

今月のトピックス

はあとふる喫茶開催のお知らせ



他にも「みくも」の情報満載！

発行・編集 / 三雲地域振興局 地域振興課
〒515-2112 松阪市曾原町 872 番地
電話：0598-56-7905
FAX：0598-56-5382



はあとふる喫茶

地域の方がどなたでも立ち寄れる場として『はあとふる喫茶』を開催します。コーヒーやお茶を飲みながら、ゆったりご自由にお過ごしいただけます。

また、10時から三重ヤクルト販売株式会社による『おなかの健康について』のお話があります。

【日時】11月11日(月) 9時30分～11時30分 【場所】ハートフルみくも保健福祉センター

【参加費】無料(飲み物付き)

【問合せ】三雲 福祉まるごと相談室 ☎ 56-7911

松阪市社会福祉協議会三雲支所 ☎ 56-7247



猫を飼っている方へ

・屋内で飼うようにしましょう

猫が近所の敷地に入り込み、糞尿をされたり花壇を荒らされたりして近隣住民の方がお困りのケースがあります。ご近所に迷惑をかけないように、屋内で飼いましょう。

・去勢避妊手術をしましょう

猫は1年に複数回出産することがあります。たくさん子猫が生まれて飼育できなくなってしまうよう、去勢避妊手術をしましょう。手術については獣医師さんと相談してください。

松阪市では、犬猫去勢避妊手術費用の一部を補助しています。

詳しくは松阪市 HP をご覧ください。

【問合せ】三雲地域振興局 地域住民課 ☎ 56-7909

【詳細はこちら】



相続・遺言および成年後見無料相談会を開催します

三重県行政書士会松阪支部による無料相談会を開催します。相談をご希望される方は、下記までご予約下さい。

【日時】11月7日(木) 13時30分～16時30分

【場所】三雲・天白公民館

【相談内容】相続・遺言について、成年後見について、その他許認可手続きについて

【申込・問合せ】三重県行政書士会松阪支部 ☎ 090-4845-0188



子育て世代包括支援センターからのご案内

●子育て教室

<ウレッピーキッズ>

【日時】10月22日(火) 9時30分～10時30分

【場所】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(メディアとの付き合い方)

<ウレッピーベビー>

【日時】10月22日(火) 11時～12時

【場所】嬉野保健センター 【対象】0歳児の親子

【内容】保育士による親子のふれあい遊び、健康のお話(メディアとの付き合い方)

【持ち物】バスタオル

<ハートフルベビーキッズ>

【日時】11月13日(水) 10時～11時

【場所】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(こどもの救急対応法)

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

【日時・場所】

11月1日(金) 9時30分～11時 嬉野保健センター

11月11日(月) 9時30分～11時10分 ハートフルみくも保健福祉センター(要予約)

【内容】身体計測、育児や健康に関する相談

【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)

●離乳食教室 ごっくんコース(要予約)

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。

【日時】10月18日(金)10時～11時30分 【場所】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



●こども栄養相談(要予約)

【日時】11月1日(金) 9時30分～11時30分(1人20分程度) 【場所】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

●プレイルーム開放

以下のとおり、プレイルームを開放しています。親子でぜひ、遊びに来てください!

1. 嬉野保健センター…毎週火曜日(8時30分～17時)

※祝日、年末年始、第3火曜日10時～11時、第4火曜日9時30分～12時を除く。

2. ハートフルみくも保健福祉センター…毎週月～土曜日(8時30分～17時) ※祝日、年末年始を除く。

【申込】乳幼児健康相談(11月11日分)、離乳食教室、こども栄養相談は、WEB(右記QRコードまたは松阪市ホームページから)か、電話で嬉野保健センターへお申込みください。

【問合せ】嬉野保健センター ☎ 48-3812

【申込はこちら】



親子でベビーヨガ♪

赤ちゃんとも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!

【日時】10月16日(水)10時～11時(受付:9時45分～)

【場所】中川新町地域交流センター(嬉野中川新町) 【講師】平野ちづ子さん(助産師)

【対象】市内在住の0歳児の親子 【定員】先着15組程度

【持ち物】動きやすい服装、飲み物、バスタオル 【参加費】無料

【申込】10月7日(月)から10月15日(火)までに右記QRコード、または嬉野保健センターへ電話で申込み

【申込・問合せ】嬉野保健センター ☎ 48-3812

【申込はこちら】



交通安全教育指導員「とまとーず」募集！

応募資格、必要書類の詳細については市ホームページ(記載 QR コード)からご確認ください。

募集人員	勤務内容	活動場所	報酬(※)
4 名程度	・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など	主に松阪市・多気町・明和町の教育施設、集会所など	活動内容・回数に応じ、規定による報酬額を支給

【詳細はこちら】



(※)活動 1 回につき 3,000 円～5,000 円(所得税・通勤費を含む)

【応募方法】11 月 29 日(金)までに必要書類一式を郵送または持参で事務局へ提出してください。応募いただいた内容を確認後、12 月に面接となります。Web による応募申請も可能です。詳細は松阪市ホームページをご確認ください。

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

～聞いてんか！言うてんか！～第 23 回議会報告会

松阪市議会では、「第 23 回議会報告会」を常任委員会単位で 4 日間にわたり、市内 4 か所で開催します。第 2 部では、市議会議員と対話形式での意見交換を予定しています。ぜひ、ご参加ください。

委員会名	日時	場所	第 2 部 意見交換会 テーマ
環境福祉委員会	11 月 7 日(木) 19 時～	飯高地域振興局	健康づくりについて
文教経済委員会	11 月 9 日(土) 19 時～	松阪公民館	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) 19 時～	橋西地区市民センター	空家等対策について
総務企画委員会	11 月 13 日(水) 19 時～	嬉野地域振興局	コミュニティセンター化について

※詳しくは、市ホームページ、広報まつさか 10 月号、回覧でご確認ください。

※手話通訳・託児(2 歳児～未就学児)が必要な場合は、各会場開催日の 2 週間前までに事務局へご連絡ください。

【問合せ】松阪市議会事務局 ☎ 53-4434

嬉野文化祭 笑顔と健康わくわくブース

嬉野文化祭で、家族で楽しく健康づくりを体験・発見できるコーナーを行います♪

【日時】11 月 2 日(土) 10 時～12 時 【場所】嬉野保健センター 大会議室

- 健康チェック 【内容】1. 体組成測定 2. 血管年齢測定 3. ベジチェック 【対象】1. 2 は 20 歳以上
- 検診・健診を知ろう 【内容】親子で楽しめるぬりえ 【対象】未就園児～学童
- 塩分・味覚チェック 【内容】食塩量チェック、適正濃度のみそ汁試飲、健康レシピ啓発
- こどもふくりユース みなさまからご好評の「こどもふくりユース」を、嬉野文化祭内でミニ企画として実施します。サイズアウトして着られなくなったこども服(50～95 cm程度)を、必要としている方にお譲りします。(衣類等の回収は行いません。)

【問合せ】嬉野保健センター ☎ 48-3812

生涯骨太料理教室

手間をかけず、簡単においしく作れるレシピを食生活改善推進員がご紹介します。日頃の食事にもきつと役立ちます！ぜひご参加ください。(※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。)

【日時】1. 10 月 29 日(火) 9 時 30 分～11 時 30 分 2. 11 月 14 日(木) 9 時 30 分～11 時 30 分

【場所】嬉野保健センター(栄養実習室) 【内容】食生活改善推進員による講話、調理実習「ミートボールのトマト煮、トマトとパセリのプチプチサラダ・グリーンスープ」

【費用】1 人当たり 300 円 【持ち物】筆記用具・エプロン・三角巾 【対象】市内在住の 20 歳以上

【定員】各 15 名 【申込】10 月 9 日(水)から開催 1 週間前までに

WEB(右記 QR コードから)または電話で嬉野保健センターへお申し込みください。

【問合せ】嬉野保健センター ☎ 48-3812



ほっとギャラリー 10月の展示

～「三雲の夏祭り」写真展～

三雲の各地域で行われている夏祭りの風景を 9 月から写真で展示しています。三雲地域振興局へお越しの際は、ぜひご覧ください。

【展示期間】10月25日（金）まで ※都合により、内容を変更する場合があります。

【問合せ】三雲地域振興局 地域振興課 ☎ 56-7905

防犯・交通安全のお知らせ

松阪市内交通事故発生状況

8月31日現在

死 者 5人(+2)

負傷者 200人(+4)

人身事故 170件(+13)

物件事故 3,023件(-48)

() 内は対前年同期間比

※各数値は暫定値です



車上荒らしにご注意を！

車上荒らしにあわないために、次のことに注意しましょう。

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

【問合せ】松阪警察署 ☎ 53-0110



嬉野地域振興局からのお知らせ

グラウンドゴルフ大会参加者募集（要予約）



【日時】10月23日（水）9時～（受付8時45分～） ※雨天の場合は10月30日（水）

【場所】嬉野グラウンド 【参加費】AFLEC 会員は無料 非会員は300円

【持ち物】室内シューズ、飲み物

【申込方法】10月18日（金）までに、嬉野体育センターに直接申し込むか、お電話でお申し込みください。

【申込・問合せ】NP0 法人うれしのスポーツクラブ AFLEC ☎ 42-5527

AFLEC 後期会員も募集中です！ 会費半額です！

