

vol. 238 2024 10月号 October



松阪ナビのダウンロードはこちらから







語記つきか





02 第63回 氏郷まつり 参加者募集

災害に**そ**はえる ⁰³ 松阪市総合防災訓練

04 精 が 仮をみつけに

08 BバスB運賃無料 DAY

まつさか情報広場

09 お知らせ

18 募集

14 教育・講座 20 催し・イベント

MATSUSAKA C I T Y INFORMATION

24 **予防接種の補助を実施します!**

25 「とまとーず」メンバー募集!

26 市長コラム

09

災害から命を守る 「備え」と「行動」

ミニ手話コーナー

27 高齢者の暮らしを考える

28 図書館・天文教室・松阪競輪場発売日程

29 松阪農業公園ベルファーム・文化財センター催し物案内

30 まちのできごと

32 市民の掲示板 🙌 🏰 コミュニティ

34 健康講座・健康相談/11月の市民相談

36 **HAPPY BTRT PAY** ~10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9月12日時点のものです。



とき

11月3日(日・祝) 午前9時から

ところ

松坂城跡(殿町)および中心市街地

【参加者募集】

◎松阪市指定無形民俗文化財松阪しょんがい音頭と踊り

皆さん、一緒に楽しく踊りましょう! 当日参加歓迎! 初心者向け音頭踊り練習を行っています。※参加無料 練習会

とき

10月5日(土)·15日(火) 午後7時~9時半

ところ

5日:橋西公民館(川井町) 15日:松阪公民館(船江町)

【問】 松阪しょんがい音頭と踊り保存会事務局 な・FAX 52-6008 (携帯)090-7033-6409

◎松阪しょんがいソーラン

皆さん一緒にしょんがいソーランを踊りましょう。※参加無料 練習会

とき

10月21日(月)·28日(月) 午後7時半~

ところ

子ども支援研究センター(川井町)

【問】 松阪しょんがいソーラン推進委員会事務局 (携帯)090-7913-1192 FAX 29-6103

◎松阪鈴おどり

練習会は設けませんが、当日参加歓迎! 皆さん、一緒に鈴おどりを踊りましょう

【問】 松阪鈴おどり 鈴リン会 会長 松葉恵実 (携帯)090-2949-6484 FAX 23-8477

[四.由]

松阪駅観光情報センター ☎23-7771 ☎226-4778 観光交流課 ☎53-4406 ☎22-0003 会和6年度

松阪市総合防災訓練

市内全域で大地震発生の想定で実施いたします。

各住民自治協議会等では避難訓練、避難所運営訓練など

災害発災後における初動対応を中心に訓練を行います。

ぜひ、この機会に、地域主体の訓練にご参加ください。

各地区の訓練内容は、各住民自治協議会までおたずねください。

10月26日 😊 8時30分開始

防災行政無線より訓練放送を流します! 8時30分▶緊急地震速報 訓練放送(市内全域)

8時35分▶大津波警報 訓練放送(沿岸部)

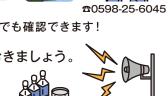
ところ
市内小学校等の指定避難所など

CHECK

- ●訓練放送が流れたら、身を守る訓練をお願いします。
- ●避難所の解錠方法、開設など避難所における、初動対応を知っておきましょう。
- ●ご家庭での水や食糧の備蓄を確認しましょう
- ●発災時の連絡方法や集合場所をご家庭で話し合っておきましょう。



防災行政無線が聞こえなかった方



.....

ш ш

地震発生その瞬間

料理中、寝ている時、学校や勤務先、外出中など…地震はいつ起こるかわかりません。 まずは「落ちてこない |「倒れてこない |「移動してこない |ところに身を寄せましょう。



緊急地震速報



緊急地震速報と同時に大きなゆれがくる こともあります。(直下型地震など)

身を守るときの大原則

シェイクアウト(米国発祥の地震防災訓練)







まず低く

頭を守り

動かない



10月第4日曜日は「松阪防災の日」

10月第4日曜日は松阪防災の日です。また、この日を含む1週間は松阪防災週間です。 「松阪防災の日」に、改めて防災について考えましょう。

自助

「家族防災会議」のなかで、我が家の防災対策を見 直し、災害時の連絡手段や避難場所などを共有し ておきましょう。災害用備蓄品の点検も忘れずに。

共助

地域(住民自治協議会、自治会など) や職場などで防災について話し合い をしたり、防災訓練を実施しましょう。



広報まつさか



まだ知らない 松気をみつけに





豪商のまち松阪キャンペーン

2024年10月1日(火) ▶ 12月1日(日)

毎年恒例!秋の観光企画「豪商のまち松阪キャンペーン」を開催します。

今年は「まだ知らない松阪をみつけに」をテーマに、市民の方にも松阪の歴史文化を楽しんでいただける様々な観光イベントを企画しました。

「豪商のまち松阪 謎解き宝探し」は、市内に隠された謎を解いていくまち歩き型の謎解きイベントです。謎を すべてクリアした方には抽選で松阪肉などの豪華賞品が当たります。

また、松阪の逸品を食べ歩く「松阪ご愛顧グルぐるスタンプラリー」も実施します。

子どもから大人まで楽しめるイベントが盛りだくさん。ぜひご参加ください。



◆松阪市文化財センター 「はにわ館」

宝塚古墳から出土した埴輪が常設 展示されている場所。今年全278点 の出土品が国宝になりました。

なかでも「船形埴輪」は、全長 140cmの大型の埴輪で、豪華な装飾 がほどこされていることが特徴です。

- 住 外五曲町1
- 0598-26-7330
- 時 午前9時~午後5時 (入館は午後4時半まで)
- 休 月曜日(祝日の場合は翌日)、 年末年始

2御城番屋敷

江戸末期に松坂城警護にあたった 紀州藩士の屋敷。松坂城跡のすぐ近く にあり、当時の雰囲気が感じられます。

このような長屋の組屋敷は全国でも大変珍しく、今も人々の暮らしが営まれています。(国指定重要文化財)

- 住 殿町1385
- **1** 0598-26-5174
- 時 午前10時~午後4時
- 休 月曜日(祝日の場合は翌日)、 年末年始

3旧長谷川治郎兵衛家

江戸時代の木綿問屋「丹波屋」、豪商・長谷川家の旧宅。格子、霧よけ、5つの蔵、そして、うだつの上がった屋根など落ち着いたたたずまいの中に当時の松阪商人の隆盛ぶりがうかがえます。(国指定重要文化財・県指定史跡及び名勝)

- 住 魚町1653
- **a** 0598-21-8600
- 時 午前9時~午後5時 (入館は午後4時半まで)
- 休 水曜日(祝日の場合は翌日)、 年末年始

あなたは、 この謎が解けますか?

松阪は三井グループの祖・三井高利をはじめ、著名な豪商を輩出した"豪商のまち" として知られています。

本キャンペーンの企画のひとつとして開催される「豪商のまち松阪 謎解き宝探し」は、松阪のまちを歩きながら各地に隠された謎を解いていく周遊型謎解きイベントです。最終問題をクリア&アンケートへの回答で、抽選でNintendo Switchや松阪肉などの豪華賞品が当たります。



こつの秘宝 と はにわの声・

参加無料!

1 12.1(E)

小学生以下の方は、大 人の方と一緒に ご参加ください。 謎解き マップを 手に入れょう!

当日すぐ 遊べるよ!

\ 詳細はこちら/



参加方法



謎解きマップを手に入れよう!

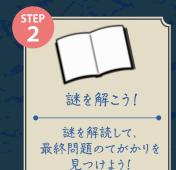
※コースは、「大人向けコース」と 「子ども向けコース」があるよ!



<謎解きマップ配布場所>

- ・豪商のまち松阪観光交流センター
- ・松阪駅観光情報センター
- ・松阪市文化財センター「はにわ館」

©IKUSA.inc 2024



※両コースに挑戦も可能

最終問題を解こう!

てがかりから最終問題 を解き明かし、宝箱に 書かれた合言葉を見 つけよう!



報告しよう!

合言葉をメモして、「豪 商のまち松阪 観光交 流センター」で報告し よう! 5 賞品に 応募しよう!

アンケートに答えて、豪華賞品を当てよう!



【特賞】 Nintendo Switch 1名



【特賞】 松阪肉 30,000円相当 1名

※Nintendo Switchのロゴ・Nintendo Switchは任天堂の商標です。 ※ほかにも豪華賞品が当たるチャンス!



鈴の音バス限定!

中学生以下のお子さんは、バス降車時に謎解きマップ提示で**運賃無料**。



謎解きマップ提示で、割引料金で入館可能。

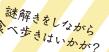
- ·旧長谷川治郎兵衛家
- •旧小津清左衛門家
- •原田二郎旧宅
- ・松阪市文化財センター「はにわ館」



①駅弁のあら竹太谷



食べ歩きはいかか?





グルぐる スタンプラリ



◆ 小麦香る男



松阪 抽選会へ!



買って♪



スタンプを2つ集めると、 抽選で松阪肉などの 豪華賞品をプレゼント!!

∖詳細はこちら∕





- <スタンプシート配布場所>
- ・豪商のまち松阪 観光交流センター
- ・松阪駅観光情報センター
- ・スタンプラリー対象 5店舗





対象店舗を利用してスタンプを押そう!

<スタンプラリー対象店舗>

- 駅弁のあら竹本店(日野町729-3)
- ❷ 山作(中町1857)
- **②** 茶遊膳 茶重(新町819)
- ◆ 小麦香る男(日野町569-1)
- 😉 パーラーオクノ(日野町768)

2 つスタンプを集めたら、 「豪商のまち松阪 観光交流センタ -」ヘシートを持っていこう! 提示される二次元コードからアンケ ートに答えると、抽選で松阪肉や松 阪もめん商品などをプレゼント。



特集に関するお問い合わせ先 観光交流課 **25** 53-4196

FAX 22-0003

松阪市









- 松阪市内を運行する路線バス及び鈴の音バスの全ての便を無料化します。 ※三重交通路線バスは松阪市内区間のみ無料。ただし、「松阪大石線」は全区間無料
- 対象は松阪市民に限りません。どなたでもご利用いただけます。
- 何回でも無料で利用できます。

利用方法

● 対象区間内の好きなところで乗って降りるだけ! 整理券、ICカードのタッチは不要です。





80





アンケートに ご協力お願いします!

当日乗車いただいた方で トに回答いただくと、抽選で

回答はこちらから!

回答期間:11月17日(日)~11月23日(土)





24.10





人口と世帯数【令和6年8月1日現在】

※()内は前月比

人 口 …… 156.508人(-62人)

男 …… 75.355人(-12人)

世帯数 …… 74.878世帯 (+96世帯)

女 …… 81.153人(-50人)

MATSUSAKA INFORMATION

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。



生活支援!松阪みんなの商品券 販売終了します!

1冊7,500円分(500円×15枚綴り)の商品券を5,000円 で販売。商品券の購入には「購入引換券」が必要です。 ※購入引換券は6月下旬に市内全世帯に郵送しました。

●日曜窓口のお知らせ

10月6日(日)は、松阪市役所1階にて 午前10時~午後3時で販売します。

販売期限	10月31日(木)午後3時まで
使用期限	11月30日(土)まで
販売場所	三十三銀行(松阪本店営業部及び市内各支店)
使用可能 店舗	使用可能店舗には、参加店舗証が貼ってあります。 使用可能店舗一覧は、市ホームページや商品券 購入場所にてご確認ください。



商工政策課 ☎53-4361 至 22-0003 【問】

「福祉まるごと相談室」の開設

新たに神戸地区・徳和地区を担当地 区とする「福祉まるごと相談室」を開 設します。「福祉まるごと相談室」は、 地域の皆さんの身近な相談先とし て日頃の暮らしの中で、悩んでいる



こと、どこに相談していいかわからないことなどの健康と 福祉に関する相談に応じます。どなたでも相談できます。 本人だけでなく、周囲の方からの相談も受け付けます。

- ●開設日/10月31日(木)
- ●開設時間/平日の午前9時~午後5時 (土日祝日・年末年始を除く)
- ※ 鎌田は学校施設を閉じる日を除く。
- ●相談方法/電話·来所·FAX等

	名称	場所	電話/FAX	担当地区
新規開設	神戸・徳和 福祉まるごと相談室	垣鼻町1461-8 神戸地区 市民センター内	☎29-1171 ™29-1172	神戸·徳和
	鎌田 福祉まるごと相談室	鎌田町656 鎌中地域 交流センター内	☎52-6161 ☎52-6786	第四・港・ 松ヶ崎
	松尾・大河内・宇気郷 福祉まるごと相談室	丹生寺町605 松尾地区コミュニティ センター内	☎58-3960 ☎58-3961	松尾・ 大河内・ 宇気郷
開	中央・幸 福祉まるごと相談	殿町1563 松阪市福祉会館内	☎23-8877 ☎53-4484	中央·幸
開設済	嬉野 福祉まるごと相談室	嬉野町1434 嬉野地域振興局内	☎48-3803 ☎42-4945	嬉野管内
	三雲福祉まるごと相談室	曽原町872 三雲地域振興局内	☎56-7911 ☎56-5382	三雲管内
	飯南 福祉まるごと相談室	飯南町粥見3950 飯南地域振興局内	☎32-2513 ☎32-3771	飯南管内
	飯高 福祉まるごと相談室	飯高町宮前180 飯高地域振興局内	☎46-7116 ☎46-1092	飯高管内

※「福祉まるごと相談室」の担当地区以外で、 どこに相談したらよいかわからない場合は 健康福祉総務課にご相談ください。

【問】 健康福祉総務課

☎31-1926 **EXX** 26-9113



詳しくはこちら

09

老人福祉センター松寿園 閉館のお知らせ

長きにわたり多くの皆さまにご利用いただいております 老人福祉センターは、建物及び施設設備の老朽化により、 令和7年12月26日(金)をもちまして閉館いたします。 ご利用いただいている皆さまには、大変ご不便をお掛け しますが、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いします。 【問】 老人福祉センター松寿園 ☎・ ■ 29-0715

上下水道料金が スマホ決済アプリで お支払い可能になります!

令和6年10月以降に届く納入通知書から、水道料金及び 下水道使用料がスマートフォン決済アプリでお支払いで きるようになります。納入通知書に印刷されたバーコー ドをスマートフォン決済アプリから読み取ることで、24 時間365日いつでもどこでもお支払いができます。

●対象/

水道料金、下水道使用料(公共下水道使用料、農業集 落排水処理施設使用料、公共浄化槽使用料)を納入通 知書によりお支払いの方

●対応アプリ/

PayPay d払い auPAY PayB

- ※手数料は無料です。ただし、ダウンロード、ご利用にか かる通信料は利用者負担となります。
- ※ご利用方法については、各アプリのホームページでご 確認ください。
- ●利用時の注意/
- 1) 口座振替やクレジットカード払いのように継続的に手 続きされるものではありません。納入通知書ごとにお 支払い手続きが必要です。
- 2) 金融機関、コンビニエンスストア、松阪市上下水道お 客様センター、市役所の窓□での、スマートフォン決 済アプリを利用したお支払いはできません。
- 3)以下の納付書はご利用できません。
- 汚損、破損などでバーコードが 読み取れないもの
- ・納付期限が過ぎたもの
- ・30万円を超える支払金額のもの
- バーコードの印字がないもの
- 納入通知書の裏面にスマートフォン決済アプリのご利用案内の
- 4) 領収書は発行されません。領収書が必要な場合は、金 融機関やコンビニエンスストア等でお支払いください。
- 5) お支払い履歴は各アプリ内の利用明細(決済履歴)で ご確認ください。

【問・申】 上下水道総務課 ☎53-4372 [AX 26-4319] 松阪市上下水道お客様センター ☎31-2258 **E** 20-8081

「まつさかファミリー サポートセンター 利用料の一部を補助します!

●まつさかファミリーサポートセンター

習い事の送迎や預かりなど子育てを助けてほしい 人に子育てのお手伝いができる人を 紹介する会員組織です。

詳細については右記QRコードから 市ホームページをご覧ください。



お知らせ

- ●対象/①から⑦までのいずれかに該当する世帯 ①ひとり親世帯 ②低所得世帯 ③ダブルケア世帯 ④障がい児(者)世帯 ⑤多胎児世帯 ⑥多子世帯 ⑦産後ケア世帯
- ●補助金額/利用料金の50%
- ●申請方法/利用時に渡される利用援助活動記録票と 振込先口座がわかるもの(申請者名義に限る)を持っ て、市役所1階11番窓口にお越しください。必要に応 じて、障害者手帳等補助対象であること

がわかる書類を求める場合があります。

【問】こども未来課 **☎**53-4081

FAX 26-9113







お忘れではないですか? 定額減税に伴う 調整給付の申請について

定額減税に伴う調整給付の対象となる方に対して7月下 旬に対象者へご案内(確認書:紫色)を送付しました(届 いていない方は対象外です)。書類が届いた方で、申請 がまだの方は、期限までにお願いします。申請方法等の 詳細は市ホームページをご覧ください。

象校

定額減税しきれないと見込まれる方への 調整給付対象者

申請期限

10月31日(木) 当日消印有効

【問·申】 松阪市重点支援給付金室

220-8818 FAX 26-9113

受付時間

午前8時半~午後5時15分 (土日祝を除く)



松阪市戦没者追悼式の 開催について

先の大戦において亡くなられた松阪市内の戦没者ならびに戦災死没者の方々のご冥福を祈り、平和を祈念するため、追悼式を開催いたします。

とき	10月31日(木) 午後1時半~2時半
ところ	農業屋コミュニティ文化センター(川井町)

【問】 健康福祉総務課 ☎53-4089 🕰 26-9113



後期高齢者健康診査 お口の健康チェックを 受診しましょう!!



後期高齢者健康診査やお口の健康チェックはもう受診されましたか?自覚できない隠れた病気を早期に発見し、治療につなげるには診査の受診が有効です。まだ受診されていない方は、ご自身の健康管理の為にも是非受診してください。

※受診を希望する医療機関に必ず連絡をしたうえで受診してください。

	後期高齢者健康診査	お口の健康チェック
対象	後期高齢者医療制度に ご加入の方 (令和6年8月31日まで に資格取得された方)	令和6年3月31日 時点で満75歳、 満76歳、満77歳、 満80歳の方
実施期間	令和6年11月30日まで※1	令和6年11月20日まで

※1松阪地区の医療機関で個別健診を受けられる場合 は、令和7年1月31日まで

【問】 三重県後期高齢者医療広域連合

☎059-221-6884

保険年金課 ☎53-4068 🕰 26-9113

高齢者実態調査に 民生委員・児童委員が訪問します

地域の実態を把握し、緊急時に役立てるため、民生委員・ 児童委員が在宅高齢者を訪問して調査しますので、ご理 解・ご協力をお願いします。

とき 10月1日(火)~31日(木)		10月1日(火)~31日(木)
	対象	(1)70歳以上ひとり暮らし高齢者 (2)80歳以上高齢者のみ(2人以上)世帯 (3)70歳以上寝たきり高齢者

【問】 健康福祉総務課 ☎53-4089 🕰 26-9113

国民年金の手続きは 電子申請が便利!

マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからスマートフォンで国民年金手続き(電子申請)ができます。申請は24時間365日でき、処理状況や結果の確認もできます。

対象手続	●国民年金(第1号被保険者)加入の届出(退職した場合など) ●国民年金保険料の免除・納付猶予の申請 ●国民年金保険料の学生納付特例の申請 ●国民年金保険料の産前産後免除の届出 ●付加保険料納付・該当の申出
申請方法	(1)マイナポータルの「年金」に アクセスしログイン (2)希望する手続きを選択し、本人情報を入力 (3)入力内容を確認し、申請 ⇒ 申請完了!

【問】 保険年金課

☎53-4044 ► 26-9113 松阪年金事務所

☎51-5115 FAX 52-1611



お知らせ information

マイナポータルはこちらから

「マイナ保険証出張相談会」を 実施します! ※予約不要

マイナ保険証の利便性を感じていただくため 出張相談会を開催します!

「まだマイナンバーカードを作ってないけどどうしよう」 「マイナ保険証ってどう使えばいいの?」

「使うとどんな利便性があるの?」

などなど気になることをこの際聞いてみましょう!

●体験イベント!

ご自身のマイナンバーカードで顔認証が体験できます。 医療機関での利用方法を体験してみよう!

※ぜひ、マイナンバーカードをご用意の上、お越しください。

とき	10月10日(木)~13日(日) 午前10時~午後4時
ところ	アピタ松阪三雲店 1階 北側エスカレーター横(メガネのマスダとなり)

【問】 保険年金課 ☎53-4043 ☎26-9113 戸籍住民課 マイナンバー担当 ☎31-1916 ☎26-9115





ひきこもり出張相談会

ひきこもりに関する出張相談会を開催いたします。ひきこ もりは、「特別なものではなく、誰にでも起こりうるもの」で す。話すことで新たな糸口が見つかるかもしれません。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	11月27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	飯南ふれあいセンター(飯南町横野)
定員	3人(要予約) ※1人1時間程度
申込期間	11月26日(火)まで
申込方法	電話でひきこもり地域支援センター そ・えーるまで

●対象/市内在住のひきこもりに悩むご本人やご家族



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十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	11月19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)
定員	2人(要予約) ※1人1時間程度
申込期間	11月13日(水)まで
申込方法	電話でひきこもり地域支援センター そ・えーるまで

- ●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
- 精神障がいが疑われるが、精神科等への受診歴がな
- 過去に受診歴はあるものの、受診を中断してしまった 方
- ※医療機関(精神科)へ通院中の方は対象外
- ■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。



詳細はこちら

ひきこもり地域支援センター そ・えーる



【問・申】 ひきこもり地域支援センター そ・えーる **☎**31-1922 **★**326-9113 健康福祉総務課 ☎31-1926

家族のつどい

~"学び"と"わかちあい"のひととき~

「家族のつどい」は、日々感じていることや、想いを共有し 交流することができる場です。ひきこもりについてひと りで抱えず、同じような悩みを持つご家族で集まってさ まざまな想いを分かち合ってみませんか。

とき	10月25日(金) 午後1時半~3時	
ところ	社会福祉協議会 松阪支所(鎌田町)	
対象	ひきこもり当事者を支えるご家族	
定員	15人	
参加費	無料 講話:「将来への備え〜家計相談のあれこれ〜」 講師:松阪市生活相談支援センター 家計改善支援員	
内容		
申込期間	10月24日(木)まで	
申込方法	申込フォーム、電話、またはメールにて ひきこもり地域支援センター そ・えーるまで	

【問・申】 ひきこもり地域支援センター そ・えーる

☎31-1922 **EX** 26-9113

健康福祉総務課 ☎31-1926

申込フォームは こちら



お知らせ

聞いてんか! 言うてんか!

~第23回議会報告会(意見交換会)~

9月定例会での決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。

委員会名	とき	ところ	第2部意見 交換会テーマ
環境福祉委員会	11月7日(木) 午後7時~	飯高地域振興局 大会議室 (飯高町宮前)	健康づくり について
文教経済委員会	11月9日(土) 午後7時~	松阪公民館 講座室1 (船江町)	放課後児童 クラブの方向 性について
建設水道委員会	11月11日(月) 午後7時~	橋西地区市民 センター大会議 室(川井町)	空家等対策 について
総務企画委員会	11月13日(水) 午後7時~	嬉野地域振興局 大会議室 (嬉野町)	コミュニティ センター化に ついて

※議会報告会の様子は12月10日よりYouTube配信と 行政チャンネルで放送予定!

【問】 議会事務局

☎ 53-4434 **★X** 23-3962





10月は3R推進月間

最初にごみの発生を減らす、少なくすることから始めて、 次に使えるものは何回も繰り返し使い、そして使えなく なったら原料として再生利用しましょう。

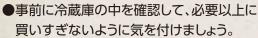
Reduce(リデュース) → ごみを出さない、ごみを減らす **Reuse(リユース)** → 繰り返し何度も使う

Recycle(リサイクル) → 再生利用する

■今日から実践! 食品ロス削減 (Reduce)

食品ロスとは、まだ食べられるにもかかわらず、 捨てられてしまっている食品のことです。

■食品ロスを削減するために 《買い物をするとき》



●消費期限・賞味期限の近いものから順番に消費するため、スーパーなどでは商品陳列棚の手前から商品をとりましょう。

てまえどりポップを使用して いただける店舗(スーパー) を募集しています。



《料理をするとき》

消費期限	賞味期限
安全に食べられる期限	おいしく食べられる期限
(期限を過ぎたら	(期限を過ぎても食べられ
食べないほうが良い)	ないわけではない)

- ●賞味(消費)期限が近い食材から優先的に使い、食材の 使い切り、料理の食べ切りを心がけましょう。
- ●野菜の皮は過剰に除去しないように心がけましょう。

《外食するとき》

●食べ切れる量を注文して、食べ 残しをしないようにしましょう。



- ●3010運動 食事会などでは、乾杯後30分は食事を 楽しみ、お開き10分前は自分の席に戻って食事をしま しょう。
- ●食べ残しをしてしまったときは、持ち帰りましょう。

「残さず食べよう」持ち帰り協力店(飲食店)の新規募集を行います。協力店認定証と店舗用ステッカー、及び持ち帰り容器用シールを配布させていただきます。



《食べ切れないとき》

●買い過ぎて食べ切れないときは、こども食堂やフード バンクなどに寄付しましょう。

【問】 清掃事業課 ☎53-4418 🖾 51-6406

国際白杖の日

10月15日は国際白杖(はくじょう)の日です。 白い杖(白杖)は目の不自由な人が 使用しています。白杖を持つ人が 困っていないか、皆さんのあたたかい こころ配りをお願いします。 【問】 障がい福祉課 ☎53-4059

E J .

お知らせ

物忘れ相談会の お知らせ

FAX 26-9113

とき	11月20日(水) 午後1時半~4時	
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	
定員	4人(要予約)※認知症の診断を受けていない方	
参加費	無料	
申込方法	電話または直接、高齢者支援課の窓口へ	

【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 🖾 26-4035

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いたします。 相談は無料です。(※予約制です。)

	午前10時~	午後1時半~
とき	10月4日(金) 11月1日(金)	10月18日(金) 11月15日(金)
ところ	市役所 1階(殿町)	





市ホームページは こちら



~小津安二郎青春のまち~ 松阪みらいプロジェクト 「第2回 映像制作ワークショップ」 を開催します!

●目指せ!第2の小津安二郎!

プロのディレクターや作家の指導を 受けながら、松阪ゆかりの映画監督・

小津安二郎の技法を学び、グループで短編映像を制作 します。カメラや脚本に興味がある人、演出や演技に興 味がある人、いろいろな役割を分担し、チームで映像制 作に挑みましょう。初心者から、部活などで動画制作や演 劇をしている人まで楽しめる内容です!

උප	12月14日(土) 脚本・コンテ作り 21日(土) 撮影 22日(日) 編集・発表 ※全日程午前9時~午後5時(予定)	
ところ	産業振興センター(本町)	
対象	中学生·高校生 30人程度	
定員		
参加費	無料	
申込期間	10月21日(月)~12月6日(金)	
申込方法	申込フォーム	



▲令和5年度ワークショップ風景





申込フォームは



詳細はこちら

【問・申】 文化課 ☎53-4397 FAX 22-0003

松阪カルチャーストリート関連企画 「ドキ土器ワークショップ!!」

プロの作家指導による子ども向けワークショップ。紙粘 土と土から生まれた絵の具で創作し、松阪カルチャース トリートの会場に展示します。

とき	11月9日(土) 午前10時~正午	
ところ	旧小津清左衛門家(本町)	
対象	小学3年生~6年生	
参加費	500円 ※当日の午前9時50分までに 豪商のまち松阪観光交流センターにて 受付および参加費お支払い	
募集人数	先着15人程度	
申込開始	10月10日(木)から	
申込方法	申込フォーム	

【問·申】 文化課

☎53-4397 FAX 22-0003 申込フォームは こちら



県指定伝統工芸品

「深野紙の紙漉き」体験者募集

とき	11月〜2月末まで (毎回午後に実施)※要予約
ところ	和紙和牛センター(飯南町深野)
対象	6人以上のグループ
体験費用	1,000円/1人 ※色紙サイズ3枚
申込期限	体験希望日の2週間前
申込方法	電話で、代表者の氏名・参加人数・ 体験希望日時を事務局へ。 ※体験日時等の調整を行い、後日事務局より 申込代表者へ連絡します。

【問·申】 飯南地域振興課(深野和紙保存会連絡事務局) ☎32-2511 **E**XX32-3771

令和6年度 はにわ館特別展「王権と首長墓の埴輪」 ワークショップ ミニ埴輪を作ろう!

とき	11月2日(土) ①午前9時半~11時半 ②午後1時半~3時半	
内容	①「ミニ円筒埴輪を作ろう」②「ミニ柵形埴輪を作ろう」	
ところ	文化財センター(外五曲町)第3ギャラリー	
定員	各回10人 ※要事前申込	
参加費	500円	
申込期間	10月23日(水)~30日(水)午前9時から午後5時 *①②の両方に参加希望される場合は、 それぞれにお申し込み下さい。	
申込方法	申込フォーム、または電話で文化財センターへ	

【問・申】 文化財センター

226-7330 FAX 26-7374 申込フォームは



親子でベビーヨガ♪

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!

●講師/平野 ちづ子さん(助産師)

とき	10月16日(水) 午前10時~11時(受付:午前9時45分~)
ところ	中川新町地域交流センター(嬉野中川新町)
対象	市内在住の0歳児とその保護者
定員	先着15組程度
参加費	無料
持ち物	動きやすい服装、飲み物、バスタオル
申込期間	10月7日(月)~15日(火)
申込方法	申込フォーム、または電話で嬉野保健センターへ
対象 定員 参加費 持ち物 申込期間	中川新町地域交流センター(嬉野中川新町) 市内在住の0歳児とその保護者 先着15組程度 無料 動きやすい服装、飲み物、バスタオル 10月7日(月)~15日(火)

【問・申】 嬉野保健センター

☎48-3812 **★** 42-4945



申込フォームは こちら



ファミリーエクササイズ+10

お子さんと一緒に楽しみながらできる、簡単な運動を 紹介します。お子さんと楽しく体を動かしてみませんか。

●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)

とき	11月18日(月)午前10時~11時
ところ	健康センターはるる(春日町)
対象	市内在住の1歳~未就園児と保護者
定員	先着25組
参加費	無料
持ち物	飲み物、タオル、運動しやすい服装 はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)
申込期間	10月8日(火)~11月15日(金)
申込方法	申込フォーム、または電話で 健康づくり課(健康センターはるる内)へ









親子で一緒 運動遊び+10

親子で一緒に今より1日10分多く身体を動かすコツをお伝えします。

伝えします。 ●講師/平岡 令孝さん(平岡健康開発研究所)

とき	11月30日(土) 午前10時~11時半(受付:午前9時半~)
ところ	健康センターはるる(春日町)
対象	市内在住の年中~小学2年生と保護者
定員	先着25組
参加費	無料
持ち物	飲み物、タオル、運動しやすい服装、室内用の靴、はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)
申込期間	10月8日(火)~11月29日(金)
申込方法	申込フォーム、または電話で 健康づくり課(健康センターはるる)へ

【問・申】 健康づくり課(健康センターはるる内)

☎31-1212 **E**AX 26-0201



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	10月13日(日) 午前9時~正午
ところ	嬉野生涯学習センター(嬉野町)
対象	心肺蘇生法、AED使用法など
定員	先着20人
参加費	無料
申込期間	10月3日(木)~9日(水) 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時間短縮されます。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。
- ※災害等が発生した場合は、やむを得ず中止する場合があります。中止の際は、ホームページに掲載します。



ホームページはこちら

村林新吾先生に学ぶ冬の薬膳

冬の寒さに負けない薬膳の知識とレシピを学びましょ う!!

- ※2日間での講座となります。
- ●講師/村林 新吾 先生

(まつさか食のまちアドバイザー)

11月8日(金) 午後1時半~2時半	11月15日(金) 午前9時半~正午		
講義	実習		
筆記用具	エプロン、三角巾、手拭き タオル、材料費1,000円		
松阪公民館(船江町) 市内在住または在勤の両日参加できる方 先着16人 (夏の薬膳講座を受講されていない方を優			
		10月16日(水)から	
		平日の午前9時〜午後5時に 来館、または電話で松阪公民館へ	
	午後1時半~2時半 講義 筆記用具 松阪公民館(船江町) 市内在住または在勤の 先着16人 (夏の薬膳講座を受講さ 10月16日(水)から 平日の午前9時~午後5時		

【問・申】 松阪公民館 ☎20-9091 🖾 20-9093

市民大学講座

「いま期待の花形とプリンス ~若手歌舞伎俳優大活躍~|

歌舞伎は役者を見る芸能です。

みなさんのごひいきを発見してください。

●講師/葛西 聖司 さん

(古典芸能解説者/元NHKアナウンサー)

الح	ŧ	11月24日(日) 午後1時半~3時
とこ	3	松阪公民館(船江町)
対	象	市内在住または在勤・在学の中学生以上の方
定	<u></u>	先着110人
参加]費	無料
申込	朝間	10月15日(火)から
申込	方法	①②いずれかの方法でお申し込みください。 ①平日の午前9時~午後5時に来館、 または電話で松阪公民館へ。 ②申込フォームから

【問·申】 松阪公民館

220-9091

申込フォームは こちら



FAX 20-9093

松阪市のSNSフォローしてね!



Instagram





Facebook ぎゅうっと松阪





YouTube 松阪市行政チャンネル

【松阪市健康応援プロジェクト】

▶循環器疾患や糖尿病を予防し、 血管を守る取り組みを推進します! 「生活習慣病予防」のための 料理教室~脂質異常症予防~

地域で活動している管理栄養士による料理教室です。 *どちらかの日程をお選びください。

	*脂質異常症について 知りたい方、健診結果が 気になる方のための教室	*脂質異常症を しっかり予防したい方 のための教室
とき	10月24日(木) 午前10時~午後1時	11月14日(木) 午前10時~午後1時
対象	市内在住20歳以上の方	市内在住20~64歳の方
定員	先着15人	先着15人
ところ	健康センターはるる(春	3町)
内容	講話、調理実習 (脂質を抑えた調理法や食べ方のコツ)、試食	
参加費	300円	
持ち物	エプロン、三角巾、マスク(調理時)、筆記用具、 はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)	
申込期間	10月8日(火)~17日(木)	
申込方法	申込フォーム、または電話で 健康づくり課(健康センターはるる内)へ	





申込フォームは

健康づくり課(健康センターはるる内) 【問·申】 ☎31-1212 **■** 26-0201

楽しく作って 美味しく食べる料理教室

●講師/前川 智司さん・前川 真理さん(前川料理教室)

	とき	11月1日(金) 午後1時~3時
	ところ	松阪公民館(船江町)
8	メニュー	豚ヒレ肉のクリーム煮
	持ち物	エプロン、三角巾、手を拭くタオル
	参加費	1,000円(当日ご持参ください)
	定員	先着16人
	申込期間	10月10日(木)から
	申込方法	平日の午前9時〜午後5時に 来館、または電話で松阪公民館へ

【問·申】 松阪公民館 ☎20-9091 🕰 20-9093

16

教育•講座 information

「簡単!ヘルシークッキング♪」

骨粗しょう症を予防するためのカルシウムたっぷりレシ ピを紹介します

とき	*どちらかの日程をお選びください ①10月30日(水) 午前10時~正午 ②11月20日(水) 午前10時~正午		
ところ	健康センターはるる(春日町)		
内容	食生活改善推進員による料理教室 ※食生活改善推進員は、食を通じた健康づくりの お手伝いをしているボランティアです。		
メニュー	チーズ入りチキンロール 他		
対象	市内在住20歳以上の方		
定員	各日先着15人		
参加費	300円		
持ち物	エプロン、三角巾、マスク(調理時)、筆記用具、 はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)		
申込期間	10月8日(火)~23日(水)		
申込方法	申込フォーム、または電話で 健康づくり課(健康センターはるる内)へ		



申込フォームは こちら



【問・申】 健康づくり課(健康センターはるる内) ☎31-1212 ■ 26-0201

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。※2回シリーズ

●講師/百濟 はつえさん(みどりクリニック)

	1	2
とき	11月6日(水) 午前10時~正午	11月20日(水) 午前10時~正午
内容	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	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
ところ	健康センターはるる(春	
定員	先着25人	
対象	おおむね65歳以上の方 (令和6年度初参加で両日参加できる方)	
持ち物	フェイスタオル、飲み物、	運動ができる上靴
申込締切	11月5日(火)	
申込方法	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	

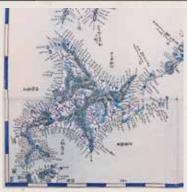
【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 ☎ 26-4035

松浦武四郎記念館からのおしらせ

■ 企画展「武四郎と絵図・地図」

探検家であり編集者でもあった松浦武四郎が出版した 地図と、武四郎が旅や著述活動などの参考にしたと考 えられる様々な絵図を紹介します。

とき	10月4日(金)〜11月24日(日) 午前9時〜午後4時半まで
ところ	松浦武四郎記念館(小野江町)



◀蝦夷闔境山川 地理取調大概図

■ 第189回武四郎講座「武四郎と絵図・地図」

開催中の企画展に合わせて、武四郎と絵図・地図についてわかりやすくお話します。

●講師/佐藤 圭祐(当館学芸員)

とき	10月13日(日) 午前1	0時~11時	
ところ 松浦武四郎記念館(小野江町)			
定員	先着60人(申込不要)	参加費	資料代110円

【問·申】 松浦武四郎記念館

※10月の休館日は1日から3日まで、7日、15日、 21日、28日

☎56-6847 **★** 56-7328

もしものとき、あなたの人生どうしたい? **・もめんノートと 成年後見制度~**



医療や介護、生活やお金のことなど 今から考えておきませんか? ▲ 申込フォームは こちら

とき	11月10日(日) 午後1時半~3時半(開場:午後1時)		
ところ	福祉会館(殿町)		
内容	第一部:もめんノート(松阪市版エンディングノート) 書き方講習会 第二部:パネルディスカッション 成年後見人が出来ること・出来ないこと		,
定員	先着60人	参加費	無料
申込期間	11月8日(金)まで 申込フォーム、 または電話、FAXで成年後見センターへ		
申込方法			

【問・申】 松阪市成年後見センター

☎31-3001 **FAX**23-3359



「子どもの読書活動」について 意見を募集します!

子どもの読書活動は人生をより深く生きる力を身につ けていく上で欠くことのできないものであり、家庭、地 域、学校を通じた社会全体で、その推進を図っていくこ とが重要です。子どもの読書活動をさらに推進していく ため、「第四次松阪市子ども読書活動推進計画」を策定 します。市民の皆さまからの意見をお待ちしています。 ※本計画において子どもとは概ね18歳以下をいいます。

●ご意見をお寄せください。

- 家庭、地域、学校などでの子どもの読書活動の推進に ついて
- その他、子どもの読書に係わることについて
- ●「第四次松阪市子ども読書活動推進計画(案)」を 閲覧できる場所

松阪市教育委員会生涯学習課·北部教育事務所·西部教 育事務所・松阪図書館・嬉野図書館・市ホームページ



▲市ホームページは こちら



◆申込フォームは こちら

募集期間		10月11日(金)~11月15日(金)
	対象	市内在住、在勤または在学の方
	応募方法	申込フォーム、郵送、またはメールで 松阪市教育委員会事務局生涯学習課まで

- ※電話やFAXによるご意見は、ご遠慮いただきますよう お願いします。
- ※必ず住所・氏名(法人その他の団体の場合は、所在地・ 名称・代表者の氏名)・電話番号をご記入ください

【問・申】 生涯学習課 ☎53-4396 [基] 26-8816 〒515-8515 松阪市殿町1315-3

ikig.div@city.matsusaka.mie.jp

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 🖾 26-4035

松阪農業公園ベルファームに インクルーシブ遊具を増やすため、 **寄附金を募集しています!**

障がいの有無にかかわらず、子どもたちが楽しめる遊具 を設置するため、クラウドファンディングを実施していま す。皆様の温かいご支援をお願いします!

※寄附金は住民税などの税控除の対象となります。

内容	本年度中に障がいの有無などにかかわらず 遊ぶことができる遊具を設置
目標金額	1,500,000円
締め切り	11月19日(火)





詳しくはこちら

松阪市 クラウドファンディング



【問】 地域ブランド課 ☎53-4129

FAX 22-0931

「Runフェスタまつさか〜住友電工 上競技部による陸上教室〜」 別門者裏集!

●講師/

- 上山 紘輝 選手(パリ五輪代表)
- 鈴木 碧斗 選手(東京五輪代表)
- 梅原 紗月 選手(2024日本選手権400mH第2位)
- 安田 圭吾 選手(2023全日本実業団200m第2位)

とき	11月30日(土) 午後1時~4時
ところ	松阪市総合運動公園 芝生広場(山下町)
定員	小学生40人、中学生80人 ※申込多数の場合は事務局による抽選にて 参加者を決定します
応募資格	市内在住、または市内の陸上競技クラブに所属 している小学4~6年生および市内在住の中学 1~3年生。ただし、2024年度日本陸上競技連盟 登録会員に限る。
参加費	無料
申込期間	10月1日(火)~18日(金)
申込方法	申込フォームより







【問・申】 スポーツ課 ☎53-4391 FAX 25-0133

小規模特認校への 入学・転入学者を募集!

~飯高地域の自然豊かな環境で学びませんか~

飯高中学校、宮前小学校、香肌小学校の3校は、「小規模 特認校」の指定により、下記の就学の条件のもと 市内全域から通学することができます。

●学校の特色/

飯高中学校	地域に根差した教育や 飯南高校との中高一貫教育	
宮前小学校	中学校と隣接し、豊かな自然を生かした 体験学習や地域の文化・歴史に学ぶ郷土学習	
香肌小学校	スペイン風の中庭がある美しい校舎の中、 個に寄り添う学習生活指導と魅力ある地域 に学ぶ地域学習・自然体験の実践	

●就学条件/

- 保護者と児童生徒が市内在住または在住予定である人
- 小規模特認校の教育活動等について賛同・協力する人
- 通学は保護者の責任と負担で行える人
- 原則卒業まで通学できる人

◆学校見学

見学を希望する場合は、直接学校へお問い合わせください。 飯高中学校(飯高町宮前) ☎46-0004 🖾 46-0046 宮前小学校(飯高町宮前) ☎46-0034 🖾 46-8020 香肌小学校(飯高町森) **2**45-0152 FAX 45-7272







▲宮前小学校



▲香肌小学校

【問・申】 西部教育事務所 ☎32-2300 🖾32-2557 学校教育課 ☎53-4389 ₩ 26-8816

なめり湖健康ウォーキング 参加者募集!

紅葉の季節に、平家の里や、なめり湖周辺をウォーキング!

	とき	11月17日(日)受付:午前8時半~ 開会:午前9時	
	ところ	なめり湖周辺	
	集合場所	中郷公民館(嬉野宮野町) 現地集合	
	コース	・中郷公民館~なめり湖~平家の里コース(8km)・中郷公民館~なめり湖トリム紅葉コース(5km)※両コースとも往復の距離	
	対象	市内在住、在勤、在学の方	
	参加費	小学生以上200円(保険料含む) ※受付当日にお支払いください。	
	申込締切	10月25日(金)	
申込書を北部教育事務所へ(FAX可) 申込用紙は、スポーツ課・各教育事務所・ 三雲嬉野管内公民館にあります。		申込用紙は、スポーツ課・各教育事務所・	

【問・申】 北部教育事務所 ☎48-3821 🖾 42-7115

学校給食調理員募集

詳細については、市ホームページをご確認ください。

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	
勤務時間	午前8時~午後4時15分(休憩45分) ※土·日·祝日除く	
休日等	土・日・祝日のほか学校の定める閉校日(5日程度)、 有給休暇あり	
給与	会計年度任用職員:月額171,000円~	
定員	若干名(先着順、調理師免許のない方も可)	
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

市ホームページは こちら

☎61-1155 FAX 28-7312



学校給食市民試食会を行います! ~学校給食を食べてみませんか~

とき	11月29日(金) 午前11時〜お昼12時半
ところ	松阪市学校給食センターベルランチ(大津町)
内容	学校給食の試食、ベルランチ施設見学 他
対象	市内在住、または在勤の方
定員	先着15人
参加費	318円(食材費)
申込期間	10月10日(木)~17日(木) 午前8時半~午後4時半(土日祝日を除く)
申込方法	電話で給食管理課へ

【問·申】 給食管理課 ☎61-1155 🕰 28-7312

今月の納期限は 10月31日

納付は納期限までに済ませましょう。

日曜・夜間納税相談窓口のお知らせ

- ●日曜窓口/10月はありません
- ●夜間窓口/10月15日(火)午後6時~8時

【問】 収納課 ☎53-4021 26-9114

【問】 介護保険課 ☎53-4090 図26-4035

【問】 保険年金課 ☎53-4092 四26-9113

「認知症ってなんだ?」

恩知症サポーター養成講座を 黄しませんか~

とき	11月18日(月) 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、認知症の方への接し方など どなたでも参加できます
講師	認知症キャラバン・メイト
定員	25人(要予約)
参加費	無料
申込方法	①申込フォーム②電話 ③FAX(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)いずれかの方法で 高齢者支援課へ

【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035





申込フォームはこちら

認知症の方と家族のおしゃべり会 『ちゃちゃカフェ』に参加しませんか

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	11月5日(火) 午後1時半~3時
ところ	福祉会館(殿町)
対象	認知症の方とそのご家族 (ご家族だけの参加も大歓迎)
申込締切	11月1日(金)
申込方法	申込フォーム、または電話で高齢者支援課へ

【問·申】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035





申込フォームはこちら



第16回まつさか環境フェブ inベルファーム みんなの身近な脱炭素



~地球にやさしいこと、やってみよう~

脱炭素・省エネ・食品ロス削減等をテーマとした展示・販 売・工作体験等を行います。

とき	10月27日(日) 午前10時~午後3時(小雨決行·荒天中止)
ところ	松阪農業公園ベルファーム(伊勢寺町)

【問】 松阪市環境パートナーシップ会議事務局(環境課内) **253-4425** FAX 26-4322

日産わくわくエコスクールの 参加者募集!



地球温暖化や電気自動車のおはなしを聞き、発電した電 気でミニカーを走らせる実験を行います。

- ※実験で使用したミニカーはお持ち帰りいただけます。
- ●講師/三重日産自動車株式会社

උき	10月27日(日) 午前の部 午前10時半~11時半 午後の部 午後1時半~2時半
ところ	松阪農業公園ベルファーム(伊勢寺町) レクチャールーム
対象	市内在住の小学生(4~6年生)とその保護者
定員	各部12組24人程度 ※申込多数の場合は抽選
申込期間	10月1日(火)~15日(火)
申込方法	申込フォーム





申込はこちら

環境課 ☎53-4425 🖾 26-4322

広告



診断サービス 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



松阪合唱フェスティバル2024

合唱を愛する市民による素敵な歌声をお楽しみください。

とき	10月20日(日)開場:正午 開演:お昼12時20分	
ところ	農業屋コミュニティ文化センター(川井町)	
入場料	無料	

【問】 文化課 ☎53-4397 [基 22-0003]

男女共同参画さ・し・す・せセミナー

演題:知っておきたい!言葉で変わるコミュニケーション

●講師/酒井 由美さん

(子育て応援プロジェクト☆パイン代表)

とき	10月29日(火) 午後7時~8時	
ところ	飯南コミュニティセンター(飯南町粥見)2階研修室	
参加費	無料(予約不要!お気軽にご参加ください)	

【問】 飯南地域振興局地域振興課

☎32-2511 FAX 32-3771

いいたか文化祭2024

とき	10月19日(土) 午後1時~5時	10月20日(日) 午前9時半~午後3時半
ところ	飯高総合開発センター、 飯高B&G海洋センター(飯高町七日市)	
内容	作品展示	芸能発表、作品展示 大谷嘉兵衛翁献茶式、 バザー

【問】 飯高文化祭実行委員会事務局(飯高公民館内) **☎**45-1012 **★** 45-0438

高齢者にやさしいまち オレンジフェスタ2024

誰もが住みやすい「やさしいまち」を目指し、認知症啓発 イベントを初めて開催します。多世代が交流しお互いを 知ることが認知症理解の第一歩です。子どもから高齢者 まで遊べるゲーム、認知症地域支援推進員による介護& 認知症相談、福祉用具展示等どなたでも参加できます。 ぜひ遊びに来てください。

とき	11月17日(日) 午前10時~正午
ところ	橋西市民センター(川井町)
参加費	無料

【問】 高齢者支援課

(高齢者にやさしい まちづくり松阪実行 委員会事務局)

253-4099

FAX 26-4035

高齢者にやさしいまちづくり





松阪公民館 文化グループ作品展示会

උප්	①「前期」10月11日(金)~14日(月・祝) ②「後期」10月18日(金)~21日(月) いずれも午前9時~午後4時	
ところ	松阪公民館(船江町)	
入場料	無料	
出展作品	書道・絵画(油絵・日本画・水彩画・墨絵等)・ 絵手紙・俳句・川柳・木彫・写真・伊勢型紙・陶芸・ その他	



【問・申】 松阪公民館 ☎20-9091 FAX 20-9093

観覧自由! 嬉野一志町薬師寺 木造薬師如来立像 御開帳のご案内

松阪市嬉野一志町の薬師寺 にある木造薬師如来立像(国 指定重要文化財)は12年に一 度の辰年に御開帳されます。

※駐車場はありませんのでご 注意ください。



とき 10月27日(日)午前10時~午後3時<小雨決行> ところ 薬師寺 収蔵庫(嬉野一志町)

●主催/薬師寺·一志自治会

【問】 文化課 ☎53-4393 🐼 22-0003

入場無料! **青少年育成のつどい** 講演会を開催します

●講師/志村 浩二さん

浜松学院大学短期大学部教授

幼児教育科長(兼)子どもの未来創造センター長

●演題/今どきの若者文化からみた不登校 ~社会と接点を続けるために必要なこと~

とき	10月24日(木) 午後7時~8時半
ところ	農業屋コミュニティ文化センター(川井町)

【問】 生涯学習課 ☎53-4401 🐼 26-8816

三井家発祥地(本町)の 市主催特定公開

~松阪市は三井グループの祖、三井高利の生誕地~

三井家のご厚意により松阪市主催の特定公開を実施し ます。見学は予約不要ですが、案内解説は予約制です。 希望者はNPO法人松阪歴史文化舎(旧長谷川治郎兵衛 家内)☎21-8600(水曜休み)へ。

11·12 月の毎週日曜日、祝日の 午前10時~午後4時	
ところ 三井家発祥地(本町)	



- ※工事の都合により、公開開始日が変更になることがあ ります。
- ※発祥地内は警備員が常駐しています。 内部撮影禁止など禁止事項があります。

【問】 文化課 ☎53-4393 🖾 22-0003

第41回市民菊花展

උප	11月6日(水)〜12日(火) 午前9時〜午後4時(最終日は午後3時まで)
ところ 豪商ポケットパーク(本町)	
入場料	無料



【問】 松阪公民館 ☎20-9091 🐼 20-9093

国宝! 船形埴輪満喫ツア-

宝塚古墳や埴輪のことを知ろう!

とき	①11月9日(土) ②10日(日) ※両日午前10時半~午後2時 昼食休憩有·雨天決行
ところ	文化財センター(外五曲町)、宝塚古墳公園(宝塚町) 集合:はにわ館 解散:文化財センターロビー
内容	●文化財センターはにわ館の見学 ●鈴の音バスに乗って、宝塚古墳の現地見学 ※どちらも担当学芸員が案内します。
定員	各日 先着10人
参加費	一般(入館料200円、バス往復400円) 希望者には、昼食(特製弁当)を用意します。 ※料金別途 1,700円
持ち物	飲み物、敷物(必要な方)
申込開始 10月13日(日) 午前9時~ 各日定員に達し次第締め切ります。	
申込方法	電話で文化財センターへ



参加記念品の プレゼントがあります。

【問・申】 文化財センター ☎26-7330 🐼 26-7374

障がい者の雇用・就労促進 フォーラム

とき	10月25日(金) 午後1時半~3時半(開場:午後1時~) 華王殿(高町)				
ところ					
内容	●松阪市障がい者雇用優良事業所等表彰式 ●講演:中小企業の障害者雇用の進め方 〜組織に貢献する障害者雇用の 計画と実践方法〜 講師:松井 優子さん 「障害者雇用コンサルタント、 東京情報大学非常勤講師」				
入場料	無料(事前予約不要) ※手話通訳・要約筆記あり				

商工政策課 ☎53-4338 🕰 22-0003 【問】 障がい福祉課 ☎53-4059 🕰 26-9113

広告



人形劇団『どむならん』がやってくる

●演目/長ぐつをはいたネコ(上演時間:約45分)

とき	11月10日(日) 午後1時半(受付:午後1時~)
ところ	松阪公民館(船江町)
対象	市内在住、在勤の未就学児とその保護者
定員	先着50組
参加費	無料
申込期間	10月8日(火)から
下記①②のいずれかの方法 ①平日の午前9時〜午後5時に来館、 または電話で松阪公民館へ ②申込みフォーム	

【問·申】 松阪公民館

☎20-9091 **★X** 20-9093



◆申込フォームは こちら

第2回 まつさか香肌峡 トレイルラン大会開催決定

- ●とき/令和7年2月23日(日)
- ●ところ/宮前小学校、飯高中学校

	ロングコース	ショートコース	キッズコース
対象	23km 高校生以上の 健康な方	14km 中学生以上の 健康な方	1.3km 小学生の 健康な方
定員	175人	175人	50人
参加費	8,000円	6,000円	2,000円
コース	珍布峠ウォーキ 局ヶ岳	宮前小学校 飯高中学校周辺	

●申込方法/RUNNETで10月15日(火)から申込開始

【問】 まつさか香肌峡トレイルラン

実行委員会事務局(飯高地域振興局内)

☎46-7111 **■** 46-1092





川と海のクリーン大作戦

みんなで「海岸」をキレイにしよう!

とき	10月19日(土) 午前9時(受付)~11時(予定)
ところ	松名瀬海岸(松名瀬町)、高須海岸(高須町)

【問】 建設総務課 ☎53-4141 **AX** 26-8184 三重県松阪建設事務所 管理課

二里宗仏似建設事務所 官理部 ☎ 50-0586 **EX** 50-0624

国土交通省三重河川国道事務所 櫛田川出張所

☎28-2265 **★X** 28-6798

もっともっと歩こう! いきいき健康ウオーキング

飯南「粥見井尻遺跡」と茶畑コース

- ●約3.5km ●初級者向け
- ●所要時間:約1時間半

さわやかな秋を感じながら、日本 最古級の土偶や竪穴住居がある 遺跡を巡りませんか?



とき	11月12日(火) 午前9時半~11時半(受付:午前9時~) エバーグレイズ香肌峡 芝生広場(飯南町粥見)				
ところ					
対象	市内在住の方				
定員	先着40人 参加費 無料				
持ち物	飲み物、帽子、タオル、動きやすい服装、 履きなれた運動靴				
申込期間	10月8日(火)~11月5日(火)				
申込方法	申込フォーム、または電話で 健康づくり課(健康センターはるる内)へ				

※雨天中止

判断が難しい場合は当日午前8時~ 飯南地域振興局地域住民課 (☎32-8020)へお問い合わせ ください



申込フォームはこちら

松阪市総合運動公園遊歩道コース

- ●約4.0km ●初級者向け
- ●所要時間:約1時間45分

自然豊かな公園内でウオーキングを楽しみながら、展望台からの眺望もご覧いただけます。



The state of the s					
とき	11月28日(木) 午前9時半~11時半(受付:午前9時~)				
ところ	松阪市総合運動公園 管理事務所前(山下町)				
対象	市内在住の方				
定員	先着80人 参加費 無料				
持ち物	飲み物、帽子、タオル、動きやすい服装、 履きなれた運動靴				
申込期間	10月8日(火)~11月22日(金)				
申込方法	申込フォーム、または電話で 健康づくり課(健康センターはるる内)へ				

※雨天中止

判断が難しい場合は当日午前8時~健康づくり課(健康センターはるる内)へお問い合わせください



▲ 申込フォームは こちら

【問・申】 健康づくり課(健康センターはるる内) ☎31-1212 【AX 26-0201

高齢者インフルエンザ/高齢者新型コロナ

予防接種の補助を実施します!

^{令和7年} **2月28日 金**

過去の接種歴や感染歴にかかわらず接種できますが、補助を受けられるのは実施期間のうち各1回のみです。

対象者 接種時点において、市内に住民登録がある方で

①満65歳以上の方

②満60歳以上65歳未満の方であって、心臓・じん臓または呼吸器の機能に 自己の身辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいを有する方、 およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど 不可能な程度の障がいを有する方(かかりつけ医にご相談ください。)

接種回数 実施期間中各1回

接種費用 インフルエンザワクチン:2,000円 新型コロナワクチン:3,000円 ※生活保護受給者は無料。

接種方法 接種を希望される方は予防接種実施医療機関へ 電話等で予約を入れ、当日は本人確認書類(マイナンバーカード等)を 持参してください。予診票は医療機関に設置してあります。

【問】 健康づくり課(健康センターはるる内) ☎31-1212 FAX 26-0201

●松阪市 (市外局番: 0598)

●松阪市(市外局番: 0598)					
医療機関名	所在地	TEL	インフル	コロナ	
青木医院	飯南町横野	32-2002	0	0	
あらおと整形クリニック	久保田町	25-5000	0	0	
いおうじ応急クリニック	立野町	31-3480	0	0	
いかみクリニック	鎌田町	53-3983	0	0	
井口小児科	嬉野町	42-2900	0	0	
石田クリニック	大口町	53-1177	0	0	
宇野胃腸内科·脳神経内科	市場庄町	56-6001	0	0	
嬉野医院	嬉野町	42-2258	0	0	
うれしの太田クリニック	嬉野算所町	42-8088	0	0	
大井循環器科内科	湊町	25-1300	0	0	
おおたクリニック	下村町	29-1213	0	0	
大谷医院	川井町	22-1110	0	0	
大西内科	駅部田町	23-4060	0	0	
おかの医院	嬉野中川新町	42-7211	0	0	
おひさま在宅クリニック	川井町	20-8320	0		
カイバナ眼科クリニック	垣鼻町	21-5222	0		
かいばな内科クリニック	垣鼻町	25-1024	0	0	
河合産婦人科	船江町	26-8585	0		
串整形外科	殿町	26-5252	0		
くしもと整形外科	嬉野中川町	48-2222	0		
倉田耳鼻咽喉科	川井町	23-0055	0	0	
小坂クリニック	嬉野中川新町	48-0777	0	0	
こにし内科	伊勢寺町	58-0866	0	0	
小西皮ふ科	南町	26-0600	0	0	
小林医院**1	丹生寺町	58-1296	0	0	
小林内科クリニック	飯南町粥見	32-2258	0		
こむら胃腸内科	船江町	26-3846	0	0	
近藤クリニック	船江町	21-1022	0	0	
済生会松阪総合病院*2	朝日町一区	51-2626	0	0	
桜木記念病院	南町	21-5522	0	0	
さくらクリニック松阪※1	立田町	61-0600	0	0	
在宅医療クリニック ゆめ	田村町	25-1130	0	0	
清水医院	小黒田町	21-2806	0		
隅本整形外科	駅部田町	23-1030	0	0	
多田クリニック	嬉野中川町	42-2381	0	0	
垂見内科クリニック	小津町	56-5501	0	0	
とみやま外科内科医院	中万町	60-0700	0	0	
中川医院*3	豊原町	61-2080	0	0	
中川駅前クリニック※1	嬉野中川町	48-0448	0		
中島医院	猟師町	51-9200	0	0	
中田整形外科	小黒田町	23-8008	0	0	
中村クリニック	大黒田町	23-8800	0	0	
なかむら内科クリニック	鎌田町	50-2888	0		
中村内科·循環器科	射和町	29-7272	0	0	
南勢病院	山室町	29-1721	0		
ment Ment II - I	-t-m-		_	_	

高町

曽原町

上川町

52-2410

56-2250

60-2024

 \bigcirc

 \bigcirc

0

 \bigcirc

0

0

新型コロナワクチンは令和6年度から高齢者インフルエンザと同じ 定期接種(B類)となり、昨年度までとは接種の方法が変更となりました。

	Q	А
対象	象者はなぜ65歳以上なのですか	定期接種(B類)は個人の重症化予防を 目的としているためです。
必す	「接種しなくてはいけませんか	接種を受ける努力義務はありません。
	重期間が限定されているのは ぎですか	感染症の状況やワクチンの有効性に 関するデータを踏まえ、毎年秋冬に 1回行うこととされています。
接和	≣券が送られてきますか	接種券や郵送による案内通知などは ありません。予診票は実施医療機関に 設置しています。
集団	団接種はありますか	集団接種はありません。実施医療機関 での個別接種となります。
	・フルエンザワクチンと 寺に接種できますか	新型コロナワクチンと他の ワクチンは医師が特に必要と認めた 場合に同時接種が可能です。
	月接種の対象者ではない者が 重を受けることができますか	任意接種として、公費負担の無い 全額自己負担で受けることができます。

	医療機関名	所在地	TEL	インフル	コロナ
にじがおか	整形外科クリニック*4	上川町	60-2600	0	
耳鼻咽喉科	∤ ののやまクリニック	下村町	60-2233	0	
野々山耳鼻	咽喉科	大黒田町	23-8801	0	
野呂医院		小片野町	34-0054	0	0
花の丘病院		山室町	29-8700	0	0
浜田内科胃	腸科	久保町	22-0007	0	0
林内科		春日町	21-4005	0	0
東山内科		五月町	26-7711	0	0
平岡内科循	環器科	南町	21-3514	0	0
藤井整形外	科胃腸科	大河内町	36-0346	0	0
ふなだ外科	内科クリニック	上川町	28-6600	0	0
堀江クリニ	ック	鎌田町	51-5311	0	0
まえのへた	脳神経クリニック	駅部田町	25-1080	0	0
まとかた大	西クリニック	東黒部町	59-0311	0	0
増山医院		魚町	23-5941	0	
まつおか内	科循環器内科※8	川井町	25-1810	0	0
松阪厚生病	院	久保町	29-1311	0	0
松阪市民病	院※5	殿町	23-1515	0	0
松阪中央総	合病院∗6	川井町	21-5252	0	0
松阪にしむ	ら整形外科	船江町	23-3866	0	0
松本クリニ	ック	駅部田町	25-1240	0	0
松山神経内]科**7	川井町	25-6800	0	0
まんのう整	形外科	松崎浦町	51-1775	0	0
みやはら耳	鼻咽喉科	嬉野中川新町	42-8733	0	0
宮前診療所	f	飯高町宮前	46-0003	0	
宮村医院※	3	小阿坂町	58-2301	0	0
みやむらク	リニック	目田町	61-2220	0	0
むとうクリ.	ニック	嬉野小村町	42-2366	0	0
森診療所		飯高町森	45-0023	0	0
森本医院		飯高町富永	45-0016	0	0
薬王堂医院		嬉野薬王寺町	42-1515	0	0
安田小児科	内科	上川町	28-8828	0	0
矢津内科		大黒田町	26-1511	0	0
やました整	形外科	小黒田町	25-5123	0	
山中胃腸科	クリニック	田村町	30-6101	0	0
やまなか脳	神経クリニック	嬉野中川新町	20-8920	0	0
横山内科ク	リニック	西之庄町	22-0011	0	0
よしざわ内	科消化器科	井村町	26-7373	0	0
よしむら医	院	大黒田町	21-0005	0	0
鷲尾小児科		殿町	21-7137	0	

(五十音順·令和6年9月15日時点)

必ずお電話などで各医療機関へ予約を入れてください。

多気郡3町の実施医療機関はこちら▶▶▶

- ※1通院中の患者のみ ※2かかりつけ患者で主治医の許可書がある方のみ
- ※3受診したことのある方のみ ※4実施期間11/1~12月末頃まで
- ※5内科にて治療中の患者のみ ※6かかりつけ患者のみ ※7かかりつけ患者とその家族のみ ※8定期通院の患者のみ



西井一浩クリニック

虹が丘クリニック

西井医院

交通安全教育指導員



詳しくは こちら!



人と触れ合うことが大好きな方、自分の町から交通事故を無くしたい方 ぜひ応募ください。お待ちしております。一緒に地域の安全を守りましょう!













🁛 募集要項

募集人数

4人程度 (選考のうえ決定)

活動場所

主に松阪市・多気町・明和町の教育施設、集会所など

報 酬

活動内容・回数に応じ、規定による報酬額を支給 ※活動1回につき3,000円~5,000円(所得税・通勤費を含む)

応募資格

普通自動車運転免許及び自家用自動車をお持ちの方、高等学校卒業以上の方など ※詳細については松阪市ホームページからご確認ください。

応募方法

書類による応募、または申込フォームで応募いただいた内容を確認後、面接となります。

募集期間

令和6年11月29日(金)まで

幼児、児童、生徒、高齢者等への交通安全教育指導・各種交通安全イベント等での啓発活動を行っています!

【問·申】 松阪多気地区交通安全対策会議事務局 〒515-8515 松阪市殿町1340番地1 地域安全対策課 ☎53-4061 🔤 22-1057

 24.10
 広報 まつさか
 25



災害から命を守る 「備え」と「行動」

大規模な地震災害やこれまで経験のない風水 害など、近年頻繁に発生する自然災害は、今や「忘 れた頃にやってくる」ものではなく、私たちの命を守 る「常日頃の備え」がとても重要となっています。

そのような中、8月8日には、国(気象庁)から南 海トラフ地震臨時情報「巨大地震注意」が発表さ れました。三重県を含む広い範囲で地震発生の可 能性が高くなり、食料など備蓄品の再確認やいつ でも避難や行動ができるよう、私たちが準備をする ための発表でした。

8月29日から9月2日には、台風10号の影響で 松阪市は災害対策本部を設置し、該当地域に避難 情報を発令しました。高齢者など避難に時間を要



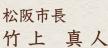
冊子掲載サイト

防災啓発冊子「災害にそなえる」

する方の「高齢者等避難」、災害の恐れが高く危 険な場所から全員避難する「避難指示」、災害発 生など命の危険から直ちに安全を確保する「緊 急安全確保」など、危険の程度により発令します。 増水した河川など危険な場所には決して近寄ら ず、何よりも身の安全を第一に行動していただき たいと思います。

災害の危険がある時、関係機関からは皆さんの 命を守るための「情報」が発表されますが、「日頃 の備え」と合わせ、いざという時、命を守る「行動」 ができるのは皆さん自身です。

松阪市では、毎年10月の第4日曜日(今年は 27日)を「松阪防災の日」、第4週を「松阪防災週 間」とし、今月26日には総合防災訓練を実施しま す。皆さんのご家庭でも、防災啓発冊子「災害にそ なえる」などを参考に、災害から命を守る「備え」と 「行動」について、ぜひ再確認する機会にしていた だきますようお願いいたします。





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 【危ない】

右手の5指を 折り曲げて、 指先でトントンと 胸をたたく。



手話動画

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 **EXX** 26-9113

高齢者の暮らしを考える 😥



認知症キッズサポーター養成講座

松阪市では、子どもたちにも高齢者や認知症の方やその家族を温かく見守る応援者になってもらおうと「認知症キッズサポーター養成講座」を小中学校等で開催しています。

今回は幸小学校の5年生が受講した講座で、松阪市第一地域包括支援センターさん、 民生委員・児童委員さん、主任児童委員さんにお話を伺いました。





認知症キッズサポーター養成講座の内容は?

子どもたちに正しく認知症を理解してもらうために、絵本の読み聞かせや寸劇を交えたクイズを取り入れています。 おじいちゃんおばあちゃんが身近にいないご家庭もあると 思うので、講座をきっかけに認知症について知ってもらい、 近所の高齢者との関わり方につながればうれしいです。

小学生に認知症を学んでもらう大切さは?

地域で認知症の方を見守るためには、多くの方に認知 症について知ってもらい支え合うことが必要です。子どもた ちを通じて親世代の方にも認知症を知っていただく大事な きっかけになっています。

幸小学校では地域の方の協力で今年で13年目となりま

した。いつか地域全体が認知症サポーターでいっぱいになるよう、これからも取り組んでいきたいと思います。

子どもたちの感想より

- ●自分が認知症になった時、みんなが親切だとすごく嬉しいからみんなが助けあった方がいいと思いました。
- 分からないことや忘れてしまったことをイライラせずに教 えてあげて心の支えになりたいです。
- ■認知症の人は怒っても嫌な気持ちにならないと思っていたけど、心が悲しくなってしまうことが分かった。
- 認知症の人だけでなく、どんな人に 対しても困っていたら 助けたいと思いました。



認知症サポーターの証『オレンジリング』

松阪図書館

☎21-3190 FAX21-6529

●休館日/10月7日(月)、15日(火)、21日(月)、 25日(金)、28日(月)

★絵本作家 二見さんとカルタを作ろう!

- ●講師/二見 正直さん
- ●とき/11月4日(月・振替休日) 午後1時半
- ●ところ/2階 講座室
- ●定員/小学生 10人



★土曜お話キャラバン

- ●とき/10月5日・12日・19日・26日(土)午後3時~3時半
- ●ところ/1階 読み聞かせ室

★乳幼児向け お話キャラバン

- ●とき/10月23日(水) 午前11時~11時半
- ●ところ/1階 読み聞かせ室

★スタッフによる「青空おはなし会」

- ●とき/10月20日(日) 午前11時~11時半
- ●ところ/鈴の森公園(雨天時: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 FAX 48-1231

●休館日/10月3日(木)、10日(木)、17日(木)、 24日(木)、25日(金)、31日(木)

<開館25周年イベント第6弾>

★ハロウィーンぬいぐるみおとまり会

- ●とき/10月20日(日) 午後3時~3時半(予定)
- ●ところ/嬉野図書館 児童おはなしコーナ·
- ●定員/親子10組

(事前申込制・カウンター にて受付)



★「ひまわり」おはなし会

- ●とき/10月12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/10月9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。



★ビブリオバトル 第10回 まつさか大会(一般の部)

- ●とき/10月26日(土)午後1時半~3時半
- ●ところ/松阪図書館 2階 講座室

- ●出場者対象/市内在住・在勤の18歳以上(高校生を除く)
- ●申込締切/10月20日(日)※観覧は事前申込み不要です。

※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。

10月の天文教室 星空に親しもう!









- ※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)

【問】 天文教室開催中は天文台

226-2132

開催の有無は三十三銀行アリーナ

☎·26-7155



アンドロメダ銀河

月日	月齢	観 望 対 象				
10月5日(土)	2.7	秋の星雲星団 土星、海王星				
10月12日(土)	9.7	秋の星雲星団 月、土星、海王星				
10月19日(土)	16.7	秋の星雲星団 月、木星、土星、海王星				
10月26日(土) こどもクラブ	23.7	秋の星雲星団 土星、天王星、海王星				
備考	ある遠え)月の空には、アンドロメダ星雲などの銀河系の外側に る遠方の星々がよく見えます。また、東の空に土星が昇 てきます。				



松阪競輪場 発売日程

松阪FIIナイター

協賛競輪

名古屋FI

防府記念

広島FIin玉野

弥彦FI

武雄FI

熊本FI

工器LI

大宮FI

, 別府FI

玉野FI

大垣FI 高知FI 大垣記念

佐世保FI 平塚FI

四日市記念

いわき平FI

岐阜FI 競輪祭GI小倉

和歌IIIFI

※タイトル未定 松阪GⅢ施設整備等

The Leonids Cup

本場 開催日

11/4(月)~11/6(水)

11/14(木)~11/17(日)

11/1(金)~11/3(日)

11/1(金)~11/4(月)

11/5(火)~11/7(木)

11/5(火)~11/7(木)

11/8(金)~11/10(白)

11/8(金)~11/10(日) 11/8(金)~11/11(月)

11/11(月)~11/13(水)

11/19(火)~11/21(木)

11/19(火)~11/21(木)

11/22(金)~11/24(日)

11/22(金)~11/24(日)

11/25(月)~11/27(水) 11/26(火)~11/28(木) 11/30(土)~12/3(火)

11/2(土)~11/3(日) 11/4(月)~11/6(水)

11/7(木)~11/10(白)

11/11(月)~11/13(水) 11/19(火)~11/24(日)

11/30(土)~12/2(月)

※川越場外の発売日程とは異なります。

☎23-6111 EXX 26-1862

28 広報 まつさか 24.10

≫Bell Farm

松阪農業公園ベルファーム便り



■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
10月8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
10月21日(月)	午後1時半~	★草木染め 「ナンキンハゼ」 (黄・オレンジ系)	1,430円~	1,230円~	なし
11月11日(月)	午後1時半~	★草木染め「サンゴジュ」 (ピンク系)	1,430円~	1,230円~	なし
11月12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。

木工品、布製品、アクセサリー、おもちゃ、 楽器など様々な手づくり雑貨が約50店舗 出店されます。

- ●とき/10月12日(土)、13日(日) 午前10時~午後4時 ※小雨決行·雨天中止
- ●主催/手づくり市事務局(じゅん太郎工房) 【問】じゅん太郎工房 ☎090-3445-5447

67回三重のカレーマルシェ

●とき/10月13日(日) 午前10時~なくなり次第終了 ※小雨決行・荒天中止

第10回三重のパンマルシェ ●とき/10月20日(日)

10時~なくなり次第終了 ※小雨決行·荒天中止

ドルファーム味噌作り教室開催のお知らせ

10月25日より園内掲示、ホームページで 日程を確認してください。 広報まつさかは11月号で掲載します。

●申込開始日/11月15日から

第14回 くるくる環境フェスタIN ベルファーム

身近なことから環境について考えてみませんか?の呼びかけで始まったイベントです。

- ●とき/10月26日(土)、27日(日) 午前10時~午後3時 ※小雨決行・荒天中止
- ●参加費/ブースにより異なる
- ●内容/第16回松阪環境フェア(27日のみ)・体験コーナー、各種工作・飲食ブースなど。

《同時開催/クラフト&雑貨マルシェinベルファーム》

- ●とき/10月26日(土)、27日(日) 午前10時~午後4時 ※小雨決行・荒天中止
- ●ところ/芝生広場

【問】 クラフト&雑貨マルシェ実行委員会・事務局 やまちゃんずはうす ☎21-8469

きわみんフェスタ/HANAマルシェ

松阪ブランド ベルファームのきわみいもきわみんを味わう2日間!

●とき/11月9日(土)、10日(日) 午前10時~午後3時 ※小雨決行・荒天中止

《同時開催/Firstマルシェ》

- ●とき/11月9日(土)、10日(日) 午前10時~午後4時 ※雨天中止

【問】 クラフト&雑貨マルシェ実行委員会・事務局 やまちゃんずはうす ☎21-8469

各イベント詳細はホームページでご確認ください。10月の休園日 毎週水曜日 松阪農業公園ベルファーム ☎63-0050 FAX 58-3712

文化財センター催し物案内

- ▼第65回松阪市美術展覧会第1部 絵画/彫刻·工芸
- ●とき/9月29日(日)~10月6日(日) 午前9時~午後5時 ※最終日は午後3時まで
- ▼第65回松阪市美術展覧会第2部 写真/書道
- ▶とき/10月20日(日)~27日(日) 午前9時~午後5時 ※最終日は午後3時まで
- ▼第12回キャノンフォトクラブ写真展
- ●とき/11月2日(土)~4日(月) 午前9時~午後5時 ※初日は午後1時から、最終日は午後4時まで
- ▼花岡公民館伊勢型紙
- ●とき/11月2日(土)~4日(月) 午前9時~午後5時 ※初日は午後1時から、最終日は午後4時まで

■はにわ館(午前9時~午後5時

- ※入館は午後4時半まで)
- ▼常設展「宝塚古墳の謎」【第1展示室】
- ▼令和6年度 はにわ館特別展
- 「王権と首長墓の埴輪」【第2展示室】 ●とき/10月26日(土)~12月8日(日)
- ▼ミュージアムトーク 【第2展示室】
- ●とき/10月26日(土) 午後1時半~午後2時半
- ▼ワークショップ(要予約)
- ●とき/11月2日(土)
 - ①午前9時半~11時半 ②午後1時半~3時半
- ●内容/①「ミニ円筒埴輪を作ろう」 ②「ミニ柵形埴輪を作ろう」



休館日/10月7日(月)、15日(火)、28日(月) 文化財センター ☎26-7330 FAX 26-7374 (問)

29



動画で松阪市の情報を発信

松阪市行政チャンネル 更新日: 每週火曜·金曜 検索 📗



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

上記サイトで動画配信しています。是非ご覧ください。

8.21

法政大学から松阪市へ提案!! 「ペレットストーブ」 導入提案



法政大学キャリアデザイン学部の学生4人と株式会社ミ ツイバウ・マテリアル代表取締役社長の三井 陽介さんが、 地域の脱炭素実現に向けた製品の提案と、竹上市長にイン タビューをするため、8月21日、松阪市役所を訪問しました。

法政大学では、企業と協力して、社会における課題や企業 の発展に寄与する「キャリア体験学習プログラム」が実施さ れています。

学生からは、地域脱炭素を実現するため、株式会社ミツイ バウ・マテリアルが取り扱う「ペレットストーブ」を利用する 提案とメリットについて説明がありました。

ペレットとは、木を細かく砕いて圧縮した小粒の固形燃料 のこと。この木質ペレットを燃料に使うペレットストーブは、 ヨーロッパを中心に普及している暖房器具です。

竹上市長へのインタビューでは、「小学校などの公共施設 にペレットストーブを設置することは可能なのか」などの質問 に対して、竹上市長はT寧に回答しました。





竹上市長と一見知事が地域の課題について話し合う、知事 と市町長の円卓対話が、8月25日、松阪市産業振興センター で行われました。知事と市町長の円卓対話は、知事が地域に 出向き、直接市町長から地域の課題について対話すること で、共通認識を高めることを目的に開催されました。

この日、竹上市長と一見知事の円卓対話では、「小児一次二 次医療体制と小児の健診業務等小児科医不足にかかる三重 県のイニシアティブについて」など、松阪市の課題4項目につ いて話し合いました。



握手を交わす一見知事(左)と竹上市長(右)

羽ばたけ子どもたち! チャレンジ応援事業



子どもたちの将来の夢の実現につながる活動に応援金を交 付する 「羽ばたけ子どもたち!チャレンジ応援事業」に選定され た個人と団体の表彰式が行われました。本事業は、市内在住の 小学校4年生から中学校3年生を対象に、将来の夢の実現につ ながるよう、子どもたちのチャレンジに対して、応援金を交付し て支援する事業です。

今年は36件の応募があり、審査の結果、個人7人と2団体の 取り組みが選出されました。選出された9つのチャレンジの活 動は、来年3月頃に成果報告会で発表される予定です。



9.2

くるみん認定を取得 〜株式会社 松阪電子計算センター〜

9月2日、「くるみん」の認定を取得した株式会社松阪電子計算センターの代表者らが松阪市役所を訪れました。株式会社松阪電子計算センターは、地方自治体や県内主要企業の情報処理業務をサポートするネットワークサービスやソフトウェア開発などを行う企業です。

くるみん認定は、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、厚生労働大臣が認定する制度で、松阪市では、 仕事と子育ての両立支援に取り組む事業者を応援しようと、令和5年度から、くるみん認定を取得した事業者に、奨励金30万円を交付する事業を実施しています。

松阪市でくるみん認定を取得した企業は、2社目になります。



竹上市長(左)と せの よしひさ 株式会社松阪電子計算センター 瀬野 喜久 代表取締役社長(右)

9.3

市議会9月議会が 開会



9月3日、令和6年9月第4回松阪市議会定例会が開会し、 令和5年度決算の審議が始まりました。定例会には、令和5 年度一般会計、特別会計、事業会計の決算認定議案のほか、令和6年度一般会計補正予算などが上程されました。

最初に、令和5年度について振り返り、妊娠期から出産子育での悩みに寄り添う伴走型相談支援を拡充したこと、放課後児童クラブで夏休みなどの長期休業中に児童の居場所づくりを山室山小学校で実施したことなどを報告しました。また、松阪市への観光客誘致のため、関西に特化した発地型キャンペーン事業や、市制20周年記念に関する事業費などが令和6年度の一般会計補正予算として上程されました。定例会の会期は、10月3日までの31日間で、令和5年度の決算認定は、決算調査特別委員会と4つの分科会で審議されます。



第4回9月松阪市議会定例会の様子

9.7

クラギ株式会社主催! 稲刈り体験の開催

農業屋を運営するクラギ株式会社は、9月7日嬉野黒野町で稲刈り体験を開催しました。

この日は、5月5日に田植え体験をした市内小学生が招待され、約50名が参加しました。

本イベントは、こどもたちに農業や食べること、自然環境についてなど様々なことを肌で感じてほしいという想いから開催され、今年で17回目となります。

こどもたちは、稲の生育について学んだあと、実際に稲刈り体験をしました。鎌を使っての収穫だったため、鎌の扱いに苦戦していましたが、スパッと切れると「やったー!」と喜び、目一杯の笑顔で収穫を楽しんでいました。





24.10 広報 まつさか 31

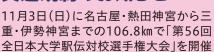
MA-TSU-SA-MA

掲載については QRコードから



全日本大学駅伝開催に伴う

交通規制のお知らせ





します。当日は国道23号線などで交通規制を実施します。 詳しくは、大会ホームページをご覧ください。ご迷惑をお かけしますがご理解とご協力をお願いします。

【問】 全日本大学駅伝大会事務局 ☎052-222-5926

HP https://daigaku-ekiden.com/

労働·年金市民相談会

無料

- ●とき/10月17日(木)午後1時半~4時半
- ●ところ/市役所(殿町)
- ●内容/労働相談、年金相談、健康・雇用・労災保険の 相談等

【問】 三重県社労士会南勢支部 ☎090-8863-1606

令和6年 松阪山岳会体験登山



- ●行先/大杉峡谷「大杉谷登山口~シシ渕を往復」(大台町)
- ●とき/11月17日(日)(雨天中止)
- ●集合/道の駅奥伊勢おおだい(大台町) 午前7時
- ●対象/中学生~65歳の登山経験のある健康な方
- ●定員/15人程度(抽選)
- ●参加費/4,000円/1人(貸切バス・傷害保険・資料代等)
- ●申込/10月31日(木)までにメールで山岳会へ

(参加希望者全員の住所・名前・年齢・電話番号を記入)

【問・申】 松阪山岳会 村林 ☎090-8954-0985

choco3372@icloud.com

県営住宅10月定期募集

県営住宅は、4月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。



▲ホームページは こちら

●申込期間/10月1日(火)~31日(木)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

旧家で聴こう秋の朗読

- ●朗読/松阪お話キャラバン
- ●とき/10月27日(日)
- 開場:午後1時 開演:午後1時半
- ●ところ/旧長谷川治郎兵衛家 (魚町)
- ●定員/40人(先着順)
- ●参加費/無料(入館料のみ必要)
- ●申込/電話・窓口

【問·申】 NPO法人松阪歴史文化舎

(魚町 旧長谷川治郎兵衛家内)

· 高

221-8600

会員募集 松阪市シルバー人材センター

入会説明会〉

- ●とき/10月10日(木)・11月14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人 【問・申】 公益社団法人 松阪市シルバー人材センター ☎26-0523

三重中央看護学校 令和7年度 一般入学生募集

	出願期間	試験日
A日程	11月5日(火)~26日(火) 午後5時必着	12月5日(木)
B日程	^{令和7年} 12月23日(月)~1月14日(火) 午後5時必着	^{令和7年} 1月23日(木)

●申込/募集要項と願書の請求は電話、FAXまたは メールで「募集要項請求」と明示の上、住所、 名前、電話番号を記入しお申し込みください。

≥ 317-school@mail.hosp.go.jp

10月は「臓器移植普及推進月間」です。

臓器移植は、広く社会に理解と支援があって成り立つ医療です。わたしたち一人ひとりが、臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示をしておくことが大切です。運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードの意思表示欄で意思表示が可能です。ぜひご自分の意思を記入しておきましょう。

【問】 (公財)三重県角膜・腎臓バンク協会

☎059-224-2333(平日8:30~17:15)

FAX 059-224-2340

こころの健康相談 (無料)

要予約

- ●とき/10月28日(月)・11月15日(金) 午後1時半~3時半(1人30分程度)
- ●ところ/松阪保健所1階 (高町)
- ●対象者/本人・家族・関係機関の方(定期通院中の方は除く)
- ●相談者/精神科医師

【問·申】 松阪保健所 地域保健課 ☎50-0532

がん患者と家族の方の おしゃべりサロンin 松阪

無料

ひとりで悩んでいませんか? 同じ病気の人とお話ししたり、悩みを聞いてもらったりしましょう。 気軽にご参加ください。

- ●とき/11月15日(金)午後1時半~3時
- ●ところ/松阪庁舎(高町)
- ●対象/がん患者・家族など
- ●申込/電話で前日までに

【問・申】 三重県がん相談支援センター

☎059-223-1616 FAX 059-202-5911

11月11日~17日は「税を考える週間」 ~この機会に税について考えてみませんか!~

国税庁ホームページでは、国税局や税務署の仕事を動画で紹介するインターネット番組「Web-TAX-TV」や税の役割についてイラストやグラフで分かりやすく解説したスライドなどを掲載した特設ページを公開しています。

令和6年度「税金展」お知らせ

- ●とき/11月16日(土)・17日(日)
- ●ところ/アピタ松阪三雲店(市場庄町)
- ●内容/税に関する作品展示

(絵画・絵はがき・習字・作文・標語)

【問】 松阪税務連絡協議会事務局(松阪青色申告会) ☎50-2212

松阪こども食堂~子ども無料、大人100円~

●とき・ところ/

①10月19日(土)昼12時半~午後2時 福祉会館(殿町) 先着39食(予定)

②11月1日(金)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

「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。家庭で余っている食料品のご提供をお願いします。

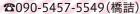
●とき・ところ/①10月19日(土) 午前8時半~11時 駅前通り商店街ベルタウン(日野町) ②10月27日(日) 午前10時~午後3時 ぎゅーとら下村店(下村町)

【問】 たべる・つなぐ会松阪 事務局 ☎ 080-5168-8330

おひさま食堂 (子ども無料) ~テイクアウトも出来ます~

- ●とき/10月12日(土) 正午~午後1時
- ●ところ/天理教松阪大教会(大黒田町)
- ●費用/100円(高校生以上)

【問】 おひさま食堂



0

OHISAMA1861

行政書士による市民無料相談会

- ●とき/11月7日(木)午後1時半~4時
- ●ところ/三雲地域振興局(曽原町)
- ●内容/相続、遺言、事業継承、成年後見制度、農地法関係などご相談ください。

【問·申】 三重県行政書士会 松阪支部

2 080-4845-0188

予約優先

いい遺言の日

~遺言・相続登記に関するイベントを開催します~

- ●とき/11月15日(金)午前10時~午後4時
- ●ところ/津地方法務局(津市)
- ●内容/①司法書士による講演会・遺言書作成体験会 (午前10時~11時45分)
 - ②司法書士による遺言・相続登記相談会 (午後1時半~4時)
 - ③法務局職員による相続登記手続合同案内会 (午後1時半~2時半)
- ●定員/①40人 ②20組(1組25分以内) ③20人
- ●申込/10月15日(火)から電話

【問·申】 津地方法務局供託課

☎059-228-4133(平日午前9時~午後5時)

第36回三重矯正展

受刑者が行っている作業の体験コーナー、刑務所作業製品 等の展示・販売及び各種アトラクションを予定しています。

- ●とき/11月2日(土)午前9時~午後3時
- ●ところ/三重刑務所(津市)
- ●入場·駐車場/無料

【問】 三重刑務所 企画部門

2059-226-9144 FAX 059-226-9171

チラ-1グランプリ結果発表会 [(オンライン)

無料

三重県内のNPOが自作したチラシの優秀作品を決定する「チラ1グランプリ」の結果発表をオンラインで開催します。

- ●とき/11月1日(金)午後6時~8時半
- ●会場/オンライン(Zoomを使用)
- ●参加費/無料
- ●申込/事前にお申込みください。 Zoomの参加用アドレスをお送りします。

【問・申】 市民活動センター ☎26-0108

≥ katsudou@ma.mctv.ne.jp

katsudou@ma.metv.ne.jp

第3回松尾みんなの食堂 開催

- ●とき/10月26日(土) 午前11時15分~午後2時
- ●ところ/いおうじ応急クリニック(立野町)
- ●費用/中学生以下無料(大人300円) ※アレルギー対応はしていません。ご自身で管理を お願いします。

【問】 松尾みんなの食堂 ☎080-4919-7043(南部)

親子向けの健康講座・相談 *申し込みは随時 ことも家庭センタ

★申し込みは随時、WEB(QRコードまたは こども家庭センターのHPから)か電話で会場







事業名	11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」		
パパママ教室 (生活体験編)★	16(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	ババ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)★	23(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		
並一一 推廣▲	11(月)	13:30~15:00	健康センターはるる	生後2~3か月の	子育てに役立つお話とふれあい遊びの紹介、		
新米ママ教室★	20(水)	(受付13:15~13:30)	嬉野保健センター	第1子と母親10組	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	回級級回	
離乳食教室ごっくんコース★	1(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★	15(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★	22(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 多胎児特有の悩みの共有、情報交換	1	
	19(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			
	26(火)	11:00~12:00	嬉野保健センター		 親子のふれあい遊び、子育てに役立つお話	/	
子育て教室	13(水)	10:00~11:00	ハートフルみくも保健福祉センター※	0歳・1歳の 乳幼児と保護者	持ち物:バスタオル(乳児のみ) ※子育て支援センター出張ひろば	/	
	19(火)	9:30~10:30	健康センターはるる	- 1歳の幼児と保護者] 「こんにちは赤ちゃん」も兼ねています。 		
	26(火)	9:30~10:30	嬉野保健センター	一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一			
	5(火)				自由遊び 11:00~嬉野図書館職員によるミニお話会		
	12(火)		嬉野保健センター	乳幼児	自由遊び	/	
プレイルーム開放	19(火)	8:30~17:00			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会		
	26(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	9(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 /	
1歳6か月児健康診査	14(木) 28(木)	平台 10:45 14:20	かたし、としてフ	1歳6か月~2歳の 誕生日の前日までの幼児	나수 보는 /따마/오선]/	
3歳6か月児健康診査	7(木) 21(木)	受付 12:45~14:30	健康センターはるる	おおむね3歳6か月~4歳の 誕生日の前日までの幼児	対象者に個別通知		
こども歯みがき相談★	11(月)	9:00~11:30	健康センターはるる		歯科衛生士によるブラッシング等の個別相談	EICAVE	
CCOMOPHI CHIER	13(水)	9.00 11.00	医療 ピンプーはつり		持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ 		
	13(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	*******	
こども栄養相談★	27(水)	2.55					
	1(金)	9:30~11:30	嬉野保健センター	_		※1 健康センターはるる・	
	13(水)	9:00~11:00	健康センターはるる※1	- 乳幼児と保護者		嬉野保健センター・	
	6(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	
乳幼児健康相談	27(水)	9:30~11:10	橋西市民センター★※2		 乳幼児の身体計測、健康相談	こども家庭センターへ ※3	
	1(金)	9:30~11:00	嬉野保健センター※1	_	れ、ルグラ ドロボ、 にはべ口の 持ち物、母子は原子帳、 バスタオル(乳児のみ)	予約は随時、電話で 飯南かんがる一へ	
	11(月)	9:30~11:10	ハートフルみくも保健福祉センター★			(2 32-8111) *4	
	26(火)	9:30~10:30	かんがるー(飯南ふれあいセンター内)※3			予約は随時、電話で やまなみ子ども園へ	
	12(火)	9:30~10:30	飯高やまっこ(やまなみこども園内)※4			(2 46-0056)	
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。		

成人向けの健康講座、健康相談、献血

事業名	11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	
はるる健康ウオーキング	19(火)	9:30~11:00	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オーキングサポーターとウオーキング 持ち物:飲み物、帽子 雨天時は室内ウオ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◎ 飯南振興局地域住民課 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 ◎印の会場は管理栄養士、保健師による相談 ※電話で各会場へ相談時間をご予約ください。	
献血	24(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・予約客□ ※=雪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	こども家庭センター(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)	飯南地域振興局地域住民課 (飯南町粥見)	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	_	1 48-3812	☎32-8020	☎ 46-7112
成人向けの健康講座、健康相談,献血	医、健康相談,献血 電話/FAX —		☎31-1212/ FAX 26-0201	FAX 42-4945	FAX 32-3771	FAX 46-1092

34 広報 **まつさか** 24.10

11月の各種市民相談







				<i>7),</i>	77.7.
相談項目	11月	時間	開催場所	担当所管	電話番号/FAX番号
法律相談	14(木)、28(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・初めての方優先)	福祉会館(殿町)	社会福祉協議会 地域生活支援課	☎30-5690 / EM 23-3359 ※FAX予約不可
MATE IN INC.	25(月)	19:30~21:00 〈前週金曜日の12:00までに予約必要〉 ※定員は5人(先着順)	第一隣保館(京町)	第一隣保館	☎21-2928/ ■XX 21-2965
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/ ☎30-5564
心能とと相談	5(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/ ★ 42-6481
	19(火)	9:00~12:00	市役所地下 第2会議室(殿町)	広報広聴課	☎53-4311/ ₩22-1119
行政相談	5(火)	13:00~15:00	三雲振興局(曽原町)	三雲振興局 地域振興課	☎56-7905 / FAX 56-5382
	27(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/ •XX 32-3771
弁護士人権相談	21(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/ 國 26-4035 ※電話·FAX予約不可
公認心理師による こころの相談	19(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/ ■ 26-4035
障がい者医療相談 ※整形外科医による 相談	20(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/ ™ 26-2806
弁護士 交通事故法律相談	13(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/ 國 22-1057 ※FAX予約不可
就職相談	8(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/FMX21-2965
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/ ■ 22-0003(商工政策課)
若者就労相談会 (39歳まで)	14(木)、28(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/ ■ 059-271-7833
就職氷河期世代 就労相談会 (40歳から49歳まで)	14(木)、28(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/ ■ 059-271-7833
子ども発達相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~17:00	7 124 75 14 60 0 14 15 1 1 1 6	子ども発達総合支援センター育ちサポート係	1 30-4410 / €2 30-4433
子どもの 療育手帳相談	6(水)、13(水)、 20(水)	9:30~16:30 〔予約必要〕	† 子ども発達総合支援センター (下村町)		
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水は、18:00まで ※第1±(9:00~17:00)、 第3±(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 / ■ 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/ ■X 26-1901
青少年の悩みの相談		0.00 47.00	青少年センター(川井町)	*******	201 7000 / 201
青少年の悩みX相談	土・日・祝を除く毎日	8:30~17:00	松阪市青少年の悩みX相談 (@0598_21_7830)	青少年センター	☎21-7830 / ☎ 26-1901
税務相談	12(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 / ■XX 50-2358
貿易相談	8(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/ ■ 059-228-3185
更生保護相談	相談 土·日·祝を除〈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/ •AX 30-5959
こころの健康相談	15(金)	13:30~15:30 〔予約必要〕	松阪保健所(高町)	松阪保健所	☎50-0532/ ₩ 50-0621
ひきこもり相談	ごもり相談 ±・日・祝を除く毎日 8:30~17:15		市役所1階 〔窓口⑥-2〕(殿町) ひきこもり地域支援センターそ・えーる	健康福祉総務課	☎ 31-1922/ ™ 26-9113

広報 まつさか 35 24.10





世谷 羽棚ちゃん 〈飯高町森〉 お姉ちゃんと 仲良く元気に 育ってね♡



5日 生まれ 木下 葵葉ちゃん 〈久保町〉 ふとした表情仕草が

大好き♡



5日 生まれ 松葉 紬ちゃん 〈西之庄町〉 いつもニコ つむちゃん 1才おめでとう!



6日 生まれ

18

生まれ

小橋川 心葵ちゃん 〈本町〉 愛嬌たっぷり♡ だいすきだよ っぷり♡

奥村 世彩ちゃん 〈嬉野中川町〉 ♡祝1歳♡



8日 生まれ

^{おざわ ふうた} 小澤 風詠ちゃん 〈下村町〉 1歳おめでとう! 大好きだよ!



10日 生まれ

伊藤 結月ちゃん 〈田原町〉 祝1歳♡ 生まれてきてくれて ありがとう♡





12日 生まれ

なかにし いと 中西 糸ちゃん 〈川井町〉 いっちゃんは みんなの宝物です。 大好きよ。



生まれ

横井 望ちゃん 〈久米町〉 私たちの所へ ありがとう♡



16日 生まれ

wstp 6h 一森 蘭5ゃん 〈嬉野見永町〉 食べ過ぎ注意△ 元気いっぱいでいてね!



長野 祐貴将ちゃん 〈飯高町下滝野〉



和田 鈴叶ちゃん 〈郷津町〉 たくさんの 笑顔と癒しを



19日 生まれ

森川 倖太朗ちゃん 〈嬉野野田町〉 祝1歳! 生まれてきてくれて

ありがとう♡



20日

森井 柚稀ちゃん 〈肥留町〉 1歳おめでとう! 楽しく元気に 過ごそうね!



23日 生まれ

杉岡 蒼涼ちゃん 〈肥留町〉 祝♡1歳 お姉ちゃんと



24日 生まれ

中井棚生ちゃん 〈郷津町〉 1歳おめでとう! いつも癒しを ありがとうね



西川 心彩ちゃん 〈嬉野中川町〉 1歳おめでとう♡ すくすく元気に 育ってね!



26日 生まれ

橋爪 心ちゃん 〈大黒田町〉 たくさん食べて 大きくなってね♡



1歳になったよ

生まれ

山本 楓真ちゃん 〈小舟江町〉 誕生日おめでとう!

検索。



12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 **2**53-4312

11月1日(金)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。



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

締切日

必善



葽

- 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I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

松阪市

24.10