



うれし伝



発行 令和6年11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)

松阪市クリーンセンター(桂瀬町)の12月の日曜受付日の変更のお知らせ

松阪市クリーンセンター(桂瀬町)では、毎月第3日曜日もちり込みごみの受付を行っておりますが、12月は下記のとおり変更となります。ご利用の際はご注意ください。

変更前…12月15日(日)※第3日曜日

変更後…12月8日(日)※第2日曜日



ごみ出しマナーについて

皆様、日頃はマナーを守っていただきありがとうございます。

1. ごみ出しの時間にご協力ください

集積所のごみ収集時間は収集品目やごみの量によって、通常より早くなったり遅くなったりします。ごみは午前8時までに集積所へお出しください。



2. ごみの分別にご協力ください

燃えるごみの日(可燃)に、アルミ缶、ビン等、燃えないゴミの日(不燃)に、充電式小型家電、スプレー缶、蛍光灯等が混在していることがあります。毎年3月に配布されています「ごみの分け方・出し方(嬉野管内版)」をご覧ください、正しく分別されるようお願いいたします。

3. 除湿器について

除湿器は、ごみ集積所へは出せません。事前に松阪市クリーンセンターへお問い合わせのうえ、松阪市クリーンセンターへ持ち込んでください。

▼問合せ…松阪市クリーンセンター ☎36-0975

嬉野地域振興局 地域住民課 ☎48-3813



オンライン議会報告会のお知らせ

12月10日(火) 13時から YouTubeにて動画配信!



議会報告会を11月に市内4か所にて開催します。会場に来ていただけない方にも議会の審議内容を知っていただけるよう、動画配信による議会報告会を行います。

12月10日(火) 13時からYouTubeの「松阪市議会チャンネル」や市のホームページ(議会報告会)でいつでもご覧いただけます。

※別途通信料が発生する場合があります。

また、松阪市行政チャンネルで12月10日(火)～12月23日(月)の間、放送します。議会報告会動画をご覧いただき、皆さまのご意見・ご感想をぜひお聞かせください。アンケートは市ホームページから直接ご回答いただくか、ダウンロードして、メール・ファックス等で議会事務局までご送付ください。

動画の主な内容(予定)

○9月定例会の報告など

▼問合せ…松阪市議会事務局 ☎53-4434 FAX 23-3962

メールアドレス: gikai@city.matsusaka.mie.jp



「松阪市議会チャンネル」



女性に対する暴力対策の推進

11月12日～25日は「女性に対する暴力を無くす運動」期間です。

配偶者からの暴力、性犯罪・性暴力、ストーカー行為、売買春、人身取引、デートDV、セクシュアルハラスメント、痴漢、AV出演被害、インターネット上の性的な暴力等、性別に関わらず、暴力は犯罪となる行為を含む重大な人権侵害であり、決して許すことのできない行為です。プライバシーも秘密もしっかり守られますので、安心して相談してください。



下記連絡先までご相談ください。

◇DV相談ナビ（内閣府）#8008 ◇性犯罪被害相談電話（警視庁）#8103

◇性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター（内閣府）#8891

夕暮れ時、ちょっと早めのライト・オン運動

夕暮れ時は交通事故が多発する傾向にあり、特に日没時間が早まる10月以降は、帰宅時間帯のラッシュと相まって、さらなる交通事故の増加が懸念されます。

★ライト点灯の目安時間★

下記の時間を目安に、ライトを点灯しましょう。

11月1日から11月30日までの間 16時20分

12月1日から12月31日までの間 16時10分

※津標準歴をもとに日没時間の概ね30分前を基準に設定しています。

※あくまで目安であり、天候（雨、霧、雪）などに応じた点灯を心がけましょう。



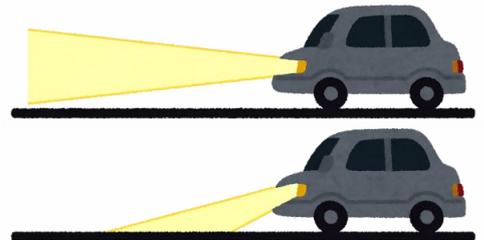
夕暮れ時、夜間の交通事故防止のポイント

自動車、オートバイの運転者は

- ・早めにライトを点灯し、ハイビームを活用して交通事故を防止しましょう。ただし、対向車とすれ違う際や他車の直後を通行する際はロービームに切り替えましょう。
- ・速度を落として、急な飛び出しに対応できるようにしましょう。

歩行者、自転車運転者は

- ・反射材用品やLEDライトを活用しましょう。
- ・自転車も反射材用品等を活用し、早めにライトを点灯しましょう。



親子のためのクラシックコンサート 音楽の絵本

動物たちが織りなす、親子のためのクラシックコンサート「音楽の絵本」

大人から小さいお子様まで楽しめる本格的なクラシックコンサートの世界を楽しんでみませんか。

▼と き…11月16日(土) 14時～(開場：13時30分～)

▼ところ…嬉野ふるさと会館(嬉野権現前町)

▼入場料…一般1階席 2,000円、2階席 1,500円、小学生以下1,000円(全席指定・税込)

※3歳未満で保護者の膝上で鑑賞する場合は1人まで無料

▼チケット販売所…嬉野ふるさと会館(月曜休館)

クラギ文化ホール管理事務所(火曜休館)ほか

▼問合せ…嬉野ふるさと会館 ☎42-7000



※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…12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…季節の歌・親子の触れ合い遊び・絵本の読み聞かせ等 ★12月はクリスマス会をします

▼定 員…各日程15組（先着順）

▼申込方法…12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。



AFLECからのお知らせ

カローリング大会参加者募集（要予約）

カローリングは、カーリングからヒントを得て誕生したインドアスポーツで、子供から高齢者まで年齢・性別・体力に関係なく気軽に楽しめます。参加賞もありますので、お気軽にご参加ください。

▼と き…11月22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、飲み物

▼申込方法…嬉野体育センターに直接申込みか、電話でお申込みください。 ▼締 切…11月19日（火）

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



簡単！ ヘルシークッキング♪

▼と き…①12月18日（水）10時～12時 ②1月15日（水）10時～12時

▼ところ…①ハートフルみくも保健福祉センター ②嬉野保健センター

▼対 象…市内在住の20歳以上の方 ▼定 員…各日程15組（先着順）

▼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…さば缶ハンバーグ、ピーマンとちくわのきんぴら、フルーツ寒天 他

▼持ち物…エプロン、三角巾、筆記用具 ▼材料費…300円

▼申込方法…11月11日（月）～開催日1週間前までに、WEB（右記二次元コード）か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



松阪北部地域交流みくも掲示板



～「交通安全啓発活動」写真展～

展示を見て、歩行者もドライバーも安全への意識を高めよう！

交通安全啓発のポスターと松阪北部商工会青年部による地域見守り隊・赤レンジャイの活動の様子を写真やパネルで紹介합니다。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…11月8日（金）～26日（火） ※都合により、内容等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



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、パパ一緒にご参加ください！

▼と き…11月23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

●新米ママ教室（要予約）

▼と き…11月20日（水） 13時30分～15時 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…生後2～3か月頃の第1子とママ

▼内容…赤ちゃんの発育・発達・生活等のお話、親子でふれあい遊び、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

●子育て教室

<ウレッピーキッズ>

▼と き…11月26日（火） 9時30分～10時30分 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…1歳児と保護者

▼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（冬の健康管理）

<ウレッピーベビー>

▼と き…11月26日（火） 11時～12時 ▼ところ…嬉野保健センター

▼対 象…0歳児と保護者 ▼内 容…保育士によるふれあい遊び、健康のお話（冬の健康管理）

▼持ち物…バスタオル

<ハートフルベビーキッズ>

▼と き…12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歳児と保護者

▼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（冬の健康管理）

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

●離乳食教室 もぐもぐコース（要予約）

7か月以降の離乳食について、回数・内容・目安量などのポイントを学びます。形態の進め方や手づかみ食など、調理実演とお話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。お気軽にご参加ください。

▼と き…11月15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7～12か月児その保護者

▼持ち物…母子健康手帳、バスタオル ▼参加費…無料

●乳幼児健康相談（②は要予約）

▼と き…①12月6日（金） 9時30分～11時 ②12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

▼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…12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

▼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。

●こども歯みがき相談（要予約）

▼と き…12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）

○パパママ教室のお申込みはこちらから！



○新米ママ教室
○離乳食教室
○乳幼児健康相談②
○こども栄養相談
○こども歯みがき相談
のお申込みはこちらから！

