



発行 令和6年8月1日

うれし狂

URESHIDEN



編集・発行 松阪市嬉野地域振興局地域振興課
(☎: 48-3807)



やまゆり鑑賞会が開催されました！



7月22日(月)、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。来場者には、抹茶と和菓子が振る舞われました。公民館裏にある「やまゆり園」のやまゆりを観賞しながら、大人から子どもまで癒しのひとときを過ごしました。

嬉野宇気郷住民協議会の担当者は「近年は鹿やイノシシの食害で球根がほとんどなくなってしまったこともあったが、地域住民で球根の移植や獣害対策などを続けてきた。これからも訪れた皆さんに喜んでいただけるような環境づくりに取り組みたい」と話されました。



松阪市の未来を語る会を開催します

新しい総合計画の策定に向けて、松阪市がめざす将来像や行政と協働できることなどについて、竹上市長と語り合ひましょう。ぜひ会場にお越しください。

●開場は、開始時間の20分前です。

●駐車場に限りがありますので、できるだけ乗り合いをお願いします。

▼と き…8月29日(木) 10時～11時30分

▼ところ…嬉野地域振興局 大会議室

▼問合せ…経営企画課 ☎53-4319 FAX22-1377



事前申込は必要ありません。

ファミリーエクササイズ+10

フラステン

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ます。お母さんに限らず、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんが参加することもできます。お子さんと楽しく体を動かしてみませんか。

▼と き…8月26日(月) 10時～11時 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…生後6か月児～未就園児とその保護者 ▼定 員…12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…水分補給のための飲み物、タオル、筆記用具、運動しやすい服装

▼申込方法…8月9日(金)～8月22日(木) WEBか電話で嬉野保健センターへ

▼申込・問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812

※今年度初参加の方が優先です。



今日からできる おいしお生活

- ▼と き…9月5日(木) 10時～11時30分
▼ところ…嬉野保健センター
▼内 容…講話、ミニ調理実習と試食(鶏肉のチリソース 他)
▼対 象…市内在住20歳以上の方 ▼定 員…15人(先着順)
▼参加費…無料 ▼持ち物…エプロン、三角巾、筆記用具
▼申込方法…8月9日(金)～8月28日(水)までにWEBまたは電話で
嬉野保健センターへ
▼申込・問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812



献血にぜひ、ご協力ください

現在、三重県内では各病院へ多くの血液が供給されている状況にあり、より多くの血液の確保が必要とされています。皆様のご協力をお願いいたします。

- ▼と き…9月11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歳～64歳で献血の経験がある方に限ります。
- 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)若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。

- ▼問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812



うれし伝についてのアンケートにご協力ください！

うれし伝を今後、よりよい紙面にするためにアンケートにご協力ください！
設問数は6問で、回答時間はおよそ2分です。

アンケートフォームは右記二次元コードから。



担い手を募集しています！

「ライフサポート嬉野」は、嬉野地区に居住する65歳以上の一人暮らしの方や、高齢者のみの世帯の方々に、日常生活でのお困り事(ゴミ出しや草刈り、屋内清掃など)を有償ボランティアで行います。このような私たちの活動に賛同していただける仲間を募集しています。

- ・ボランティア精神のある方
 - ・自動車免許(絶対条件ではありません)
 - ・その他資格のある方
- 大歓迎です！ お気軽にお問合せください。

- ▼問合せ…ライフサポート嬉野 代表 なかきた よしひこ 中北 喜彦 ☎090-4798-2963



※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。

<ちゅうりっぷの会>ご案内



嬉野地区民生委員児童委員会協議会では、親子で楽しめる催しを用意して子育て中のママ・パパたちのリフレッシュをお手伝いする活動を行なっています。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来てください。

▼と き…①8月20日（火）10時～11時

②9月17日（火）10時～11時 ※4月から第3火曜日の開催になりましたので、ご注意ください。

▼ところ…嬉野保健センター プレイルーム

▼対 象…嬉野地域在住の生後6か月頃～未就園のお子さんとその保護者

▼内 容…①季節の歌・親子の触れ合い遊び・絵本の読み聞かせ等 ★8月は夏祭りをします
②季節の歌・親子の触れ合い遊び・絵本の読み聞かせ等 ★9月はお月見をします

▼定 員…各日程15組（先着順）

▼申込方法…①8月16日（金）まで

②9月13日（金）まで

電話で松阪市社会福祉協議会 嬉野支所へお申し込みください。

▼申込・問合せ…松阪市社会福祉協議会 嬉野支所 ☎42-2718

▼お願い…0歳の方はバスタオルをお持ちください。

・令和6年度 ちゅうりっぷの会 開催予定日（毎月第3火曜日）



開催日	内 容	開催日	内 容
9月17日	お月見	1月21日	もうすぐ節分
10月15日	ミニ運動会	2月18日	ひなまつり
11月19日	秋の音楽会	3月18日	作って遊ぼう
12月17日	クリスマス会		

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）

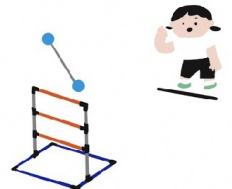
ラダーゲッターとは両端にボールがついたヒモをラダー（はしご）に向かって投げ、上手に引っ掛けるスポーツです。参加賞もありますので、お気軽にご参加ください。

▼と き…8月23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

▼申込方法…嬉野体育センターに直接申込むか、電話でお申込みください。 ▼締 切…8月20日（火）

▼申込・問合せ…NPO法人うれしのスポーツクラブAFLEC ☎42-5527



松阪北部地域交流みくも掲示板

戦争と平和を考えるパネル展

広島・長崎の悲惨な被爆体験と平和の大切さを次の世代に伝えていくため、被爆直後の広島・長崎の惨状や当時の状況を伝えるパネル展を三雲地域振興局にて開催します。

【展示期間】

8月1日（木）～15日（木）



「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】

8月19日（月）～9月6日（金）



▼問合せ…三雲地域振興課 ☎56-7905

※都合により、内容を変更する場合があります。

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【一緒に子育て編】（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、パパと一緒にご参加ください！

▼と き…8月24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 ▼持ち物…母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装

●子育て教室

<ウレッピーキッズ>

▼と き…8月27日（火） 9時30分～10時30分 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…1歳児の親子

▼内 容…保育士によるリズム遊びやふれあい遊び、健康のお話（夏の健康管理）

<ウレッピーベビー>

▼と き…8月27日（火） 11時～12時 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…0歳児の親子

▼内 容…保育士によるふれあい遊び、健康のお話（夏の健康管理）

▼持ち物…バスタオル

<ハートフルベビーキッズ>

▼と き…9月11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…0歳児・1歳児の親子

▼内 容…保育士によるリズム遊びやふれあい遊び、健康のお話（がん検診）

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。

▼持ち物…バスタオル

●乳幼児健康相談

▼と き…①9月6日（金） 9時30分～11時 ②9月9日（月） 9時30分～11時10分

▼ところ…①嬉野保健センター ②ハートフルみくも保健福祉センター（要予約）

▼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不要）

●こども栄養相談（要予約）

▼と き…9月6日（金） 9時30分～11時30分（1人20分程度） ▼ところ…嬉野保健センター

▼内 容…管理栄養士による離乳食・幼児食などの個別相談 ▼持ち物…母子健康手帳

●こども歯みがき相談（要予約）

▼と き…9月6日（金） 9時30分～11時30分（1人20分程度） ▼ところ…嬉野保健センター

▼内 容…歯科衛生士によるむし歯チェックとブラッシング等の個別指導

▼持ち物…母子健康手帳、家で使用している歯ブラシ（ある方のみ）

●離乳食教室 ごっくんコース

離乳食を開始するにあたり、分からないことや困っていることはありませんか？ 離乳食の進め方について、講話や調理実演を通じて他の参加者の皆さんと一っしょに学んでいただく教室です。（要予約）

▼と き…8月16日（金） 10時～11時30分 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…教室開催時点で生後4～6か月の乳児とその保護者

▼持ち物…母子健康手帳、バスタオル ▼参加費…無料

▼申込方法…WEB（下記二次元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（☎48-3812）へお申込みください。

○パパママ教室のお申込みはこちらから！



○乳幼児健康相談（9月9日）

○こども栄養相談

○こども歯みがき相談

○離乳食教室

のお申込みはこちらから！

