・じん臓・呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスにより日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方) ※上記対象者以外は任意接種(全額自己負担)として受けることができます。
接種回数・時期	年1回、秋冬に実施します。
費用	自己負担あり(負担額は未定です)
接種場所	個別接種実施医療機関
接種券・予診票	接種券は送付されません。 予診票は医療機関に設置します。 ※今までに送付された接種券・予診票は令和6年4月以降使用できません。

※国の方針次第では変更となる場合があります。

【問】健康づくり課 ☎31-1212 FAX26-0201



■こども家庭センターの設置に伴い、「健康づくり課 保健予防係」の電話番号が変わります


	係名	電話番号・FAX番号
健康づくり課	保健予防係	☎31-1212 FAX26-0201(健康づくり、成人保健、予防接種に関することなど)
	地域医療係	☎23-1364 FAX26-4951(休日・夜間応急診療、AEDの貸出に関することなど)

予防接種を受けましょう!



■ 定期予防接種(A類)

定期予防接種(A類)は、予防接種法によって対象の病気や対象者及び接種期間が定められたものをいいます。

料金(※)	種類	医療機関
無料	ロタウイルス、B型肝炎、小児用肺炎球菌、BCG、MR(麻しん・風しん)、水痘、日本脳炎、二種混合(ジフテリア・破傷風)、HPV(子宮頸がん)、五種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・ヒブ)又は四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)とヒブ	対象者及び接種期間、予防接種実施医療機関など詳細は市ホームページをご覧ください 

(※)接種期間を過ぎると有料になります。

松阪市 こどもの予防接種



～4月1日からの変更点～

①五種混合ワクチンが定期接種に!

四種混合ワクチン(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)とヒブワクチンの2つのワクチンが1つとなり、五種混合ワクチンとなりました。詳細は市のホームページをご確認ください。

②小児の肺炎球菌ワクチンに沈降15価ワクチンが追加

令和5年4月1日から、沈降15価肺炎球菌ワクチンを定期接種として接種することが可能になりました。詳細は市のホームページをご確認ください。



松阪市 五種混合ワクチン



松阪市 小児の肺炎球菌ワクチン



【問】 健康づくり課 ☎31-1212 FAX 26-0201 嬉野保健センター ☎48-3812 FAX 42-4945
 飯南地域住民課 ☎32-8020 FAX 32-3771 飯高地域住民課 ☎46-7112 FAX 46-1092

新生児の聴覚検査費用・1か月児健康診査受診費助成について

■ 新生児聴覚スクリーニング検査費用助成

4月1日から難聴の早期発見につながる新生児聴覚スクリーニング検査の費用助成を開始します。助成方法や申請の際に必要な書類など詳しくは市ホームページをご確認ください。



■ 1か月児健康診査受診費助成

4月1日から1か月児健康診査受診費への費用助成を開始します。助成方法や申請の際に必要な書類など詳しくは市ホームページをご確認ください。



	新生児聴覚スクリーニング検査費用助成	1か月児健康診査受診費助成
対象	市内に住民票があり、令和6年4月1日以降に新生児聴覚スクリーニング検査を受けた新生児	市内に住民票があり、令和6年4月1日以降に1か月児健康診査を受けた乳児
助成回数	1人につき1回	1人につき1回
助成額	上限3,000円	上限4,000円
検査の受け方	検査を希望する医療機関等に母子健康手帳の交付時にお渡しした松阪市新生児聴覚スクリーニング検査結果票兼代理受領委任同意書票をご提出ください。令和6年3月以前に交付を受けた方には郵送する予定です。	健診を希望する医療機関に、母子健康手帳の交付時にお渡しした1か月児健康診査結果票兼代理受領委任同意書をご提出ください。令和6年3月以前に交付を受けた方には郵送する予定です。

【問】 こども家庭センター ☎20-8087 FAX 26-0201



まつさか情報広場



各種問い合わせ、申し込みは、業務時間内【平日の午前8時半～午後5時15分(平日の休館日が設けられている施設については休館日以外の日)】にお願いします。

人口と世帯数【令和6年2月1日現在】		※()内は前月比	
人口	157,167人(-149人)	男	75,678人(-73人)
世帯数	74,535世帯(-11世帯)	女	81,489人(-76人)



「介護保険費用のお知らせ」の一斉送付を終了

「介護保険費用のお知らせ」について、総合事業利用分を含めて一斉送付を終了します。今後、送付を希望される方は広報まつさか6月号でお知らせする申請方法をご確認ください。今後とも介護保険サービスの適正なご利用についてご理解とご協力をお願いします。

●最終発送分／令和6年2月1日付のお知らせ
(令和5年8月～11月の間の利用分について)

【問】 介護保険課 ☎53-4091 FAX 26-4035
高齢者支援課 ☎53-4099

松阪北消防署の救急車が新しくなりました!

この救急車は防衛省の補助を受けて購入しています。これからも救急活動と救急車の適正利用にご理解・ご協力をお願いします。旧車両はNPO法人SunPanSaを通じ、人道支援のためウクライナへ譲与します。

【問】 消防本部総務課 ☎25-1411 FAX 21-3080



重点支援給付金の申請は4月30日(火)まで!

住民税均等割のみ課税世帯を対象とした重点支援給付金の確認書の提出がまだの方は、**4月30日(火)までの申請**になりますのでお早目のご提出をお願いします。

内容	エネルギー・食料品価格等の物価高騰の影響を受けた住民税均等割のみ課税世帯に対して、1世帯当たり10万円、18歳以下の児童1人につき5万円を給付
対象世帯	令和5年度の住民税所得割が課税されていない世帯 ※ただし、令和5年夏以降、1世帯当たり3万円又は7万円の令和5年度住民税非課税世帯への重点支援給付金を受け取られた世帯を除く。

【問】 松阪市重点支援給付金コールセンター
☎0120-101-326

4月は戸籍住民課の窓口が大変混雑します

～お時間に相当の余裕を持ってお越しください～

●混雑時期／4月1日(月)～15日(月)頃

	注意点
転居・転入	新居に住み始めてから必ず14日以内に届出をしてください。 なお、未来の日付での転居・転入や、まだ住み始めていない住所に転居・転入する内容の届出は受け付けることができません。
転出	松阪市で転出の届出をした後、新しく住む自治体にて転入の届出をしてください。

マイナンバーカードを利用し、お近くのコンビニで証明書を発行したり、【転出届】はマイナポータルで手続きをすることで市役所へ行かずに手続きが可能です。

【問】 戸籍住民課 ☎53-4052 FAX 26-9115

4月から「健康づくり」の新しい計画がスタートします

松阪市では以下の2つの計画を策定し、市民の健康づくりに取り組んでいきます。詳しくは、ホームページをご覧ください。



①「第3次松阪市健康づくり計画」

基本理念を「市民みんなが自分らしく輝く健康なまち」とし、みんなで健康なまちづくりを進めていくための6年間の計画です。今後、計画策定イベントとして、講習会や講演会など様々な企画をしていきます。

②「第2次松阪市歯と口腔の健康づくり基本計画」

本計画は、めざす姿を「いい歯で笑顔♪いつまでも楽しくおいしく健口に」とし、市民の生涯にわたる歯と口腔の健康づくりを進めていくための6年間の計画です。



第3次松阪市健康づくり計画



第3次松阪市健康づくり計画



第2次松阪市歯と口腔の健康づくり基本計画



第2次松阪市歯と口腔の健康づくり基本計画

【問】 健康づくり課 ☎31-1212 FAX 26-0201

飯高コミュニティ交通「かはだ」の運行開始

4月1日から飯高地区全域を運行範囲としたデマンド交通を導入します。ぜひご利用下さい。

運行日時	乗降場所	予約方法	運賃
平日の午前9時～午後2時(土日祝日・年末年始は運行しません)	飯高地区内約250か所	利用する時間の1時間前までに(☎53-9035)へ電話予約	各住民協議会を1エリアとみなし、エリア内の移動は1乗車200円。エリアを跨ぐ毎に100円上乗せ

【問】 商工政策課 ☎53-4184 FAX 22-0003

窓の断熱改修が補助対象に! ～松阪市脱炭素化住宅等促進補助金～

令和6年度から松阪市脱炭素化住宅等促進補助金を拡充し、窓の断熱改修を補助対象に追加します。補助金申請には条件等があるため、下記へお問合せいただくか、市ホームページをご確認ください。

●補助対象/次の設備等のうち一定の条件を満たすもの。

※窓の断熱改修は工事に係る費用の支払いを完了した日が令和6年4月1日以降のものに限る。

対象設備等	補助金額
ライフ・サイクル・カーボン・マイナス(LCCM)住宅	20万円
ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス(ZEH)	10万円
家庭用蓄電池、V2H充放電設備又は家庭用燃料電池※1※2	各4万円
窓の断熱改修 ※1	4万円

※1 国の補助対象機器として登録されているものに限る

※2 太陽光発電を同時設置の場合は2万円を加算

申請期限	提出先
住宅の引渡日、設備の保証開始日又は窓の断熱改修に対する国の補助金の交付決定日から90日以内(予算額に達し次第募集終了)	環境課(第四別棟)へ持参または郵送

【問】 環境課 ☎53-4425 FAX 26-4322



詳しくはこちら

公認心理師によるこころの相談

「心配で眠れない」「なぜか不安」など、ひとりで悩んでいませんか?公認心理師がどんなこころの悩みでもお聞きします。ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。

とき(※)	時間	ところ	定員
【令和6年】 4月16日、5月21日、 6月18日、7月16日、 8月20日、9月17日、 10月15日、11月19日、 12月17日 【令和7年】 1月21日、2月18日、 3月18日	①午後1時半～ ②午後2時40分～	市役所5階特別会議室(殿町)	2人(要予約)※1人60分程度

(※)曜日はいずれも火曜日に行います。

●予約方法/相談を希望する日の6日前までに、電話などでお申し込みください。

【問】 人権・多様性社会課 ☎53-4017 FAX 26-4035

国民年金保険料は 4月から月額16,980円に

支払方法	内容
現金(※)	日本年金機構から4月上旬に納付書が届きます。金融機関や郵便局、コンビニ、スマホアプリでの電子決済等で納めてください。
口座振替・クレジットカード	4月下旬までに口座振替額(クレジット納付額)通知書が届きます。

(※)4月30日(火)までに2年分・1年分・6か月分を前納用の納付書で前納すると、割引があります。

2年前納の場合は、年金事務所へ納付書発行の申込みが必要です。

【問】 保険年金課 ☎53-4044 FAX 26-9113
松阪年金事務所 ☎51-5115 FAX 52-1611

介護保険料を特別徴収 (年金天引き)で納めている方へ

令和6年度より介護保険料の基準額が変更になりますが、特別徴収により納付いただく4月・6月の介護保険料は、前年中の所得金額が確定するまでの仮徴収期間となり、2月と同じ金額を納付いただくことになります。なお、8月以降の金額の通知につきましては6月中旬頃の発送を予定しています。

【問】 介護保険課 ☎53-4090 FAX 26-4035

松阪市内で開発事業(建築・土木工事等)を 計画されている皆さんへ 埋蔵文化財の保護にご協力を

市内には約1,500箇所以上の城館跡や集落跡、古墳等の遺跡(埋蔵文化財包蔵地)が分布しています。市内で開発事業を計画される際には、開発予定地が遺跡に含まれているか事前に文化財センターで確認を行ってください。

遺跡の範囲内で 開発事業を行う場合	届出で必要な開発事業の例
工事着手60日前までに 文化財保護法に基づく発掘届出書の提出や埋蔵文化財保護に関する協議が必要	①住宅・工事などの建築 ②宅地造成 ③太陽光発電設備の設置 ④農地の床下げ ⑤土砂採取など

手続きについて詳しくは市ホームページをご覧ください。遺跡の範囲は、松阪市公開型GISの「遺跡地図情報」で確認することができます。

【問】 文化財センター
☎26-7330 FAX 26-7374



市HP

就学援助費給付の申請は 4月30日(火)までに

～オンラインでの申請が可能になりました～

経済的にお困りの家庭に、学校で必要な費用の一部を援助します。

●対象/市立小中学校に就学する児童生徒の保護者で、次のいずれかに該当する方

- ①前年の世帯の所得額が教育長の定める基準以内の方
- ②市民税が非課税世帯、または減免を受けている方
- ③国民年金保険料の免除、または国民健康保険税の減免を受けている方
- ④児童扶養手当を受けている方

援助内容	支給時期	受付期限(※)	申請方法
学用品費、給食費、修学旅行費など、学校で必要な費用の一部	7月、12月、2月	4月30日(火)まで(4月分から支給)	申請フォームから申請してください

(※)5月以降に申請された場合は、申請月分からの支給となります。

【窓口での申請】

預金通帳(保護者名義)を持参し、学校教育課、各教育事務所、またはお子さんの学校で申請手続きをしてください。

※前年度から継続して援助を希望する場合も手続きが必要です。

【問】 学校教育課 ☎53-4388 FAX 26-8816
[多気中学校に就学の場合]多気町教育委員会
☎38-1121 FAX 38-1130

高等学校・大学入学援助金を給付

●対象/①～④をすべて満たす方

- ①令和6年4月に学校教育法第1条に規定する高等学校・大学等に入学した方
- ②保護者が市内に在住している方
- ③世帯員全員の令和6年度市県民税が非課税の世帯の方
- ④生活保護法に規定する生業扶助のうち、高等学校等就学費の扶助を受けていない方

給付額	申請時必要なもの	申請方法
2万円(給付時期は7月末)	預金通帳(保護者名義)、令和6年4月に入学したことがわかるもの(生徒手帳の写し、在学証明書等)	入学後、6月30日(日)までにオンラインフォームから申請、または6月28日(金)までに学校教育課・各教育事務所まで申請してください。

【問】 学校教育課 ☎53-4389 FAX 26-8816

市政バス

～バスに乗って市の公共施設を見学しよう～

- 対象／15人～27人のグループ
(市内在住・在勤・在学)
- 運行日／グループが希望する日
(平日の午前9時～午後4時)
- ※バスの状況により受けられない場合があります。
- ※集合場所へ送迎します。
- 参加費／無料(傷害保険料はグループで負担)
- 申込方法／電話などで広報広聴課へ。

出前講座(費用無料)

生活に関する身近な課題について市職員がお話します。

とき	ところ	テーマ	対象
平日・休日 午前9時～ 午後9時 (年末年始を除く)	集会所など グループで 確保	防災・健康・ 介護・ごみ など75講座	10人以上の グループ (市内在住・ 在勤・在学)

- 申込方法／申込フォーム(QRコード)から申請、郵送またはFAXでお申し込みください。
- ※申込用紙は市役所、公民館等の公共施設にあります。市ホームページからダウンロードできます。
- 【問】 広報広聴課 ☎53-4312 FAX 22-1119



申込みフォーム

物忘れ相談会

- とき／5月17日(金)午前10時～正午
- ところ／健康センターはるる(春日町)
- 内容／専門医師による相談等
- ※医師の相談30分を含め、1人1時間程度
- ※認知症の診断を受けていない方が対象です。
- 定員／3人(要予約) ※参加無料
- 申込方法／電話または直接、高齢者支援課へ。
- 【問】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035



不良な空き家の 除却(解体)費用の一部補助

周辺の住環境に悪影響を及ぼすおそれのある、危険性の高い状態の空き家の除却(解体)費用の一部を補助します。

対象の空き家(※)	補助金額	受付	申込方法
市内の空き家で、市が定める判定基準により「不良空き家等」に該当すると判定されたもの(特定空き家等を含む)	除却(解体)費用の23% (上限25万円)	4月19日 (金)より 受付開始 (先着順)	申請書・必要資料を建築開発課へ。申請書は建築開発課にて配布。(市ホームページからダウンロード可)

(※)老朽化による倒壊、屋根・壁などの建築材の剥落や飛散のおそれなど、危険性の高い状態のものに限ります。

- 対象工事／市ホームページ(QRコード)をご覧ください→
- ※補助金の交付決定を受ける前に行った工事は対象になりません。
- ※補助金の申込については事前に建築開発課までお問い合わせください。
- 【問・申】 建築開発課 ☎53-4174 FAX 26-9118



市HP

都市計画マスタープラン・立地適正化計画に関するアンケートの実施

この計画の見直しを進めるにあたり、将来のまちづくり・土地利用の方針等に関する市民の皆さんのお考えをお聞かせください。

- とき／4月1日(月)～30日(火)
- 対象／市内在住の方
- 回答方法／ホームページのリンクにある回答フォームへ直接入力、又はアンケート用紙に必要事項を記入し、郵送、FAX、メールでお送りください。
- 【問・申】 都市計画課 ☎53-4168 FAX 26-9118
✉ tos.div@city.matsusaka.mie.jp



市HP

ミニ手話 コーナー

手話の理解と普及を図るため、皆さんに日常生活で使える手話を紹介します。

今月のテーマ
【勉強する】
両手を本を
読むように並べて、
手の甲の方向へ
軽く2回下げる。



手話動画 検索

右のQRコードから
YouTubeでも
ご覧になれます→



【問】 障がい福祉課
☎53-4059
FAX 26-9113



聞いてんか!言うてんか! ～第22回議会報告会(意見交換会)～

2月定例会での予算審議内容などを議員が市民の皆さんに説明し、日ごろの議会活動を報告して、議会に対する意見を伺います。詳しくは、議会報告会チラシや市ホームページをご覧ください→



詳しくはこちら

担当委員会 所 管	とき	ところ	第2部 意見交換会テーマ
総務企画委員会 防災・企画・消防・ 総務に関すること	5月13日(月) 午後7時～	松阪公民館 講座室1 (船江町)	新たな防災対策
環境福祉委員会 環境・健康・福祉に 関すること	5月15日(水) 午前10時～		還暦を迎えて からの心配ごと
文教経済委員会 教育・産業・農業に 関すること	5月17日(金) 午後7時～		みんなで考える コミュニティ スクール!
建設水道委員会 建設・上下水道に 関すること	5月20日(月) 午後7時～		市街化調整区域 における 既存集落活性化

※議会報告会の様子は6月以降にYouTube配信
と行政チャンネルで放送予定!

【問】 議会事務局 ☎53-4434 FAX 23-3962

国際交流活動を支援

市内の学校や、市内に活動拠点を置く団体が実施する『国際交流事業』に要する費用の一部を補助します。詳細については市ホームページでご確認ください。

対象事業	<ul style="list-style-type: none"> 文化、スポーツ、教育などを通じた国際交流事業 多文化共生を目的とする事業 国際社会に貢献するボランティア事業 など
補助額	補助にあたっては、審査基準があります。 ・市内の学校：補助対象経費の1/2(上限10万円) ・市内に活動拠点を置く団体：補助対象経費の1/2(上限30万円)

※事業実施の2か月前までに申請してください。

【問】 人権・多様性社会課 ☎53-4339 FAX26-4035

子育て世帯の 離婚・DV・児童虐待等に関する 臨時相談を実施

弁護士資格を有する市職員が、臨時相談に同席し、専門窓口をご案内するほか、法的なアドバイスをします。相談は無料です。(※予約制です。)

●とき／4月5日(金)、19日(金)

●相談時間／5日は午前10時～(1人30分で2人枠)

19日は午後1時半～(1人30分で3人枠)

●ところ／市役所 1階相談室(殿町)

【問】 こども家庭センター(サテライト窓口)

☎53-4085 FAX 26-9113

高額医療・ 高額介護合算療養費制度

医療費と介護サービス費の自己負担額の合計が限度額を超えた場合、その超えた金額を支給します。

●計算期間／令和4年8月～令和5年7月

【年間自己負担限度額(毎年8月～翌年7月)】

所得区分	限度額		
	国保 +介護保険 (70歳未満 を含む)	国保 +介護保険 (70歳～ 74歳)	後期高齢 +介護保険
上位所得者	141万円 ※1	—	—
現役並み所得者Ⅲ	—	212万円	212万円
現役並み所得者Ⅱ	—	141万円	141万円
現役並み所得者Ⅰ	—	67万円	67万円
一般所得者Ⅰ・Ⅱ	60万円 ※2	56万円	56万円
低所得者Ⅱ	34万円	31万円	31万円
低所得者Ⅰ	34万円	19万円 ※3	19万円 ※3

※1 総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額が901万円を超える場合は212万円

※2 総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額が210万円を超える場合は67万円

※3 複数の人が介護サービスを利用する場合、医療保険では限度額19万円により計算し、介護保険では限度額31万円により再計算します。

上位所得者	総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額が600万円を超える世帯
現役並み所得者Ⅲ	課税所得690万円以上
現役並み所得者Ⅱ	課税所得380万円以上690万円未満
現役並み所得者Ⅰ	課税所得145万円以上380万円未満
低所得者Ⅱ	住民税非課税世帯
低所得者Ⅰ	住民税非課税世帯のうち世帯員全員の所得が一定基準以下(年金収入80万円以下等)
一般所得者Ⅰ・Ⅱ	上記以外の世帯

●申請方法／該当者には4月上旬に通知します。基準日に加入していた医療保険の窓口で申請をおこなってください。

【問】 後期高齢者医療制度…保険年金課高齢者保険係

☎53-4068 FAX26-9113

国民健康保険…保険年金課国民健康保険係

☎53-4041 FAX 26-9113

各振興局地域住民課…

嬉野 ☎48-3837 三雲 ☎56-7910

飯南 ☎32-2922 飯高 ☎46-7112



令和5年度は100人以上の方に ご利用いただきました。 マイナンバーカード出張申請

マイナンバーカードを申請したくてもできなかった方にお応えするため、個人宅や施設等へ日時を相談いただいたうえで職員が伺う、出張申請を実施しています。

実施期間	対象	受付方法
令和7年3月末まで	市内在住の方(近隣市町の福祉施設等に入所の場合は、電話にて必ずご相談ください。)	市HPの「ちゃちゃっと手続き」・窓口・電話で申込みできます。その後、訪問日時等を相談のうえで実施します。

必要なものなどは下記へお電話、または市HPにてご確認ください。

※顔写真は無料で撮影します。

※申請にはご本人のマイナンバーカード申請に関する意思確認が必要です。

【問】 戸籍住民課 ☎31-1916 FAX 26-9115



市HP

ひきこもり出張相談会

ひとりで、家族だけで悩まないで、ぜひご相談ください。

とき	4月24日(水)、5月8日(水)
相談時間	①午前10時半～ ②午後1時～ ③午後2時半～
ところ	4月:嬉野社会福祉センター(嬉野権現前町) 5月:飯南ふれあいセンター(飯南町横野)
対象	市内在住のひきこもりに悩むご本人やご家族
定員	3人(要予約)※1人1時間程度
予約方法	開催日の前日までに電話で健康福祉総務課まで。

精神保健福祉士によるひきこもり相談

医療機関の精神保健福祉士が医療面におけるアドバイスや対処方法など、こころの悩みの相談に応じます。

とき	5月21日(火)
相談時間	①午後1時半～ ②午後3時～
ところ	健康福祉総務課(殿町)
対象	市内在住のひきこもりに悩むご本人やご家族のうち、 ・医療機関へ受診したいが、受診できていない方 ・精神障がい疑われるが、精神科等への受診がない方 ・過去に受診歴はあるものの、受診を中断してしまった方 ※既に通院中の方は対象外
定員	2人(要予約)※1人1時間程度
予約方法	5月15日(水)までに電話で健康福祉総務課まで。

電話・来所・メール・LINE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。



詳しくはこちら

松阪市 ひきこもり相談窓口

【問・申】 健康福祉総務課 ☎31-1922 FAX 26-9113

特殊詐欺等被害防止用電話機器 (固定電話機等) 購入費用の一部補助

特殊詐欺被害防止を目的に製造された機器の購入費用の一部を補助します。

●対象/市内在住の65歳以上の方(※市税を滞納していない方)

対象機器	補助金額	必要書類
<ul style="list-style-type: none"> 自動応答録音装置等を有する特殊詐欺被害防止の機能付固定電話機 固定電話に外部接続可能な自動応答録音機能等を有する装置(単なる留守番電話機能のものは除く。) 	対象機器の購入費と設置にかかる工事費用の合計額の2分の1(上限額8,000円、100円未満は端数切捨て)	<ol style="list-style-type: none"> 補助金交付申請書 購入機器の領収書の写し 購入された機器の機能が記載されたカタログまたは取扱説明書の写し 補助金振込予定通帳の写し

※補助対象機器は、1世帯につき1台とします。

※これまでに申請された方は対象外です。

※付随するサービスの加入や利用に要する費用は対象外です。

①の申請書は、市ホームページからダウンロードできます。地域安全対策課、各振興局地域振興課でも配布しています。

【問】 地域安全対策課 ☎53-4074 FAX 22-1057



市HP

この電話は、
犯罪等被害防止のために
自動的に録音されます



浄化槽を正しく管理しましょう

浄化槽を設置している方には「保守点検」、「清掃」、「法定検査」を行うことが法律で義務付けられています。浄化槽を正しく管理して、きれいな川や海を守りましょう。

実施項目	保守点検	清掃	法定検査
依頼先	知事の登録を受けた保守点検業者	市長の許可を受けた浄化槽清掃業者	一般財団法人三重県水質検査センター(☎059-213-0707)
実施回数	一般家庭の場合 年3～4回	毎年1回以上	毎年1回

◎トイレトーパー以外のおむつやペットのふん、油などは流さないでください。

◎洗剤などの使用は注意してください。

◎送風機(ブロウ)の電源は切らないでください。

◎排水管のつまりなどを防止するため、使用後は水を適量流してください。

【問】 浄化槽保守点検:三重県松阪地域防災総合事務所環境室 ☎50-0530

その他の浄化槽に関すること:環境課

☎53-4067 FAX 26-4322

公共下水道についてのお知らせ

■令和5年度の公共下水道の利用開始区域について (開発地等含む)

本庁管内 (77.7ha)	上川町、大黒田町、大津町、大塚町、鎌田町、川井町、久保町、久保田町、郷津町、小黒田町、下村町、高町、平成町、駅部田町の各一部
嬉野管内 (0.4ha)	嬉野上野町、嬉野黒野町、嬉野小村町、嬉野島田町、嬉野平生町の各一部
三雲管内 (7.7ha)	小舟江町、久米町、曾原町、中林町、西肥留町の各一部

■排水設備工事について

公共下水道が使える区域になりましたら、速やかに排水設備工事(下水道接続)をお願いします。

① 汲み取りトイレを水洗トイレに改造する場合	利用開始日の日から3年以内が期限
② ①以外の場合	利用開始の日から1年以内が期限

《排水設備工事(下水道接続)は松阪市の指定工事店で》排水設備工事の施工、見積りは必ず「松阪市公共下水道排水設備指定工事店」で行って下さい。なお、下水道接続には市への申請が必要です。工事完成後は市により、完成検査を行います。

■公共下水道排水設備工事資金融資あっせん制度と水酸化補助金制度

排水設備工事を行うにあたり、上記の補助制度を設けています。(利用開始となった日から3年以内、要事前申請)



市HP

- 各制度の共通する要件／市のホームページ(QRコード)よりご覧ください→
- 注意／各制度を利用される方は、事前^にその旨を工事店にお伝えください。

■下水道設備の費用負担について

下水道事業 受益者負担金	下水道の利用が開始された土地には1回のみ受益者負担金がかかります。対象者には、「受益者申告書」が届きますのでご記入のうえ返信ください。
下水道使用料	下水道使用料は原則として水道の使用水量に応じて決められます。水道料金と合算され、上下水道料金としてご請求となります。

■下水道の利用について

下水道の利用にあたっては、管詰まりの原因となる野菜くずやご飯の残り、てんぷら油などの食用廃油、清掃道具、衣類、危険物のガソリン、アルコール等は流さないようにしてください。

【問】 [供用区域・排水設備工事に関すること]

本庁:下水道建設課

☎53-4121、4132 FAX 22-1057

三雲・嬉野:北部上下水道事務所

☎56-7906 FAX 56-7148

[下水道使用料・受益者負担金に関すること]

上下水道総務課

☎53-4372、4133 FAX 26-4319

「緑の募金」 春期活動がスタート

緑の募金は、森林の整備や、地域の人々の身近な緑化活動、森林体験活動などに役立てられています。「緑の募金」へのご理解ご協力をお願いします。

●募金運動期間／4月1日(月)～5月31日(金)

※「緑の募金」リーフレットは、農水振興課、各振興局、各市民センターに設置しています。

【問】 林業振興課 ☎46-7124 FAX 46-7001



地域包括支援センターによる お達者訪問

健康増進のお役に立てるよう、対象の方に担当圏域の地域包括支援センターの職員が家庭訪問をしています。

●対象／75歳の方(介護認定を受けていない方、令和5年度に特定健診を受けていない方等)

【問】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035



今月の納期限は 4月30日(火)

納付は納期限までに済ませましょう。

固定資産税・ 都市計画税(1期)

日曜・夜間納税相談窓口のお知らせ

●日曜窓口／4月はありません

●夜間窓口／4月15日(月)午後6時～8時

【問】 収納課 ☎53-4021

FAX 26-9114



教育・講座
information

ファミリー エクササイズ



家族で触れ合いながらできるストレッチや音楽に合わせた簡単な体操を紹介しします。お子さんと楽しく体を動かしてみませんか。

とき	ところ	対象	定員
4月22日(月) 午前10時 ～11時	ハートフルみくも 保健福祉センター (曽原町)	市内在住の生後 6か月児～未就園児 とその保護者	15組 (参加費 無料)

- 講師／保田 いづみさん
(フィットネスクラブAMIYインストラクター)
 - 持ち物／飲み物、タオル、筆記用具、
運動しやすい服装
 - 申込方法／4月8日(月)～17日(水)までに
WEBか電話で嬉野保健センターへ。
- 【問・申】 嬉野保健センター
☎48-3812 FAX 42-4945



WEB申込

第3次健康づくり計画策定イベント ラジオ体操DE健康まつさか ～はじめよう♪1日たった3分で できる元気な体づくり～



テレビ放送や全国で活躍中の講師に効果的な体操の方法を教えてください。

とき	ところ	対象	定員
5月26日(日) 午後1時半～3時	三十三銀行 アリーナ (立野町)	市内在住の方 (小学生以下は 保護者同伴)	先着80人 (参加費無料)

- 内容／ラジオ体操第一、第二の講習
- 講師／鈴木 大輔さん(NHKラジオ体操指導者)
石川 裕平さん(アシスタント)
- 持ち物／飲み物、タオル、体育館用
シューズ、運動しやすい服装
- 申込方法／4月8日(月)～5月20日(月)
までに電話またはWEBで健康センター
はるるへ。



WEB申込

【問・申】 健康づくり課 ☎31-1212 FAX 26-0201



令和6年度 嬉野公民館生涯学習講座

講座名(※1)	とき	内容	講師(敬称略)
楽々ストレッチ体操(8回コース)	5月～9月の毎月第1・3水 午前10時半～11時半	ストレッチで転びにくい身体に	みやた まりえ 宮田 真里枝
アロマリンパ(※2)(8回コース)	5月～9月の毎月第2・4月 午前10時～11時半	乳腺など女性のための リンパマッサージ	まるやま さえこ 丸山 早枝子
やさしいヨガ教室(※2)(8回コース)	5月～9月の毎月第2・4水 午前10時～11時半	初心者でも簡単。 体をゆっくりほぐしながらのヨガ教室	のざき かずみ 野崎 和美
脳トレ体操(8回コース)	5月～9月の毎月第1・3金 午後1時～2時	頭を使いながらのストレッチで 認知症予防	なりた いくよ 成田 郁代
シニア英会話(18回コース)	5月～3月の毎月第1・3土 午後1時～2時半	みんなと和気あいあい 楽しい英会話を	プリースト・ コリン・ローレンス
足もみ健康講座(8回コース) ※教材費:660円	5月～9月の毎月第2・4火 午前10時～11時	健康は足から。 自己治癒力や免疫を高めましょう	すずき あさよ 鈴木 章代
パソコンに役立ついろいろ活用術 (4回コース)	①5月 毎週金曜午前10時 ②6月 毎週金曜午前10時 ③7月 毎週金曜午前10時	知って役に立つファイルの管理や スマホの写真をパソコンで活用等	しまだ ひろこ 島田 広子

(※1)昨年受講していない方を優先 (※2)昨年の受講者は、申込不可

ところ	対象	定員(※)	受講料
嬉野公民館(嬉野町)	市内在住または在勤の方	各講座:15人 パソコン講座:12人	無料(教材費別途)

(※)申込多数の場合は抽選

- 申込方法／4月5日(金)～13日(土)午前9時～午後5時までに、直接嬉野公民館へ。(電話・郵送・FAX不可・木曜日休館)
- 【問】 嬉野公民館 ☎48-1811 FAX 48-1232

普通救命講習会

～あなたにできる応急手当の講習会を開催～

とき	ところ	内容	定員
4月21日(日) 午前9時～正午	消防組合本部 (川井町)	心肺蘇生法、AED 使用法など	先着30人 (無料)

●募集期間／4月10日(水)～17日(水)

最終日は午後3時まで

※応急手当WEB講習を事前に受講された方は、講習時間が1時間短縮。詳しくは、松阪地区広域消防組合ホームページをご覧ください。

※中止の際は、松阪地区広域消防組合ホームページに掲載します。



HP

松阪消防

【問】 松阪中消防署 ☎25-1416 FAX 25-1416

危険物取扱者試験(乙種第4類) 予備講習会(受講料無料)

消防法令、基礎的な物理・化学及び危険物の性質・消火方法について、予備講習会を開催します。

とき	ところ	定員	テキスト(受付時販売)
5月7日(火) 午前9時 ～午後5時	嬉野生涯学習 センター (嬉野町)	先着50人	教科書1,980円(法令)、 1,400円(実務)、 問題集1,700円

●受付／4月5日(金)～5月2日(木)までに消防本部予備課へ。

※松阪市での試験は6月9日(日)で、受験願書受付期間は4月8日(月)～18日(木)までです。願書は各消防署・分署で配付しています。

【問】 松阪地区防火協会 ☎25-1412 FAX 21-3080

男の料理教室

～フライパンでできるお手軽料理～

とき(※)	ところ	対象	定員	主食の料理
5月29日(水)	松阪公民館 (船江町)	市内在住・ 在勤の方	先着 12人	照り焼き丼
6月26日(水)				餃子
7月10日(水)				ハッシュドビーフ

(※)時間はいずれも午前10時～正午

(3回通しでの講座です)

●講師／前川 智司さん、前川 真理さん(前川料理教室)

●参加費／3回分2,700円(初回にお持ちください)

●持ち物／エプロン、三角巾、手を拭くタオル

●申込方法／4月22日(月)から平日の午前9時～午後5時に直接または電話で松阪公民館へ。

【問・申】 松阪公民館
☎20-9091
FAX 20-9093



松浦武四郎記念館 企画展&武四郎講座

■企画展「武四郎と尊王攘夷」

幕末に尊王攘夷の思想を抱き、志士としても活躍した武四郎の姿を紹介します。

■武四郎講座第186回

開催中の企画展にあわせて、武四郎と尊王攘夷についてわかりやすくお話しします。

●講師／山本 命(松浦武四郎記念館 館長)

●テーマ／「武四郎と尊王攘夷」

●定員／先着60人(申込不要)



はやしへい おらん だせんず
林子平著「阿蘭陀船図」

	とき	ところ	入館料・参加費
企画展 「武四郎と 尊王攘夷」	5月26日(日)まで	松浦武四郎 記念館 (小野江町)	19歳以上360円/ 6歳以上18歳以下 230円
武四郎講座 第186回 「武四郎と 尊王攘夷」	4月14日(日) 午前10時～11時		資料代:110円 (入館料をお支払いの方は不要)

※4月の休館日は1日、8日、15日、22日

(4月30日は開館します)

※4月20日(土)、21日(日)は三重県民の日のため無料で見学いただけます。

【問】 松浦武四郎記念館 ☎56-6847 FAX 56-7328

古文書解読講座

	とき(※)	内容	講師(敬称略)
初心者入門 10回コース	5/25、6/22、7/27、 8/24、9/28、10/26、 11/23、12/21、 1/25、2/22 午後1時半～3時半	古文書の世界に触れ、解読の基礎を学ぶ。	いのうえ たかえ 井上 孝榮
初級 10回コース	5/25、6/22、7/27、 8/24、9/28、10/26、 11/23、12/21、 1/25、2/22 午前9時半～11時半	簡単な古文書から、ある程度の長文までを解読する。	すずき えりも 鈴木 えりも
中級 10回コース	5/11、6/8、7/13、 8/10、9/14、10/12、 11/9、12/14、 1/11、2/8 午前9時半～11時半	市内に残された古文書を解読し、その歴史的背景を考える。	かど きよし 門 暉代司

(※)曜日はいずれも土曜日

ところ	対象	定員	持ち物
松阪公民館 (船江町)	市内在住・ 在勤の方	各コース 先着30人	資料代300円、筆記用具 ※資料代は初回にお持ちください

●申込方法／4月9日(火)～19日(金)

に下記のいずれかの方法でお申込みください。

①平日の午前9時～午後5時に、直接または電話で松阪公民館へ。

②記載の申込みフォームから。

【問・申】 松阪公民館 ☎20-9091 FAX 20-9093



申込みフォーム

令和6年度 松阪公民館高齢者学級「寿大学」受講者募集

Aコース とき	Bコース とき	学習内容
5/9(木)	5/17(金)	開講式「そとやさしく」
6/13(木)	6/21(金)	「落語で知る人生の機微」
7/11(木)	7/19(金)	「人と動物の共生—動物たちの幸せを守る」
8/8(木)	8/23(金)	「そこまでやる?! 特殊詐欺の実態を知ろう」
9/12(木)	9/20(金)	「伊勢型紙の秘密」
10月未定	10月未定	選択講座(未定)
11/7(木)	11/22(金)	「南海トラフ巨大地震に備えて」
12/12(木)	12/20(金)	「みんなで歌おう! 青春ソング」
1月未定	1月未定	人権講演会
2月未定	2月未定	市政講演会
3月未定	3月未定	閉講式、記念講演

Cコース とき	Dコース とき	学習内容
5/16(木)	5/10(金)	開講式「紀州侯の参勤交代と和歌山街道」
6/20(木)	6/14(金)	「江戸時代の松坂の書物事情」
7/18(木)	7/12(金)	「明治天皇の神宮参拝」
8/22(木)	8/9(金)	伊勢御師橋村一族の軌跡～約1万点の家伝資料から～
9/19(木)	9/13(金)	「宣長の愛した源氏物語」
10月未定	10月未定	選択講座(未定)
11/21(木)	11/8(金)	「亀山に伝わる日本刀と亀山鐺」
12/19(木)	12/13(金)	「図像で学ぶ仏像史～阿弥陀如来編～」
1月未定	1月未定	人権講演会
2月未定	2月未定	市政講演会
3月未定	3月未定	閉講式、記念講演

時間はいずれも午前9時半～11時半(※1～3月は午後1時半～3時)

ところ	対象	定員	受講料
松阪公民館(船江町) 1月～3月は 農業屋コミュニティ文化センター(川井町)	市内在住・在勤の 60歳以上の方	各コース100人 (申込多数の場合抽選)	1,000円 (開講式にお持ちください)

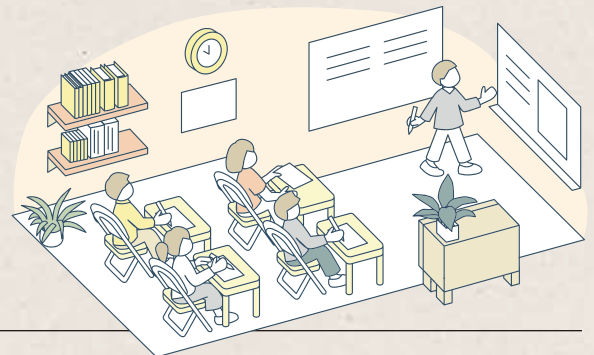
●申込方法/4月3日(水)～15日(月)に下記のいずれかの方法でお申込みください。

- ①平日の午前9時～午後5時に直接松阪公民館へ。
- ②下記の項目を明記したハガキ(消印有効)またはFAXで。
名前、住所、年齢、電話番号、第1希望及び第2希望のコース名
- ③申込みフォームから

【問】 松阪公民館 ☎20-9091 FAX 20-9093
[郵送] 〒515-0812 船江町1392番地27



申込みフォーム



三雲・天白公民館 教室・講座案内

	麺's(Men's)手打ちそば教室	源氏物語を読む
とき	5月・7月・9月・11月・12月・ 令和7年3月の第1木曜日 午前9時～正午※初回は5月2日(木)	4月～令和7年3月の第2・4金曜 午前10時～11時半 ※初回は4月26日(金)
ところ	天白公民館(曾原町)	
内容	Mens(男性)のための手打ちそば教室です。その時期の旬のそば粉で手打ちそばを作り、自宅でお召し上がりください。	約千年前に紫式部によって書かれた恋愛小説(明石の巻)をわかりやすく説明しますので一緒に楽しく読みましょう。
対象	市内在住・在勤の方	
定員	先着12人(男性のみ)	先着10人
講師	みずたに たかお 水谷 隆夫さん(そばの匠)	おおた みちこ 太田 美知子さん
材料・教材費	500円	1,000円(初回のみ)
持ち物	エプロン、三角巾、マスク、 持ち帰り用タッパー(30cm角以上)	筆記用具
申込期限	4月25日(木)まで	4月20日(土)まで



●申込方法/直接または電話で天白公民館へ。

【問・申】 天白公民館 ☎・FAX 56-7920 (休館:日・月曜日・祝日)

さびないカラダづくり講座

元気なカラダを保つために、プロスポーツ選手のトレーナーが高齢者向けの運動を指導します。

とき	ところ	内容(2回シリーズ)	対象
①5月13日(月) 午前10時～正午	健康センターはるる(春日町)	体力測定、講話「介護予防のために必要な筋力・体力とは?」、運動実習	おおむね65歳以上の方
②5月27日(月) 午前10時～正午		講話「いつまでも歩くために必要な筋肉を鍛えるトレーニング」、運動実習	

- 講師／^{ひやくさい}百済 はつえさん(みどりクリニック)
- 定員／25人(先着順)
- 持ち物／フェイスタオル、飲み物、運動ができる上靴
- 申込方法／5月10日(金)までに、電話またはFAX(氏名、年齢、連絡先、住所、さびないカラダづくり講座申込と記入)で、高齢者支援課へ。

【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035

「認知症ってなんだ?」

～認知症サポーター

養成講座を受講しませんか～

- とき／5月24日(金)午後1時半～3時
- ところ／健康センターはるる(春日町)
- 内容／認知症の基本的知識、認知症の人への接し方など
- 講師／認知症キャラバン・メイト
- 定員／25人(要予約)どなたでも参加できます
※参加無料
- 申込方法／電話またはFAX(氏名、住所、連絡先、年齢、認知症サポーター養成講座申込と記入)で高齢者支援課へ。

【問・申】 高齢者支援課
☎53-4099
FAX 26-4035



松阪市総合計画審議会委員の募集

市政運営の指針となる「総合計画」を策定するにあたり、総合計画審議会を設置します。総合計画審議会委員として市民の皆さんにも参加いただけます。

対象者	募集人数	活動期間	報酬	委員の決定
市内在住の方、平日昼間に出席可能な方	若干名	令和6年5月～10月(会議:3回程度)	1回7,000円	応募書類に基づき選考

市制20周年選考委員の募集

松阪市が募集する市制20周年事業の審査等を行うにあたり、市制20周年記念選考委員会を設置します。市制20周年選考委員として市民の皆さんにも参加いただけます。

対象者	募集人数	活動期間	報酬	委員の決定
市内在住の方、平日昼間に出席可能な方	若干名	令和6年5月～12月(会議:3回程度)	1回3,000円	応募書類に基づき選考

《いずれも》

- 応募方法／4月1日(月)～30日(火)応募用紙に必要事項をご記入のうえ、経営企画課へ(メール可)。応募用紙は、市役所(4階経営企画課)、各振興局及び市HPよりダウンロード可。市HPの申込フォームからも応募可。

【問】 経営企画課 ☎ 53-4319 FAX 22-1377
✉ kei.div@city.matsusaka.mie.jp



広告

片付け仕事 不用品の処分 家具移動 タンス1本から 遺品整理

引越 のことなら **地元の当社におまかせ下さい!!**

見積り無料
小さなものからまるごと一軒

☎0120-28-3001

TSUTA TRANSPORT (有) つた運輸
松阪市松ヶ島町115-2

<http://www.tsutaunyu.jp/>

子どもの発達支援に携わる 保育士募集 (第1種 会計年度任用職員)

心身の発達に心配のある、または障がいのあるお子さんに寄り添い、発達支援に携わる業務です。

勤務期間・時間	休日等	ところ	定員	給与
採用日～ 令和7年3月31日 午前8時半 ～午後5時 (実働7時間半)	土・日・ 祝日、 年末年始	子ども発達 総合支援 センター そだちの丘 (下村町)	若干名	月額 203,800円

- 業務内容／基本的な日常生活動作を体得するための訓練、集団生活への適応のための訓練など
 - 対象／保育士資格をお持ちの方
 - その他／社会保険・雇用保険・労働災害保険有、年次有給休暇・通勤手当・賞与は、市の規定により支給。
 - 申込方法／電話で子ども発達総合支援センターまで。面接の前に、施設見学も可能です。
- 【問・申】 子ども発達総合支援センター
☎30-4411 FAX 30-4433

第9回松阪市長杯 ゲートボール大会参加者募集

第9回松阪市長杯ゲートボール大会の参加者を募集します。

- とき／5月5日(日・祝)午前9時開始
- ところ／松阪広域衛生センター(西野々町)
- 申込期間／4月28日(日)必着
- 申込方法／参加申込書を「〒515-0845 松阪市伊勢寺町847-3 服部 功夫宛て」へ。
(FAX可)申込書はスポーツ課にあります。
市ホームページからダウンロードもできます。

【問】 スポーツ課 ☎53-4402 FAX 25-0133



市HP

学校給食調理員募集

勤務時間	休日等	ところ	定員	給与(※)
午前8時～ 午後4時15分 (休憩45分) ※土・日・ 祝日除く	土・日・ 祝日の ほか 学校の 定める 閉校日	本庁管内 小学校	若干名 (先着順、 調理師免許 のない方も 可)	月額154,100円 (171,000円)～

- 業務内容／食材の検収、下処理、調理、配膳、食器類の洗浄等、学校給食に関すること
- 申込方法／電話、または直接給食管理課へ(事前に面接を行います)

【問・申】 給食管理課 ☎61-1155 FAX 28-7312



市HP

若者定住住宅の入居者募集

- 応募資格／市のホームページ(記載のQRコード)からご確認ください→



市HP

募集期間(※1)	相談・受付場所	選考方法(※2)	入居時期
5月1日(水) ～17日(金)	市役所住宅課 (殿町)	応募者の資格審査を行い、公開抽選により入居者を決定します。	7月下旬 (予定)

(※1)募集期間内に必要書類を提出してください。

(※2)入居者が決定しない場合は、随時募集として先着順に受け付けます。



《募集住宅》

住宅名	建設年度	所在地	構造	間取り	家賃月額(円)	募集戸数
若者定住住宅A棟	H16	飯南町粥見4544番地	2階建て(アパート形式)	3LDK	31,000	1

- ①敷金は家賃月額の3か月分です。
- ②ユニットバス、駐車スペースあり。
- ③賃貸契約時に、連帯保証人(一定の要件を満たす方)が必要です。
- ④随時募集している若者定住住宅や農林業就業者住宅については市ホームページをご覧ください。

【問】 住宅課 ☎53-4163・4164 FAX 26-8184

広告

弁護士法人 心

電話・TV電話
相談対応

相談料は頂きません(相談・通言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金・借金・企業法務・労務・刑事事件他)

0120-240-307

平日 9時～21時 受付
土日祝 9時～18時 受付
(12月1日より初診・本通言料の減額措置)
初診・通言料は無料です。詳細は申先へお問い合わせください。

詳細は
<https://www.kokoro.law>

交通事故損害賠償額
後遺障害通正等級
診断サービス

過払い金
診断サービス

遺言書
診断サービス

障害年金
診断サービス

※診断サービスについては費用は頂きませんので、お気軽にお問い合わせください。

●相談料/相続・遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・借金・企業法務・労務・刑事事件他については、初回30分以降30分原則5,500円(税込) ●その他の費用は別途お見積りです。 ※また多額費用を要する場合は別途弁護士会費がかかります。 >内各所属弁護士会名です。 ※主任の職には弁護士会の直接面談が原則必要です。 ※費用につきましては例外があり、また変更になる可能性もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。 ※本広告は今後6年1月時点のものです。

松阪駅1分

弁護士法人心松阪法律事務所
(三重弁護士会)

津駅0.5分

弁護士法人心津法律事務所
(三重弁護士会)

近鉄四日市駅1分

弁護士法人心四日市法律事務所
(三重弁護士会)

他の事務所

松坂屋名古屋市内
名古屋駅・岐阜駅
東京駅・大阪駅 近く他

弁護士・スタッフ一丸となってサポートいたします!



今年はオリンピック開催年！ スポーツをはじめませんか？ まつさかTAIKYOスポーツクラブ 会員募集

体を動かす楽しさや人との交流、低年齢からの基礎体力づくり、健康増進を図るための、各スポーツ教室の会員を募集します。

募集予定の教室(※)	年間負担額	申込期間
①キッズサッカー ②柔道 ③レスリング ④陸上競技 ⑤ラグビー ⑥ソフトテニス ⑦アーチェリー ⑧ゴルフ ⑨卓球 ⑩ゲートボール ⑪日本拳法 ⑫カヌー ⑬ソフトボール ⑭バトントワーリング	年会費 +受講料 (教室により 異なります)	4月12日(金) 午前9時～ 午後5時まで (4月13日以 降は平日の 午前8時半 ～午後5時)
各教室の詳細は、ホームページをご確認ください。		

(※)定員になり次第締め切ります。

(※)申込人数が少ない教室は教室を開催しない場合があります。

●申込方法／申込書と年間負担額を持参の上、まつさかTAIKYOスポーツクラブ事務局へ。申込書はスポーツ課にあります。
(ホームページからダウンロードできます)

【問】まつさかTAIKYOスポーツクラブ事務局
(スポーツ課内) ☎22-3277 FAX 25-0133



▲ TAIKYO
スポーツクラブHP



男女共同参画 松阪フォーラム実行委員・ 情報紙「ひまわり」制作スタッフを募集

男女共同参画松阪フォーラム実行委員と男女共同参画情報紙「ひまわり」制作スタッフをそれぞれ募集します。

	松阪フォーラム 実行委員	情報紙「ひまわり」 制作スタッフ
内容	男女共同参画について、さまざまな角度から考えるとともに、交流・出会いの場として「松阪フォーラム」を市民の皆さんと協働で開催します。松阪フォーラムの企画・運営にボランティアで携わっていただける実行委員を募集します。	男女共同参画に関する情報や身近な問題についての情報紙「ひまわり」の企画・取材・編集にボランティアで携わっていただける制作スタッフを募集します。
対象	年8回程度の会議に出席できる方	年6回程度の会議に出席できる方
定員	20人程度	5人程度
期間	6月～令和7年3月	6月～令和7年1月
申込方法	5月7日(火)までに名前・住所・電話番号を記入し、直接または郵送、FAX、メール、申込みフォームで人権・多様性社会課へ。	

【問・申】 人権・多様性社会課

☎53-4339 FAX 26-4035

✉ jinkyoo.div@city.matsusaka.mie.jp
〒515-8515 殿町1340番地1



▲ 松阪フォーラム実行委員



▲ 「ひまわり」制作スタッフ

松阪市のSNSフォローしてね!



Instagram
matsusaka_official



Facebook
ぎゅつと松阪



X
@Matsusaka_city



YouTube
松阪市行政チャンネル

広告

商店街

公民館・備蓄倉庫

こんな場所に設置すれば安心!

玄関・駐車場

ゴミ置場

防犯カメラで犯罪を抑止!

自治会様、事業所様、ご家庭の気になる場所をしっかりと監視!
防犯灯にカメラを一体化した「カメラ付きLED防犯灯」も
ございます! お気軽にご相談ください。

お気軽にお問い合わせください
お見積り無料 販売・施工

株式会社 ミック

本社: 松阪市上川町3670-15
☎0598-28-7100 FAX0598-28-7101



認知症の人と家族のおしゃべり会 『ちゃちゃカフェ』

ゆっくりとお茶を飲みながら、日頃のおもいや聞いてみたいことなどお話ししましょう。

- とき／5月7日(火)午後1時半～3時
- ところ／福祉会館(殿町)
- 対象／認知症の方とご家族。
家族のみの参加も大歓迎です!
- 申込方法／5月2日(木)までに電話、FAX(氏名、年齢、連絡先、住所、ちゃちゃカフェ申込と記入)またはWEBで高齢者支援課へ。



WEB申込

【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035

いきいき健康ウォーキング ～豪商のまちまつさかコース(3km)～

「松阪市ウォーキングサポーターおすすめ3選」のコースです。

とき(※)	集合場所	対象	定員	持ち物
5月15日(水) 午前9時半～正午 (受付:9時～) ※雨天中止	鈴の森公園 (川井町)	市内在住の方	先着80人 (参加費無料)	飲み物、帽子、タオル、歩きやすい服装、履きなれた運動靴

(※)天候不順による中止などのお問い合わせは、当日午前8時以降に下記まで。

- 申込方法／4月8日(月)～5月10日(金)までにWEBか電話で健康センターはるるへ。

【問・申】 健康づくり課 ☎31-1212 FAX 26-0201



WEB申込

関孝弘ピアノリサイタル

- とき／6月23日(日)
- ところ／農業屋コミュニティ文化センター(川井町)
- 一般販売／4月17日(水)

演奏曲目	入場料(※)	チケット販売場所
ショパン: 子守歌op.57 スカルラッティ: 5つのソナタ アルベニス: グラナダ 他	【全席指定】 一般:2,000円 松阪市ファミリー 倶楽部会員 1,500円(1人2枚まで) 中学・高校生:1,000円 小学生:500円	クラギ文化ホール 管理事務所 (火曜休館・☎23-2111)、 嬉野ふるさと会館 (月曜休館・☎42-7000)、 チケットぴあ https://t.pia.jp/ (Pコード264-265)

(※)未就学児の入場はご遠慮ください。

【問・申】 クラギ文化ホール管理事務所
☎23-2111 FAX 23-2114

世界的ピアニスト
松浦武四郎の子孫
関孝弘
Seki Takahiro
ピアノリサイタル
2024
6月23日(日)
開演 14時00分(開場13時15分)

曲目:
ショパン:子守歌 op. 57
フアーン:遺作
ワルツ:遺作
ショパン:ワルツ 遺作
コッパルティス:遺作
ホルトネー:op. 44
スカルラッティ:5つのソナタ
アルベニス:グラナダ
入江のきみめき
アストリリス

入場料 全席指定 ◆一般 2,000円(松阪市ファミリー倶楽部会員1,500円) ◆小学生 500円
(※未就学児の入場はご遠慮ください)

チケット発売 4月17日(水) 午前9時～チケットぴあ 全席10時～
チケット販売先
■クラギ文化ホール ☎0598-23-2111
■嬉野ふるさと会館 ☎05598-42-7000
■チケットぴあ <https://t.pia.jp/> (Pコード 264-265)

主催:松阪市

広告

不動産のことならおまかせ下さい
売却不動産募集中!
不動産の管理・活用
株式会社 オーミヤ建設
0598-30-5566

広報まつさかの広告主募集中!!

- 1種広告(縦 40mm×横 88mm) 月額 20,000円
- 2種広告(縦 40mm×横 180mm) 月額 40,000円
- 広告掲載には審査があります。掲載希望月の2か月前までにご連絡下さい。
- 詳しくは市ホームページ→市政情報→広告事業→募集中の広告でご確認下さい。

■お問い合わせ／広報広聴課 ☎53-4312 FAX 22-1119



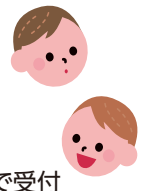
松阪図書館

☎21-3190 FAX21-6529

●休館日／4月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、26日(金)、30日(火)

★iPadで絵本を作ろう!

- とき／4月27日(土)午後1時半～3時半
- ところ／松阪図書館 2階 講座室
- 対象／小学生(先着10人)
- 講師／池下 花恵さん(相模女子大学)
- 申込方法／4月2日(火)からカウンターで受付



★こどもの読書週間イベント「図書館ミッションガチャ」

くわしくは館内掲示などでお知らせします
●とき／4月23日(火)～5月17日(金)

★土曜お話キャラバン

●とき／4月6日(土)、13日(土)、20日(土)午後3時～3時半

★乳幼児向けお話キャラバン

●とき／4月24日(水)午前11時～11時半

★スタッフのおはなし会「おはなしのとおりみち」

●とき／4月21日(日)午後3時～3時半

※場所はいずれも1階 読み聞かせ室
※おはなし会は、中止・変更になる場合があります。

嬉野図書館

☎48-1800 FAX48-1231

●休館日／4月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)、26日(金)

★オリジナルカードケースをつくろう!

- 5月5日(日)親子対象(各回30分程度)
①午後2時半～②午後3時15分～③午後3時45分～
5月6日(月・祝)中学生～大人対象(各回1時間程度)
①午後2時半～②午後3時45分～
- ところ／嬉野図書館 応接室
- 定員／5月5日(日)各回7人、5月6日(月・祝)各回3人
- 申込方法／4月20日(土)から嬉野図書館カウンターで受付(先着順)

★「スタッフ」のミニおはなし会

- とき／4月16日(火)、5月7日(火) 午前11時～11時15分
- ところ／嬉野保健センター
- とき／4月19日(金)午前11時～11時15分
- ところ／中川新町地域交流センター

★「スタッフ」のおはなし会

- とき／4月28日(日)午前11時～11時20分
- ところ／嬉野図書館 児童おはなしコーナー

★「ひまわり」おはなし会

- とき／4月13日(土)午後3時～3時15分
- ところ／嬉野図書館 児童おはなしコーナー

★「ひまわり」のちいさい子ども向けおはなし会

- とき／4月10日(水)午前11時～11時15分
- ところ／嬉野図書館 児童おはなしコーナー

※おはなし会は、中止・変更になる場合があります。



※休館日・閉館中に本を返却するときは、ブックポストへ入れてください。

4月の天文教室 星空に親しもう!

- とき／毎週土曜日 午後7時～9時
- ところ／中部台公園内天文台(立野町)
- ※土曜日が5週ある月の第一土曜日は望遠鏡調整日で閉館です。
- ※雨天・曇天中止(こどもクラブは雨天決行)
- ※こどもクラブは、必ず保護者同伴で参加してください。(入会申し込みは天文台へ)

参加無料

天文教室



【問】天文教室開催中は天文台
☎26-2132
開催の有無は
三十三銀行アリーナ
☎・FAX 26-7155

月日	月齢	観望対象
4月6日(土)	27.1	春の星雲星団
4月13日(土)	4.7	春の星雲星団 月
4月20日(土)	11.7	春の星雲星団 月
4月27日(土) こどもクラブ	18.7	春の星雲星団
備考		冬の星座が西に傾き、南の空にはかわってかに座やしし座などの春の星座が良く見えます。



松阪競輪場 発売日程

- 本場 開催日 5/26(日)～5/28(火) 開催名 松阪FIIミッドナイト ウィンケットミッドナイト競輪
- 場外 開催日 4/30(火)～5/5(日) 開催名 日本選手権GI いわき平 宇都宮FI 富山FIIルーキーシリーズ 5/6(月)～5/8(水) 広島FIIin玉野 5/6(月)～5/8(水) 取手FI 5/9(木)～5/11(土) 大垣FI 5/11(土)～5/14(火) 武雄記念 5/13(月)～5/15(水) 弥彦FI 5/15(水)～5/17(金) 和歌山FI 5/18(土)～5/20(月) 小田原FI 5/25(土) 福井FI 5/25(土)～5/26(日) 全プロFII 高知 5/27(月)～5/29(水) 京都向日町FI 5/28(火)～5/30(木) 防府FIIin玉野 5/29(水)～5/31(金) 富山FI
- ナイター場外 開催日 開催名 4/29(月)～5/1(水) 京王閣FI 4/30(火)～5/2(木) 四日市FI 5/3(金)～5/5(日) 川崎FII 5/6(月)～5/8(水) 小倉FI 5/6(月)～5/8(水) 京王閣FII 5/9(木)～5/11(土) 函館FI 5/10(金)～5/12(日) 平塚FIIルーキーシリーズ 5/12(日)～5/14(火) 奈良FI 5/13(月)～5/15(水) 玉野FI 5/16(木)～5/19(日) 函館記念 5/25(土)～5/26(日) 函館FIIルーキーシリーズ 5/26(日)～5/28(火) 武雄FI 5/30(木)～6/1(土) 伊東温泉FI 5/31(金)～6/2(日) 松山FIIルーキーシリーズ

※川越場外の発売日程とは異なります。
【問】競輪事業課
☎23-6111 FAX 26-1862



■体験講座カレンダー(要予約)

開催日	時間	体験講座	一般料金	会員料金	最少人員
4月8日(月)	午後1時半～	★草木染め「ヨモギ」(緑系)	1,430円～	1,230円～	なし
4月9日(火)	午後1時半～	フラワーアレンジメント 「暮らしのフラワーレッスン」	2,500円	2,300円	5人
5月13日(月)	午後1時半～	★草木染め「ノイバラ」(黄・グレー系)	1,430円～	1,230円～	なし
5月14日(火)	午後1時半～	フラワーアレンジメント 「暮らしのフラワーレッスン」	2,500円	2,300円	5人

※電話予約後、参加申込書の提出が必要となります。5日前よりキャンセル料が発生します。

※最少催行人員に満たない場合は開催中止となります。

※フラワーアレンジメントは容器代が別途かかります。★受講料の詳細については問い合わせてください。

チューリップが見頃を迎えます



30品種、約9400球のチューリップがガーデン内各所で順に見頃を迎えます。ベルファーム初植栽の品種も多数。どうぞお楽しみください。

●とき／3月下旬～4月中旬
(天候により前後します)

第6回ベルファーム全国大陶器市(入場無料)

全国の有名産地、窯元のやきものが、ベルファーム芝生広場特設会場に並びます。

地元、東海地区の陶器も多数出品予定です。

●とき／4月13日(土)～4月21日(日)

午前10時～午後5時(雨天開催)

※最終日は午後4時まで(17日(水)も開催)

●ところ／園路 陶器市特設会場

●主催／全国大陶器市振興組合

【問】 全国大陶器市振興組合 ☎0956-59-6572



4月の休園日 毎週水曜日(17日(水)を除く)

【問】 松阪農業公園ベルファーム ☎63-0050 FAX58-3712

文化財センター催し物案内

■ギャラリー

▼第21回合同水墨画展

●とき／4月9日(火)～14日(日)午前9時～午後5時
※初日は午後1時から、最終日は午後3時まで

▼嬉洋会展

●とき／4月16日(火)～21日(日)午前9時半～午後5時
※初日は午後1時から、最終日は午後4時まで

▼第11回「小さな絵」展

●とき／4月17日(水)～21日(日)午前9時半～午後5時
※最終日は午後4時まで

▼第12回 四五百の森の拓本展示会

●とき／4月26日(金)～28日(日)午前9時～午後5時
※最終日は午後3時半まで

▼青春のグラフィティアート展

●とき／5月4日(土)～5日(日)午前9時～午後5時
※最終日は午後3時半まで

■はにわ館(午前9時～午後5時)

【第1展示室】 常設展「宝塚古墳の謎」

【第2展示室】 学習支援展示

「大昔の暮らし ～縄文・弥生・古墳時代～」

●とき／4月13日(土)～6月9日(日)

▼ワークショップ

	とき	時間	ところ	定員
組みひも作り(※)(予約不要)	4月20日(土)	①午前10時～正午	はにわ館ロビー	各先着20人
あんぎんコースター作り(要予約)	4月27日(土)	②午後1時半～3時半	第3ギャラリー	各10人
勾玉作り(要予約)	4月28日(日)			各20人

(※)①受付は午前11時まで、②受付は午後2時半まで

●材料費／300円

●申込方法／4月11日(木)～25日(木)に電話で文化財センターへ



●休館日／4月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)

【問】 文化財センター ☎26-7330 FAX26-7374

市民・企業・行政が一緒になって地域を盛り上げる!

地域の元気応援事業

～令和6年度の採択事業が決定しました～

地域の元気応援事業は、住民自治協議会やNPO等の市民活動団体による地域の個性を生かした魅力ある活動を応援する事業です。提案された事業はコンペ式で決定し、活動資金を交付します。令和6年度の採択事業を決める公開プレゼンテーションを1月27日(土)に産業振興センターで開催し、住民自治協議会が取り組む4事業と市民活動団体が取り組む3事業を採択しました。



住民自治協議会 地域力アップ部門

単独の住民自治協議会もしくは複数の住民自治協議会が地域の個性を生かし、地域で協力して取り組む部門です。1事業あたりの交付金加算上限額は20万円です。

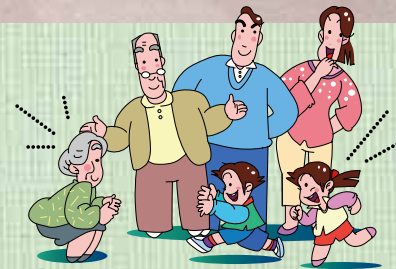
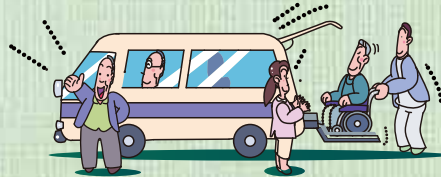
住民自治協議会名	事業名	事業概要	地域づくりスポンサー賞
松ヶ崎住民自治協議会	続・隣人の思いやる心と目線で地域住民の安心を創る!	続・隣人の思いやる心と目線で地域住民の安心を創る! 継続で持続可能な力を生み出す	—
あざか住民自治協議会	あざかGo!Go!フェスタ2	サブテーマ:たのしくなければあざかフェスタじゃない 世代間を超えた連携を促進します	株式会社三十三銀行
松尾住民自治協議会	まつお桜祭り	阪内川河畔に植樹された満開の染井吉野桜を見ながら、子どもも大人も楽しい一日を!	マックスバリュ東海株式会社
柿野住民自治協議会	高齢者生活支援事業「柿野支援隊」	安心して暮らせる町「柿野」・お年寄りの方を元気な世代が助ける組織「柿野支援隊」	松阪新電力株式会社

★地域づくりスポンサー賞とは

企業が地域社会の発展に寄与していただくことを趣旨として、住民自治協議会が行う活動を応援する賞です。住民自治協議会が提案する事業のうち、付加価値のある優れたものに対して、賞が授与されます。賞を受けると、20万円を上限に交付金へ加算され、更なる事業の発展に活用することができます。



1月27日公開プレゼンテーションにて採択された皆さん



市民活動サポート部門

NPO等の市民活動団体が団体の特性を生かしつつ主体的に取り組み、地域社会を活性化させる事業の部門です。

補助金は補助対象経費の10分の9(上限10万円)で、補助金の一部は企業の協賛金から賄われます。



<地域活性コース>

団体名	事業名	事業概要	松阪市またはスポンサー企業
松阪偉人顕彰団体協議会	～子どもたちとともに学ぶ松阪の偉人たち～	「子どもたちとともに学ぶ松阪の偉人たち」で自分の住む町の魅力に触れよう!	松阪市
香肌小学校親子山村留学実行委員会	香肌小学校親子山村留学生募集活動による地域活性化	香肌小学校親子山村留学により、学校、移住者、地域が三方よしで活性化を実現します!	松阪市
MCA松阪市カヌー協会	カヌー・グレンデ香肌峡のお宝発掘とカヌーの振興普及	カヌースポーツの振興・普及を通じて素晴らしい景観を持つ榎田川の魅力を発信します。	マックスバリュ東海株式会社

【問】 地域づくり連携課 ☎53-4324 FAX 26-4035



医療専門職の連携～フレイル予防教室～

松阪市では理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士がチームを組みフレイル予防教室を行っています。



(左から)
 おおにし ようへい 大西 洋平さん (理学療法士)
 うえやま ゆきほ 上山 幸穂さん (歯科衛生士)
 はまだ ゆきこ 濱田 由紀子さん (管理栄養士)
 もり ゆうた 森 優太さん (理学療法士)

フレイルとは、加齢による筋力の低下、食欲不振、食事中のむせ込み、外出機会の減少などが原因で少しずつ心身の活力が低下し、要介護のリスクが高くなった状態のことです。

フレイル予防教室を通して感じたことは？

地域の方の多くは体を動かすことの重要性は認識されています。しかし運動だけでは元気をつくることはできません。なんでも噛めるお口で栄養があるものをきちんと食べることで、運動やトレーニングの効果が十分に発揮されます。多職種が連携した包括的な教室は色々な要素が入っているため、興味が薄いことについても必然的に学ぶことができるのがメリットです。

また、普段勤務している医療機関などでは、すでに何か症状がある状態で接することがほとんどですが、「集いの場」など地域に向かうことで、予防の段階から関われることはフレイル予防を進めていく上でとても大きなことです。今の体の状態を維持するためにも栄養、口腔、運動、社会参加など幅広く目をむけていただきたいです。

今後は、普段地域の集まりなどに参加していない方にこそ、フレイル予防の重要性について知ってもらえるように地域の隅々まで周知ができるように頑張ります。

新シリーズ

「ちゃちゃ」っと筋トレ
 「も〜」っと元気に!



足のすね・ふくらはぎに効果的

日々の生活の中に筋トレを取り入れよう!

①



足を肩幅程度に開く
 いすに深く腰かける

1

①つま先を天井に向かって持ち上げ止める



②かかとをゆっくり上げ止める

①②それぞれ10秒止める 交互に3セット

2



10回 3セット

【問】 高齢者支援課 ☎53-4099 Fax 26-4035



春爛漫

新たな門出を応援しています!



中村川桜づつみ公園

桜の満開とともに、美しいピンク色の花びらが風に舞う季節となりました。この時期には新たな門出を迎える方も多く、キラキラと光あふれる春の日に、大きなランドセルを背負うピカピカの1年生や真新しいスーツ姿の若者を見かけると、心もあたたかに、ほほえましい気持ちになります。

皆さんの生活でも、この時期は何かしらの変化や新たなスタートを迎えることが多いのではないのでしょうか。それぞれに、ワクワクする気持ちや、ちょっとドキドキもしたり、心地よい春のそよ風のような気持ちは、桜の美し

さとともに、毎年この季節の贈りものなのかも知れませんが、

春は旅立ちの季節でもあります。就職や進学などを機に松阪を離れる方もいらっしゃるでしょう。慣れない生活にはいろんな不安があります。そんな時は、あなたの家族や友人、恩師など「ふるさと松阪」がいつもあなたを応援していることを思い出してください。応援して下さるたくさんの想いを胸に、新たな舞台でもいっせり輝いてほしいと思います。

私の今年の目標は松阪を「伸ばす」ことです。いろんな分野で松阪を発信し伸ばすことに注力する、令和6年度の松阪市政をスタートします。

門出を迎える皆さんのスタートも、その一步一步が素晴らしい未来につながることでしょ。そして、将来皆さんが、この松阪でご活躍いただくことになれば、なお嬉しい限りです。

春爛漫の良き日に、キラキラと光り輝く皆さんの門出を心より応援しています!

松阪市長
竹上 真人



CIR コラム



果物の王様「ドリアン」

皆さん、こんにちは。国際交流員のジェレミーです。日本には多種多様な果物がありますが、「ドリアン」という果物をご存知ですか?

ドリアンの産地は東南アジアで、殻は緑色の突起があり、果肉は黄色で柔らかいです。「果物の王様」と呼ばれ、その迫力のある外見や独特の匂いがある理由とも言われています。味は言葉では説明しづらいですが、好き嫌いがはっきり分かります。ドリアンが苦手な人は、匂いさえ耐えられなくて、食べるどころか近づきたくない人もいます。一方、ドリアン好きな人にとっては、良い匂いと感じるようです。

ドリアンは稀に日本のスーパーでも輸入品が売っているので、もし発見したらぜひ食べてみてください!



市HP「国際交流員のページ」で英語版、中国語版も閲覧いただけます。



2.11

松阪スポーツ人の集い2024



松阪市のスポーツ関係者が一堂に会する「松阪スポーツ人の集い2024」が開かれました。

第1部では「第17回美し国三重市町対抗駅伝松阪市代表選手団団旗授与式」が行われ、出場する関係者らが出席しました。第2部では、昨年、全国や国際大会などで優秀な成績を収めた選手を称える「松阪市スポーツ賞授与式」が行われ、個人では47人、団体では6団体が受賞しました。また、国際大会で活躍した選手に贈られるスポーツ感動賞には、陸上競技の上山 紘輝選手と、体操競技の津村 涼太選手が受賞しました。



特に優れた成績を収めた選手に贈られるスポーツ大賞を受賞した松阪商業陸上競技部の皆さん

動画で松阪市の情報を発信

松阪市行政チャンネル

検索

更新日：毎週火曜・金曜



松阪市行政チャンネルはスマートフォンでもご覧いただけます

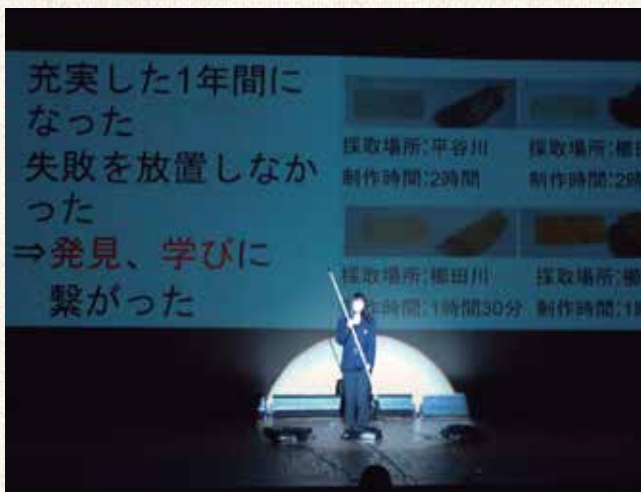
まちのできごとのうち、 のついたものは上記サイトで動画配信しています。是非ご覧ください。

2.9

いいなんゼミ発表会 ～飯南高校



飯南高校3年生が取り組む総合学習「いいなんゼミ」の発表会が開かれ、最終選考で選ばれた8人が探求の成果を発表しました。



2.13

令和6年能登半島地震 災害義援金を寄付

花岡小学校児童会の皆さんが市役所を訪れ、児童や保護者らから募った能登半島地震災害の義援金10万2,894円を近田副市長に託しました。



2.25 第1回まつさか香肌峡トレイルラン大会



第1回まつさか香肌峡トレイルラン大会が開かれ、多くのランナーが大自然を駆け抜けました。初開催となった今回は、23kmのロング部門と14kmのショート部門が設けられ、10代から70代までの288人のエントリーがありました。この日はあいにくの天候の中、222人が参加され、泥だらけになりながらも香肌峡の自然の中を走り抜けていました。



雨の中、一斉にスタートしていく参加者の皆さん



ゴール後は、温かい豚汁や牛丼、松阪鶏焼き肉がふるまわれました。

2.18 第17回美し国三重市町対抗駅伝



県内29市町の代表がタスキをつなぐ「美し国三重市町対抗駅伝」が、津市の県庁前から三重交通グループスポーツの杜伊勢までのコースで行われました。松阪市からは2チームが出場し、区間最長となる10区では、西山凌平選手が区間賞を獲得しました。



たすき襷をつなぐ様子

2.25 第29回「武四郎まつり」の開催



松浦武四郎の功績を称える「武四郎まつり」が松浦武四郎記念館などで開かれました。この日はあいにくの天候のため、ステージで披露を予定していた三雲中学校の吹奏楽部による演奏などは、小野江小学校の体育館で行われました。屋外には地域の物産展や飲食コーナーが設けられ、北海道の石狩鍋をモチーフに作られた「武四郎鍋」が販売されるなど、多くの来場者で賑わっていました。



三雲中学校吹奏楽部の演奏の様子

3.1 市内初の「くるみん認定」を取得 ～株式会社東海セイムス



ドラッグセイムスなどを手掛ける株式会社東海セイムスの北原直仁代表取締役らが市内で初めて「くるみん認定」を取得したことを竹上市長に報告しました。「くるみん」とは、子育て支援制度の充実や、男性の育休取得者が10%以上であることなど仕事と子育ての両立が望める職場環境を整備した事業者を厚生労働省が認定する制度のことで、「くるみん」の認定を受けると、優秀な人材確保や、社員の定着率向上などが期待できます。松阪市では、「くるみん認定」を取得した事業者に奨励金30万円を交付しています。この日は竹上市長から北原代表取締役に奨励金が手渡されました。



竹上市長を訪れた株式会社東海セイムスの北原直仁代表取締役(右)

掲載については
QRコードから



第41回 鈴屋学会大会公開講座(無料)

- とき/4月20日(土)午後2時~3時40分
- ところ/産業振興センター(本町)
- 演題/近世の読書文化と(日本)
- 講師/横田 冬彦さん(京都大学名誉教授)
- 【問】 本居宣長記念館 ☎21-0312

ワークセンター松阪指定管理者事業・就労支援事業

ヨガ教室 ~心と身体に栄養を~

- とき/4月27日(土)~令和7年3月8日(土)午前11時~正午
年間20回:土曜日
(ワークセンター松阪で開講日程表をお渡しします。)
- 対象者/15歳~49歳の現在無業状態にある方
(週20時間未満の就労者含む)
- 講師/佐久間 麻里さん

おしゃべり絵本カフェ inワークセンター松阪

- とき/毎月第1水曜日 午前10時半~正午
- 対象者/働いていないお子さんを持つ家族・支援関係者・現在無業状態にある方
- 講師/西浜 良子さん(絵本セラピスト)

【共通】

- ところ/ワークセンター松阪(上川町)
- 定員/各事業10人
- 参加費/無料(事前登録が必要)
- 【問・申】 ワークセンター松阪 ☎29-6510



家庭で役立つメディカルアロマ教室 ~症状に合わせたアロマクリーム作りとハンドタッチの実技~

- とき/4月13日(土)午後1時半~3時
- ところ/飯南コミュニティセンター(飯南町粥見)
- 参加費/1,000円(材料代)
- 定員/10人
- 申込/電話・ショートメール
- 【問・申】 Aroma Life ☎080-5187-5537(金原)

パン教室参加者募集

- とき/4月15日、5月20日、6月17日、7月8日、8月19日、
9月9日(いずれも月曜日) 午前9時半~正午
- ところ/松阪公民館 調理室(船江町)
- 参加費/2,000円/1回(材料代)
- 【問・申】 鳥海 令 ☎090-4117-3160

不正大麻・けしについて

三重県では「県民参加による不正大麻・けしクリーンアップ運動」として、4月から6月にかけて、法律で栽培や所持が禁止されている大麻やけしの除去活動を行っています。不正けしを見つけ、鑑別に迷ったときはご連絡ください。

不正けしの特徴

- 葉の色はろう質を帯びている
- 白っぽい緑色
- 葉の付け根が茎を抱き込んでいる
- 茎や葉の毛が少ない



セティゲルム種



ソムニフェルム種

【問】 松阪保健所衛生指導課 ☎50-0529 FAX 50-0621

歯のこと何でも電話相談(無料)

入れ歯、インプラント、小児歯科、歯周病など「歯に関する悩み」の相談に応じます。お気軽にお電話ください。

- とき/4月21日(日)午前10時~午後3時
- 相談電話/059-225-1071・059-225-8747
- 相談担当/歯科医師
- 【問】 三重県保険医協会 ☎059-225-1071

「親と子のよい歯のコンクール」参加者募集

- 対象/令和5年4月1日から令和6年3月31日までに3歳6か月健診を受診された方でよい歯をお持ちの親子
- 申込方法/4月10日(水)までに、かかりつけ歯科医院へお申し出ください。

80歳からのよい歯のコンクール 「歯っぴいライフコンクール」参加者募集

※かかりつけ歯科医院(松阪地区歯科医師会会員の医院)の推薦が必要

- 対象/80歳以上で20本以上の歯をお持ちの方
- 定員/40人
- 申込方法/5月7日(火)までにかかりつけ歯科医院(松阪地区歯科医師会会員の医院)に受診(無料)し、お申し出ください。
- 審査/6月2日(日)橋西市民センター
- 各優秀者は6月2日(日)農業屋コミュニティ文化センターにて表彰
- 【問】 松阪地区歯科医師会事務局(日・祝日除く午前10時~午後5時)
☎26-4803 FAX 26-7603

「アビリンピックみえ」参加者募集

障がい者に対する理解を深め、雇用の促進を図ることを目的に開催されるイベントです。多くのご参加をお待ちしています。

- とき/6月29日(土)午前9時半~午後3時
- ところ/ポリテクセンター三重(四日市市)
- 対象/4月1日現在、15歳以上で障害者手帳をお持ちの方
県内に在住もしくは在学・在勤の方
- 競技種目/パソコン文書作成、パソコン表計算、電子機器組立、喫茶サービス他
- 締切/5月15日(水)
- 【問・申】 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
三重支部 高齢・障害者業務課 ☎059-213-9255

交通事故・自賠償保険・後遺障害 無料電話相談

自賠償保険・後遺障害認定手続きをご存知でしょうか？

- とき／4月13日(土)午前10時～午後2時
- 対象／交通事故でケガをされ、痛みやしびれの症状でお困りの方

※諦める前に一度、専門の行政書士へご相談ください。

【問・申】 ヨネツボ名古屋行政書士事務所
☎052-533-6322

終活相談会(無料:1組1時間程度)

- とき／4月20日(土)午前10時～午後5時
- ところ／(株)佛英堂(中町)
- 相談内容／相続・遺言・遺品整理・墓じまい・不動産処分・ペット介護等
- 定員／6人(先着順)
- 申込／事前予約をお願いします。
- 【問・申】 終活サポートみえ ☎21-0959(担当:野呂)

「フードたすけあいプロジェクト」のご案内

さまざまな理由で食料支援が必要な方に食料品を届ける活動です。

- とき・ところ／①4月20日(土)午前8時半～11時
駅前通り商店街ベルタウン(日野町)
- ②4月28日(日)午前10時～午後3時
ぎゅーとら下村店(下村町)
- 内容／家庭で余っている食料品のご提供をお願いします。
- 【問】 たべる・つなぐ会松阪事務局 ☎080-5168-8330

屋根・外壁塗り替えセミナー(無料)

- とき／4月10日(水)、14日(日)、23日(火)
(1)午前10時～正午
(2)午後1時半～3時半(受付:各開始15分前)
- ところ／松阪商工会議所(若葉町)
- 定員／各8人(先着順)
- 申込／電話またはFAXで当日まで
- 【問・申】 一般社団法人市民講座運営委員会
☎0120-689-419 FAX0120-392-276

初心者大歓迎! ソフトテニス愛好者募集

10代～80代の幅広い年齢層の方が楽しんでいます。

- とき／随時
- ところ／阪内川スポーツ公園テニスコート(大足町)
- 対象／18歳以上
- 【問・申】 松阪市ソフトテニス協会 ☎090-2136-1292(丸山)

遺言相続電話相談会(無料)

- とき／4月15日(月)午前10時～午後4時
- 内容／遺言書の書き方、相続に関する疑問点など
- 電話相談／059-228-3143(※相談専用特設電話3回線)
- 相談担当／当会高齢者・障害者支援センター所属弁護士7人程度
- 【問】 三重弁護士会事務局 ☎059-228-2232
HP <https://mieben.info/>

県営住宅4月定期募集

県営住宅は、4月募集から単身世帯でも入居できるようになりました。申込用紙に必要事項を記入し、入居を希望する団地を管理する指定管理者に郵送してください。

- 申込期間／4月2日(火)～30日(火)まで
- ※詳しくは下記へお問合せいただくか、三重県ホームページをご覧ください。
- 【問】 (指定管理者)三重県南勢地区管理事業共同体
☎059-222-6400
〒514-0008 津市上浜町1丁目5-1エトアール津102
HP <https://www.pref.mie.jp/JUTAKU/HP/35745031344.htm>

会員募集 松阪市シルバー人材センター

シルバー人材センターは、高齢者に就業機会を提供する団体として、知事の認可で設立した公益社団法人です。60歳以上の皆さん。あなたのチカラを地域に役立ててみませんか。(入会説明会)

- とき／4月18日(木)、5月16日(木)午前9時半～
※電話予約をお願いします。
- ところ／シルバー人材センター(久保田町)
- 対象／市内在住で60歳以上の健康で働く意欲のある方
- 【問・申】 公益社団法人松阪市シルバー人材センター ☎26-0523



休日(土曜日)の公証相談(無料) 要予約 ～遺言・任意後見契約など気軽にご相談ください～

- とき／4月27日(土)午前9時～午後5時
- ところ／松阪公証人合同役場(南町)
- 申込／電話
- ※平日も無料で相談を受けています。
- 【問・申】 松阪公証人合同役場 ☎23-7883

松阪子ども食堂 ～子ども無料・大人100円～

- とき・ところ／
①4月20日(土)昼12時半～午後2時 福祉会館(殿町)
先着39食(予定)
- ②5月3日(金・祝)午後2時半～4時 第二公民館(垣鼻町)
配付数 先着100食(予定)
第二公民館はテイクアウト
- ※共にアレルギー対応はしていません。
- 【問】 みんな食堂くらぶ ☎080-5168-8330

三重県立美術館ボランティア 「櫻の会」会員募集

来館者の対応、文献資料の整理など美術館への協力を行っている会です。

- 対象／18歳以上(高校生を除く)、月4回以上(半日1回)活動できる方で5月11日(土)、18日(土)(午前10時～午後3時)両日開催される養成講座が受講可能な方
- 申込／往復はがきに郵便番号、住所、名前、年齢、電話番号を明記し下記まで
- 締切／4月30日(火)【消印有効】
- 【問・申】 三重県立美術館ボランティア「櫻の会」
〒514-0007 津市大谷町11番地
☎059-227-2100(内戦244) FAX 059-223-0570

親子向けの健康講座

★申し込みは随時、WEB(QRコードかHP健康センターはるる)か電話で会場へ。



事業名	5月	時間	会場	対象	内容	申し込み
母子健康手帳の交付	平日(月～金)	8:30～17:15	下記各窓口	妊婦	持ち物:妊娠届出書、「マイナンバーカード」または「通知カード+運転免許証等」	—
プレママ教室 (オンライン同時開催)★	15(水)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	健康センターはるる	市内在住の妊婦20組	助産師、管理栄養士、歯科衛生士による妊娠・出産のお話、ママ同士の交流 ※オンラインでもご参加いただけます 持ち物:母子健康手帳、筆記用具	
パパママ教室 (生活体験編)★	18(土)	9:30～11:45 (受付9:15～9:30)	健康センターはるる	市内在住の妊婦と夫や家族16組	パパが行う赤ちゃんのお風呂の練習と妊婦体験、保健師による赤ちゃんとの生活のお話 持ち物:母子健康手帳	
パパママ教室 (一緒に子育て編)★	25(土)	9:30～11:00 (受付9:15～9:30)	嬉野保健センター	市内在住の妊婦と夫や家族10組	パパのための妊娠・出産・育児講座、助産師によるマタニティストレッチの紹介、交流など 持ち物:動きやすい服装、母子健康手帳、筆記用具	
新米ママ教室★	13(月)	13:30～15:00 (受付13:15～13:30)	健康センターはるる	生後2～3か月の第1子と母親10組	子育てに役立つお話しとふれあい遊びの紹介、ママ同士の交流 持ち物:母子健康手帳、筆記用具、バスタオル	
	15(水)	13:30～15:00 (受付13:15～13:30)	嬉野保健センター			
離乳食教室ごっくんコース★	10(金)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	健康センターはるる	生後4～6か月の乳児と保護者20組	離乳食初期～中期のお話、調理実演、試食 持ち物:母子健康手帳、バスタオル	
離乳食教室もぐもぐコース★	17(金)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	嬉野保健センター	生後7～12か月の乳児と保護者12組	離乳食後期以降のお話、調理実演 持ち物:母子健康手帳、バスタオル	
ふたごちゃん・みつごちゃんサロン★	24(金)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	健康センターはるる	多胎児を妊娠中または子育て中(未就学)の保護者	多胎児のパパ・ママ同士の交流 多胎児特有の悩み共有、情報交換	
子育て教室	21(火)	①11:00～12:00 ②13:30～14:30	健康センターはるる	0歳の乳児と保護者	親子のふれあい遊び、子育てに役立つお話し 持ち物:バスタオル(乳児のみ)	
	28(火)	11:00～12:00	嬉野保健センター			
	8(水)	10:00～11:00	ハートフルみくも保健福祉センター	0・1歳の乳幼児と保護者		
	21(火)	9:30～10:30	健康センターはるる	1歳の幼児と保護者		
プレイルーム開放	7(火)	8:30～17:00	嬉野保健センター	乳幼児	自由遊び 11:00～嬉野図書館職員によるミニお話し会	
	14(火)				自由遊び	
	21(火)				自由遊び 10:00～11:00はちゅうりっぷの会のため利用できません。 11:00～嬉野図書館職員によるミニお話し会	
	28(火)				自由遊び 9:30～12:00は子育て教室実施のため利用できません。	
はるる遊ぼうDAY	11(土)	10:00～12:00	健康センターはるる	乳幼児、学童と保護者	自由遊び(予約不要)	
1歳6か月児健康診査	9(木)、23(木)	受付 12:45～14:30	健康センターはるる	1歳6か月～2歳の誕生日の前日までの幼児	対象者に個別通知	
3歳6か月児健康診査	16(木)			おむね3歳6か月～4歳の誕生日の前日までの幼児		

親子向けの健康相談

★申し込みは随時、WEB(QRコードまたは健康センターはるるのHPから)か電話で会場へ。

事業名	5月	時間	会場	対象	内容	申し込み	
こども歯みがき相談★	8(水)、13(月)	9:00～11:30	健康センターはるる	乳幼児と保護者	歯科衛生士によるブラッシング等の個別相談 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ		
こども栄養相談★	8(水)	9:00～11:30	健康センターはるる		管理栄養士による離乳食・幼児食等の個別相談 持ち物:母子健康手帳		
	22(水)						
乳幼児健康相談	8(水)	9:00～11:00	健康センターはるる ※1				※1 健康センターはるる・飯高やまっこ(やまなみこども園内)は予約不要
	1(水)	9:30～11:10	徳和地区コミュニティセンター★ ※2				※2 電話予約は健康センターはるるへ
	13(月)	9:30～11:10	ハートフルみくも保健福祉センター★		※3 随時、電話で飯高かんがるへ(☎32-8111)		
	28(火)	9:30～10:30	かんがるー(飯高ふれあいセンター) ※3				
	14(火)	9:30～10:30	飯高やまっこ(やまなみこども園内) ※1				
オンライン母子健康相談	平日(月～金)	10:00～16:00	健康センターはるる 嬉野保健センター	妊婦・乳幼児と保護者	自宅からオンラインで妊娠中や子育てについての相談ができます。		

成人向けの健康相談、献血

事業名	5月	時間	会場	内容・対象・定員 等
はるる元気朝一体操	平日(火)	9:00～9:20	健康センターはるる	ラジオ体操等 持ち物:飲み物、動きやすい服装
はるる健康ウォーキング	21(火)	9:00～11:00	健康センターはるる	はるる元気朝一体操終了後にはるる周辺をウォーキングサポーターとウォーキング 持ち物:飲み物、帽子 ※雨天時は室内ウォーキングのため室内靴が必要となります。
健康相談	平日(月～金)	8:30～17:00	健康センターはるる★ 嬉野保健センター◎ 飯高振興局地域住民課 飯高振興局地域住民課	保健師による相談 ★印の会場は管理栄養士、歯科衛生士、保健師による相談も実施 ◎印の会場は管理栄養士、保健師による相談も実施 *電話で各会場へ相談時間を予約ください。
献血	26(日)	10:00～11:30 13:00～16:00	パワーセンター松阪	400ml ※男女ともに体重50kg以上の方 男性17歳～69歳まで、女性18歳～69歳までの方 最新の情報はQRコードからご確認ください。

お問合せ・予約窓口

※三雲管内での事業のお問合せは、嬉野保健センター(☎48-3812)までお願いします。

	名称	子ども家庭センター(春日町) (健康センターはるる内)	健康づくり課(春日町) (健康センターはるる内)	嬉野保健センター (嬉野町)	飯高地域振興局地域住民課 (飯高町粥見)	飯高地域振興局地域住民課 (飯高町宮前)
親子向けの健康講座、健康相談(※)	電話/FAX	☎20-8087 / FAX 26-0201	—	☎48-3812 FAX 42-4945	☎32-8020 FAX 32-7771	☎46-7112 FAX 46-1092
成人向けの健康講座、健康相談、献血	電話/FAX	—	☎31-1212 / FAX 26-0201	—	—	—

5月の各種市民相談



相談項目	5月	時間	開催場所	担当所管	電話番号 / FAX番号
法律相談	9(木)、23(木)	13:00~17:00 (予約受付 相談のある週の月曜日8:30から) ※定員は各12人(先着順・初めの方優先)	福祉会館(殿町)	社会福祉協議会 地域生活支援課	☎30-5690 / FAX 23-3359 ※FAX予約不可
心配ごと相談	土・日・祝を除く毎日	13:00~16:00(受付 15:20まで)	社会福祉協議会 松阪支所(鎌田町)	社会福祉協議会 松阪支所	☎30-5210 / FAX 30-5564
	7(火)	9:00~11:30	嬉野社会福祉センター (嬉野権現前町)	社会福祉協議会 嬉野支所	☎42-2718 / FAX 42-6481
行政相談	21(火)	9:00~12:00	市役所地下 第2会議室(殿町)	広報広聴課	☎53-4311 / FAX 22-1119
	7(火)	13:00~15:00	三雲振興局(曾原町)	三雲振興局 地域振興課	☎56-7905 / FAX 56-5382
	22(水)	13:00~15:00	飯南振興局(飯南町粥見)	飯南振興局 地域振興課	☎32-2511 / FAX 32-3771
	8(水)	9:00~11:00	飯高保健センター(飯高町森)	飯高振興局 地域振興課	☎46-7111 / FAX 46-1092
	8(水)	13:00~15:00	飯高老人福祉センター(飯高町宮前)	飯高振興局 地域振興課	☎46-7111 / FAX 46-1092
弁護士人権相談	16(木)	10:30~14:30(受付 8:30~14:00) ※定員は5人(先着順) ※受付場所は人権・多様性社会課	市役所5階 特別会議室(殿町)	人権・多様性社会課	☎53-4017 / FAX 26-4035 ※電話・FAX予約不可
公認心理師による こころの相談	21(火)	①13:30~②14:40~ (6日前までに予約必要) ※定員は各1人(先着順)	市役所5階 特別会議室(殿町)	人権・多様性社会課	☎53-4017 / FAX 26-4035
障がい者医療相談 ※整形外科医による 相談	15(水)	14:00~15:00 [前月末12:00までに予約必要]	障害者福祉センター(殿町)	障害者福祉センター	☎53-4489 / FAX 26-2806
弁護士 交通事故法律相談	8(水)	13:00~15:00 [3日前までに予約必要] ※定員は4人(先着順・1人30分まで)	市役所5階 特別会議室(殿町)	地域安全対策課	☎53-4061 / FAX 22-1057 ※FAX予約不可
就職相談	10(金)	14:00~16:00 [前日12:00までに予約必要]	第一隣保館(京町)	第一隣保館	☎21-2928 / FAX 21-2965
消費生活相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~12:00、 13:00~16:00	市役所4階(殿町)	消費生活センター (商工政策課内)	☎25-6590/ FAX 22-0003(商工政策課)
若者就労相談会 (39歳まで)	9(木)、23(木)	13:00~17:00 [予約必要]	産業振興センター(本町)	若者就業サポート ステーションみえ	☎059-271-9333 / FAX 059-271-7833
就職氷河期世代 就労相談会 (40歳から49歳まで)	9(木)、23(木)	13:00~17:00 [予約必要]	産業振興センター(本町)	就職氷河期世代 就労支援センター	☎059-271-6600 / FAX 059-271-7833
子ども発達相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~17:00	子ども発達総合支援センター (下村町)	子ども発達総合支援センター 育ちサポート係	☎30-4410 / FAX 30-4433
子どもの 療育手帳相談	1(水)、8(水)、 15(水)	9:30~16:30 [予約必要]			
教育相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~17:00 [予約必要] ※第2・4月、第1・3月は、18:00まで ※第1土(9:00~17:00)、 第3土(13:00~17:00)は開設	子ども支援研究センター(川井町)	子ども支援研究センター	☎23-7939 / FAX 26-1901
不登校の相談	土・日・祝を除く毎日	◆月・水・金は、14:00~17:00 [予約必要] ◆火・木は、13:00~17:00 [予約必要]	鈴の森教室 (子ども支援研究センター内)	鈴の森教室	☎26-1900 / FAX 26-1901
青少年の悩みの相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:00	青少年センター(川井町)	青少年センター	☎21-7830 / FAX 26-1901
青少年の悩みX相談			松阪市青少年の悩みX相談 (@0598_21_7830)		
税務相談	14(火)	10:00~16:00 [予約必要]	東海税理士会松阪支部 [商工会議所内](若葉町)	東海税理士会松阪支部事務局	☎50-2357 / FAX 50-2358
貿易相談	10(金)	14:30~16:30 [予約必要] ※オンラインでも受け付けています。	産業振興センター(本町)	ジェトロ三重	☎059-228-2647 / FAX 059-228-3185
更生保護相談	土・日・祝を除く毎日	10:00~15:00 [予約必要]	福祉会館(殿町)	松阪更生保護サポートセンター	☎21-1600 / FAX 30-5959
エイズ相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:15	松阪保健所(高町)	松阪保健所	☎50-0531 / FAX 50-0621
ひきこもり相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:15	市役所1階 健康福祉総務課 (殿町)	健康福祉総務課	☎31-1922 / FAX 26-9113

4月で1歳になったよ

HAPPY BIRTHDAY



6日
生まれ

ふくずみ ゆず
福住 唯珠ちゃん
(飯南町深野)

いつも癒しを
ありがとう♡
大好きだよ!



7日
生まれ

むらおか たお
村岡 泰壮ちゃん
(山室町)

生まれてきてくれて
家族がハッピー!



9日
生まれ

たなか
田中 こはるちゃん
(平成町)

祝1歳♡
毎日癒しを
ありがとう♡♡



1日
生まれ

くぼ こはる
久保 胡陽ちゃん
(豊原町)

1歳!お姉ちゃんと
これからも仲良くね♡



11日
生まれ

いしかわ ぼ
石川 よつ葉ちゃん
(川井町)

我が家のアイドル
1歳おめでとう!
大好き!



12日
生まれ

いわつか ほるか
岩塚 悠ちゃん
(山添町)

はるか!
1歳おめでとう♡



10日
生まれ

いなもと ほると
稲本 陽斗ちゃん
(立野町)

笑顔が素敵な陽斗♡
1歳おめでとう!



14日
生まれ

さわむら なり
澤村 成ちゃん
(下七見町)

1歳のお誕生日
おめでとう♡



17日
生まれ

はった すい
八田 慧ちゃん
(久米町)

祝1歳♡
いつも笑顔と癒しを
ありがとう♡



13日
生まれ

やまがみ ゆな
山上 優奈ちゃん
(嬉野中川町)

1歳おめでとう♡
優しい子に
育ってね!



17日
生まれ

きむら ほると
木村 晴人ちゃん
(市場庄町)

1歳おめでとう!
我が家の宝物♡



24日
生まれ

のだ つぐみちゃん
野田 つぐみちゃん
(田原町)

1歳おめでとう!
たくさん笑って
育ってね♪



25日
生まれ

もりた たいき
森田 泰規ちゃん
(嬉野津屋城町)

たいくん1歳おめでとう!
大好きだよ♡



28日
生まれ

にし りつと
西 律人ちゃん
(郷津町)

家族みんな大好きだよ!
元気に育ってね☆



6月で1歳になるお子さんの写真を募集しています! 【問】 広報広聴課 ☎53-4312

応募要項

5月1日(水)までに、応募フォーム(右記QRコード)から応募ください。

- 写真・画像についてはお子さんのみが写っているものとします。
- 応募いただいた写真については返却しません。
- 応募多数の場合は抽選とさせていただきます。(抽選結果は掲載をもって、発表にかえさせていただきます)
- 応募いただいた写真は全て、松阪市行政チャンネルと市ホームページのトップページに掲載させていただきます。
- 頭など体の一部が写っていないと写真が切れてしまうのでご注意ください。

締切日
必着

松阪市 1歳になったよ

検索



応募フォーム

郵送での応募は「お子さんのお名前(ふりがな)」「住所」「生年月日」「性別」「保護者のお名前」「電話番号」「20文字以内のコメント」を写真の裏に記入し、お送りください。
〒515-8515 松阪市殿町1340番地1 松阪市役所 広報広聴課 1歳になったよ係



- ・この広報紙は、再生紙と環境に優しい植物油インキを使用しています。
- ・広報紙は資源物「雑誌・雑紙」に分別してください。
- ・見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。
- ・QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

〒515-8515 三重県松阪市殿町1340番地1 松阪市役所 広報広聴課
Tel.0598-53-4312 / Fax.0598-22-1119