

うれし狂

発行 令和6年10月1日 URESHIDEN 編集・発行 松阪市嬉野地域振興局地域振興課 (☎: 48-3807)

第42回 嬉野文化祭を開催します！

ステージ発表

▼と き…11月2日(土)9時45分～16時(予定)

▼内 容…

《午 前》嬉野管内各幼稚園 他

《午 後》中川小学校・嬉野中学校吹奏楽部・一般

※入場制限を行う場合があります

▼ところ…嬉野ふるさと会館 大ホール



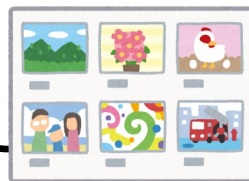
作品展示

▼と き…11月1日(金)～3日(日)

9時～18時(3日は16時まで)

▼内 容…水墨画、水彩画、書道、陶芸、盆栽、嬉野管内の各小学校・各保育園・嬉野中学校作品などの展示

▼ところ…嬉野生涯学習センター



※ステージ発表のプログラムなど、文化祭の詳細は同時配布しておりますチラシをご確認ください。

同時開催

11/2(土) 10時頃～ : 嬉野地域振興局前駐車場

北部物産振興会による物産販売やキッチンカー販売があります。

▼問合せ…嬉野文化振興実行委員会事務局(嬉野地域振興局 地域振興課) ☎48-3804

笑顔と健康わくわくフース

▼と き…11月2日(土) 10時～12時

▼ところ…嬉野保健センター 大会議室

▼問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812

参加費無料
予約不要

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!!

健康千エック



ご自身の身体の状態を知りましょう!

■体組成測定 ■血管年齢測定 ■ベジチェック

※体組成測定、血管年齢測定は20歳以上対象

味覚塩分千エック



■食塩量チェック

■適正濃度のみそ汁の試飲

■食生活改善推進員による健康レシピの紹介

健診・検診を知ろう

キッズスペースで親子で
ぬりえを楽しもう!



出張ミニ企画

えがおをつなぐつなげる
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(50～95cm程度)を、必要としている方にお譲りします!

★衣類などの回収は行いません。

★エコバックなどをお持ちください。



▼問合せ…松阪市社会福祉協議会 嬉野支所 ☎42-2718

各コーナーをまわっていただいた方に健康管理に役立つプレゼントをお渡しします!

～ 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	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）19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）19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）19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）19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

※詳しくは、市ホームページ（右記二次元コード）、広報まつさか10月号、回覧でご確認ください。

※手話通訳・託児が必要な場合は、各会場開催日の2週間前までに事務局までご連絡ください。

（2歳児～未就学児迄のお子さんは託児室を利用できます）

▼問合せ…松阪市議会事務局 ☎ 53-4434



人権標語を募集します！

嬉野人権教育研究会では今年度も人権標語を募集します！ この機会に日々の暮らしの中での人権意識を高めましょう。優秀な作品を応募していただいた方には記念品をお贈りいたします。なお、応募していただく標語については、未発表のものに限り、お一人様3点までとさせていただきます。

▼実施期間…10月16日（水）～11月11日（月）

▼応募方法…募集箱、右記二次元コードまたは、下記URLから応募してください。

<https://logoform.jp/form/TY2e/694766>

▼募集箱設置場所…嬉野地域振興局、嬉野ふるさと会館、中川新町地域交流センター、嬉野体育センター、嬉野図書館、嬉野公民館、嬉野宇気郷公民館、中郷公民館、豊地公民館、中川公民館、豊田公民館、中原文化センター、社会福祉協議会 嬉野支所、嬉野郵便局、中郷郵便局、豊地郵便局、中川郵便局、JAみえなか 嬉野支店

▼問合せ…嬉野人権教育研究会事務局（嬉野地域振興局 地域振興課） ☎48-3804



9月・10月は行政相談月間 あなたの「困ったな」、教えてください

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

▼と き…10月28日（月）13時～15時 ▼ところ…嬉野保健センター ▼相談担当者…行政相談委員

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

※なお、行政相談は、上記以外でも偶数月第4月曜日に嬉野保健センターで実施しています。

▼問合せ…嬉野地域振興局 地域振興課 ☎48-3807

※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…11月19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…季節の歌・親子の触れ合い遊び・絵本の読み聞かせ等 ★11月は秋の音楽会をします

▼定員…各日程15組（先着順）

▼申込方法…11月15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。



生涯骨太クッキング

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。日頃の食事にもきっと役立ちます！ 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）

▼とき…①10月29日（火） ②11月14日（木） 9時30分～11時30分 ▼ところ…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」

▼参加費…1人当たり300円 ▼持ち物…筆記用具・エプロン・三角巾 ▼定員…15名（市内在住の20歳以上）

▼申込方法…10月9日（水）から開催1週間前までにWEB（右記二次元コード）、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



AFLEC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）

嬉野地区でも大人気のグラウンドゴルフ。AFLEC会員以外の方や初めての方も大歓迎です。

▼とき…10月23日（水）9時～（受付：8時45分～）※雨天の場合は10月30日（水）

▼ところ…嬉野グラウンド ▼参加費…AFLEC会員は無料 非会員は300円

▼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…10月18日（金）

▼申込・問合せ…NPO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！

松阪北部地域交流みくも掲示板



～「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

▼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

●子育て教室

<ウレッピーキッズ>

▼と き…10月22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(メディアとの付き合い方)

<ウレッピーベビー>

▼と き…10月22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 ▼持ち物…バスタオル

▼内 容…保育士によるふれあい遊び、健康のお話(メディアとの付き合い方)

<ハートフルベビーキッズ>

▼と き…11月13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 ▼持ち物…バスタオル

▼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広場「こんにちは赤ちゃん」も兼ねています。

●乳幼児健康相談

▼と き…①11月1日(金) 9時30分～11時 ②11月11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…11月1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 ▼持ち物…母子健康手帳

▼内 容…管理栄養士による離乳食・幼児食などの個別相談

●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いっしょに学んでいただく教室です。

▼と き…10月18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。

●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

▼開放日…毎週火曜日(8時30分～17時)

※ただし、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時を除きます。

②ハートフルみくも保健福祉センター

▼開放日…毎週月～土曜日(8時30分～17時)

※ただし、祝日、年末年始を除きます。

○こども栄養相談

○乳幼児健康相談(11月11日分)

○離乳食教室

のお申込みはこちらから!



親子でベビーヨガ♪

赤ちゃんと一緒に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!

▼と き…10月16日(水) 10時～11時(受付: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) ▼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 ▼参加費…無料

▼持ち物…動きやすい服装、飲み物、バスタオル

▼申込方法…10月7日(月)から10月15日(火)までに右記二次元コード、または電話で嬉野保健センターへお申込みください。

▼申込・問合せ…嬉野保健センター ☎48-3812

