

広報まつさか

vol. 249

2025 9 月号

September



いつまでも、
自分らしく

(写真) 五反田町サロンの参加者



- 03 第64回 氏郷祭り武者行列 参加者募集 / 松阪を「歩こっ!」 ウオーキングキャンペーン
- 04 **特集** いつまでも、自分らしく
- 08 生活支援!最大15%ポイント還元キャンペーンin松阪
- 09 令和8年4月入園の園児を募集! 第一次募集
- 10 子育て世代のみなさんへ
- 12 新・松阪市議会議員決まる! / 松阪市民センター・地区公民館がコミュニティセンターに変わります!
- 13 情報広場
13 お知らせ 20 募集
16 教育・講座 23 催し・イベント
- 26 国勢調査2025
- 27 動物愛護週間/災害にそなえる
- 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
- 30 市長コラム・CIRコラム 31 まちのできごと
- 32 市民の掲示板 MA・TSU・SA・KAコミュニティ
- 34 健康講座・健康相談 35 10月の市民相談
- 36 HAPPY BIRTHDAY ~9月で1歳になったよ~

※本紙の掲載内容は令和7年8月15日時点のものです。

10言語対応「広報まつさか」
デジタルブックで配信中!

This Public relations magazine
can be read in 10 languages



市制20周年 記念事業

実施時期が近くなった記念事業を掲載しています。
全事業の情報など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

詳しくは
こちら!



実施時期	事業者名・部署名	事業名
9月	13日(土)	日本スケートボード協会主催 アマチュア大会
	14日(日)	土木課 プロ大会
	28日(日)	クラギ文化ホール 出張!なんでも鑑定団in松阪
10月	5日(日) ↓ 12日(日)	市美術展覧会 第1部 「絵画」「彫刻・工芸」
	26日(日) ↓ 11月2日(日)	市美術展覧会 第2部 「写真」「書道」
	16日(木)	クラギ文化ホール 新・BS日本のうた
	18日(土)	松阪しよんがい音頭と踊り保存会 市制20周年記念市民総踊り 第9回しよんがいまつり
	19日(日)	映像CUBE 市制20周年記念 まつさかシビック映像祭
	25日(土) ↓ 12月14日(日)	市制20周年記念 三重県宝塚一号墳出土埴輪国宝指定 1周年記念 はにわ館特別展 「西のはにわと、東のはにわ」
	10月頃	特定非営利活動法人 Mブリッジ 「わがまちカード」(仮称)制作と ファシリテーター育成

【問】経営企画課 ☎ 53-4319 FAX 22-1377 ✉ kei.div@city.matsusaka.mie.jp

松阪市役所からの大切なお知らせ 【問】職員課 ☎ 53-4331 FAX 26-4030 | 市政改革課 ☎ 53-4363 FAX 25-0825

電話 受付



開始 午前 9時

終了 午後 4時半

受付時間外における
緊急のご用件の場合は、
当直で順次、お伺いします。

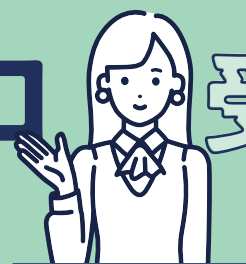
※すぐにつながらない場合は、
時間を置いて改めておかけ直ください。

令和7年
10月1日から
市役所の
受付時間を
変更します。

詳細は  こちら!



窓口 受付



解錠 午前 9時

対象施設の正面出入口は
解錠時間まで入館できません。

施錠 午後 4時半

施錠時間以降の退館は、裏出入口などを
ご利用ください。

対象施設

●市役所(本庁・分館・別棟) ●各地域振興局 ●健康センターはるる など

第64回

氏郷まつり武者行列

【問】観光交流課 ☎53-4406 FAX 22-0003

参加者
募集

対 象

健康で、約4キロのコースを完歩できる方
蒲生氏郷公、冬姫、武者などその他の役柄

少年少女武者

中学生以上

松阪市内の小学生4、5、6年生
(約40人程度)

※蒲生氏郷公は重さ3キロの兜をかぶって乗馬可能な方。

と き

11月3日(月・祝)

と ころ

松坂城跡及び中心市街地

参加費

無料

募集役柄

蒲生氏郷公、冬姫、少年少女武者、武者(鉄砲隊、槍隊など)

申込期限

9月19日(金) 午後5時15分

申込方法

- ・webフォームでの申し込み
- ・応募用紙に必要事項を記入し、郵送もしくは直接観光交流課へ提出ください。



詳しくは
こちらを
CHECK!

※蒲生氏郷公、冬姫希望の方は、自己PRを記入し、宣材写真を添付してください。 ※各役柄応募者多数の場合は抽選となります。
※応募用紙は市ホームページからダウンロードしていただくか、市役所4階観光交流課まで直接取りに来てください。



みえ松阪マラソン2025 「健康ウォークの部」応援イベント
MIE MATSUSAKA MARATHON

松阪を「歩こっ♪」 ウォーキングキャンペーン

参加無料

実施期間

9月19日(金)~
12月18日(木)

参加方法

対 象 市内在住の方

松阪市公式アプリ「松阪ナビ」を使って
デジタルスタンプをゲットして
プレゼントに応募しちゃお!

詳しくはこちら!



STEP1

お手持ちのスマートフォンに
松阪市公式アプリ
「松阪ナビ」をダウンロード。



ダウンロード
方法は
こちらを
CHECK!

STEP2

対象のウォーキングコースから
1コースをウォーキングして
スタンプをゲット

- A. 松坂城跡コース(5.0Km)
- B. 宝塚古墳コース(5.5Km)
- C. 松浦武四郎コース(5.3Km)
- D. 神山神社コース(6.0Km)

STEP3

「みえ松阪マラソン」記念グッズを
抽選で20名様にプレゼント



スタンプを取得すると、表示される画面から
必要事項(名前・年齢・住所・電話番号)を
入力して、抽選申込完了!

※抽選結果は、1月中旬に、当選者に発送をもって代えさせていただきます。参加方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

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

松阪を「歩こっ♪」ウォーキングキャンペーン

検 索



いつまでも、自分らしく

【お問い合わせ】 高齢者支援課 ☎ 53-4099 FAX 26-4035

STEP ①

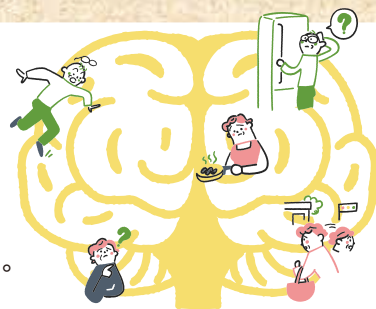
知る

認知症は誰もがなりうる病気です。医療や介護などの適切なサポートを受けることで、家族の負担が軽減でき、早い段階から症状や相談先を知っておくことが大切です。

今回の特集では、**3ステップ**に分けて認知症について説明します。

「もの忘れ」と「認知症」とのちがいは？

もの忘れは、老化による記憶力の低下により、体験の一部を忘れたり、人の名前がなかなか思い出せないといったように部分的に忘れてしまう症状です。一方、体験そのものを忘れてしまうことが認知症の症状とされています。



＼ 老化 / によるもの忘れ

- もの忘れを自覚できる
- 食事のメニューなど、体験の一部を忘れる
- 判断力の低下は見られない
- ヒントをもらえば思い出せる
- 年や日付、人との関係などはわかる



日常生活に大きな支障は出ません

＼ 認知症 / によるもの忘れ

- 忘れたという自覚がない
- ご飯を食べたことなど、体験したこと自体忘れる
- 判断力が低下する
- ヒントをもらってもピンとこない
- 年や日付、季節が分からなくなる



日常生活に支障が出ます

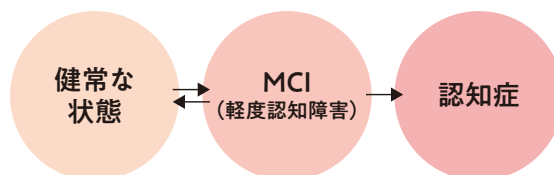
軽度認知障害 (MCI) を知って早期治療を！

軽度認知障害 (MCI) をご存知ですか？ MCIとは、記憶力などの認知機能の低下があるものの、日常生活は問題なく送ることができている状態のことです。この段階で見つかった場合は回復する場合もあるため、早期発見・早期治療がカギになります。

軽度認知障害 (MCI) の代表的な症例

- 1 周りの人と比べて、物忘れが気になる
- 2 今日の日付や曜日がわからない
- 3 昨日のごはんのおかずを思い出せない

MCIは健常な状態と認知症の中間の状態





軽度認知障害 (MCI) 早期発見 チェックリスト

5つ全て
あてはまると、
MCIかも



- ☐ 本人か家族からの、もの忘れの訴えがある
- ☐ 記憶障害以外の認知機能(考える・人とコミュニケーションをとるなど)は正常な状態である
- ☐ 日常の生活動作は自立している
- ☐ テストや検査を受けても、認知症ではない
- ☐ 年齢や学力だけでは説明できない記憶力の低下

認知症のチェックリストはこちら ▶



STEP ②

相談する



悩まずに早めの相談を!

認知症は、早期発見・対応で、発症を遅らせることや進行を緩やかにすることにつながります。もの忘れが多いなどの心配がある方は、かかりつけ医や担当区域の地域包括支援センターに相談しましょう。

市ホームページから
ダウンロードできます!



認知症ハンドブックも
活用できます。

名称	所在地	電話番号	担当区域
第一地域包括支援センター	白粉町 363 (松阪地区医師会館内)	☎25-1070	第一・第二・幸・神戸・徳和
第二地域包括支援センター	嬉野権現前町 423-9 (嬉野社会福祉センター内)	☎42-7255	嬉野管内・三雲管内・阿坂・伊勢寺
第三地域包括支援センター	飯南町横野 885 (飯南ふれあいセンター内)	☎32-5083	飯南管内・飯高管内
第四地域包括支援センター	鎌田町 244-3 (老人保健施設 嘉祥苑となり)	☎51-5885	第四・東・橋西・松ヶ崎・港・西黒部・東黒部・朝見・漕代・機殿・櫛田
第五地域包括支援センター	駅部田町 1390-1 (はあと薬局在宅センター奥)	☎25-4300	花岡・松尾・大河内・宇気郷・射和・大石・茅広江



STEP ③

いきいきと

いきいきと活動することが
認知症予防につながります。

「いつまでも元気に、自分らしく楽しく過ごしたい!」そんな思いで高齢者が集まり、地域で

いきいきと活動している「五反田町サロン」です。
ここでは、週に1回活動しており、単に体を動かすだけでなく、地域の皆さんとの交流を通じて心も体もリフレッシュできる、様々な介護予防活動に積極的に取り組んでいます。

気になる

どんな活動をしているの?

9:30



ティータイム

わきあいあいと和やかでおしゃべりもはずみます。

10:00



季節ごとのイベント

七夕笹飾りやクリスマス会など季節ごとのイベントを開催し、みなさんとの交流を大切にしています。

10:30



脳トレ

クイズやパズル、プリント等に取り組み、ゲーム感覚で楽しみながら認知機能の維持・向上を目指します。

11:00



体操

最後に必ず取り入れるのが体操です。みなさんで楽しみながらできる様々な体操を行い、介護予防や健康に気をつけています。



市内で介護予防に取り組んでいるグループ等を掲載しています。
「暮らしまるごと～ちゃちゃマップ～」をご活用ください。



気軽に参加してみよう!

認知症カフェ

認知症の方や
その家族の方など
気軽に参加できます。



第一包括 エリア

若年性認知症カフェ ピアの会INまつさか

開催	9月25日(木)、令和8年1月22日(木) 午後1時半～2時半 ※好きな時間にお越しください
場所	松阪地区医師会館(白粉町363)
問・申	第一地域包括支援センター ☎25-1070 若年性認知症カフェ ピアの会 担当:新井 ☎090-6648-5527

第二包括 エリア

健やか薬局グリーンカフェ

開催	9月4日(木)、12月4日(木)、 令和8年3月5日(木) 午後2時～3時半
場所	健やか薬局中川店(嬉野中川新町二丁目17)
問	同上 担当:溝口 ☎090-4267-1145

いいともカフェ

開催	毎月第3土曜日 午前10時～11時半
場所	リハビリセンターいいとも(市場庄町1109)
問・申	同上 担当:乾、森 ☎30-8588

第三包括 エリア

飯南よりそいカフェ

開催	不定期(年1～2回)
場所	飯南ふれあいセンター(飯南町横野885)
問	老人クラブ飯南支部 社会福祉協議会飯南支所 ☎32-4630 第三地域包括支援センター(共催) ☎32-5083

第四包括 エリア

認知症の人と家族の会 松阪地区つどい

開催	毎月第4木曜日 午前10時～正午
場所	NPOエールの会 ひだまり(塚本町3-1)
問	認知症の人と家族の会 担当:笠井 ☎090-7607-0725 長島 ☎090-8459-1639

第五包括 エリア

めぐみカフェ

開催	毎月第2火曜日 午後2時～3時半
場所	グレイスホーム(岡本町428-2)
問	同上 ☎30-8200

ほーほけきよ

開催	毎月第2木曜日 午前10時～11時半
場所	南勢病院 デイケア棟(山室町2275)
問	第五地域包括支援センター ☎25-4300

市全域

認知症の方と家族のおしゃべり会 ちゃちゃカフェ

開催	9月2日(火)、11月4日(火)、 令和8年1月6日(火)、3月3日(火) 午後1時半～3時
場所	福祉会館(殿町1563)
問・申	高齢者支援課 ☎53-4099

認知症サポーター養成講座



認知症について正しく理解し、具体的な対応方法などを学ぶことができます。



認知症サポーター養成講座申込フォーム



物忘れ相談会

「物忘れなのか認知症なのか...」
「会話のつじつまがあわなくて...」
など、悩んでいることはありませんか?
こうした悩みは早めの相談が、良い方向への第一歩となります。





生活支援！最大15% ポイント還元キャンペーンin松阪



エネルギー・食料品等の物価高騰対策として、市内の対象店舗でキャッシュレス決済サービス「PayPay」で決済すると、お会計額の最大15%のポイントが還元されるキャンペーンを実施します。

キャンペーン期間 **9月1日(月)～30日(火)**



PayPay
アプリの
ダウンロードは
こちらから



キャンペーンに
ついて、詳しくは
こちらから

対象店舗はこちらの
ポスターが目印！

付与
上限

決済1回あたりの上限 **2,000円相当**

期間中の上限 **8,000円相当**

(例) 1回の会計で**10,000円**のお買い物をすると**1,500ポイント**付与
13,334円以上のお買い物で**上限2,000ポイント**付与

※ポイント付与や支払い方法などについては一定の条件があります。

対象者 PayPayアプリをインストールしている方

対象店舗 PayPayに加盟する市内店舗

※公共料金や納税、コンビニでの使用など一部対象外となるものがあります。対象店舗はアプリ内で確認できます。



PayPayアプリの使い方などで不明なことがあれば
公民館・地区コミュニティセンターへ
気軽にお問い合わせください。

スマホ講座を
実施しています。
詳しくはこちら！



スマートフォンが よく分からない方へ



全ての契約機種について使い方に関する相談を受け付けています。**(各店舗へ事前予約必要)**
また、各ソフトバンクショップでは、スマートフォンの使い方がよくわからないという方を対象とした**「無料体験教室」**も実施しています。

お問い合わせ先 ※定休日については各店舗へお問い合わせください。

ソフトバンクアドバンスモール松阪(田村町)	☎25-1234
ソフトバンク松阪中央(大塚町)	☎31-1206
ワイモバイルアドバンスモール松阪(田村町)	☎25-3933
ワイモバイルアピタ松阪三雲(市場庄町)	☎30-8165
ソフトバンク松阪嬉野(嬉野中川新町四丁目)	☎48-2211

PayPayのご利用に関するお問い合わせ 24時間受付/土日祝含む365日対応

【問】 PayPayカスタマーサポート窓口 ☎ **0120-990-634**

【問】 商工政策課

☎ 53-4361

FAX 22-0003

令和8年4月入園の園児を募集!

第一次
募集

9月~10月

オンライン申込

9月1日(月)~10月15日(水)までオンライン申込ができます。合わせて**入園案内**の配布を、各園・こども未来課・各地域振興局で開始します。
(市ホームページからもダウンロードできます。)

オンライン入園
申込はこちらから



令和7年10月より松阪市役所全体の窓口時間が短縮されます。窓口混雑を避けるためにも、24時間いつでもできるオンライン申込を是非ご利用ください!

特別な支援を必要とする子どもの入園は、入園申込書のほか別途書類が必要となる場合がありますため必ず事前にご相談ください。

10月

窓口申込

10月1日(水)~10月15日(水)に申込書と関係書類を入園希望(第一希望)の園、こども未来課、各地域振興局まで提出してください。
(※郵送でも可)

1号認定
申込時に希望園にて簡単な聞取りをさせていただきます。

11月

面接

2号・3号認定
11月上旬~中旬頃に申込者に面接を行います。



選考

2号・3号認定
松阪市の入園基準により、入園調整を行います。
1号認定
申込数が定員数を超えた場合は、抽選にて決定します。

12月

入園決定

12月下旬頃に入園の結果通知を送ります。

祝

入園
おめでとう!

入園についての
詳細は市ホームページを
ご確認ください



市内の保育園
・幼稚園・認定こども園
・小規模保育事業所一覧



●注意事項

申込時点で出生届等の手続きが済んでいる子どもの申込みができます。
募集について、入園申込順は入園決定に関係ありません。

●認定区分について

保育園、幼稚園、認定こども園、小規模保育事業所を利用するためには「教育・保育給付認定」を受ける必要があります。
認定は子どもの年齢や保育の必要性に応じて1号~3号までの区分があり、認定区分により利用する施設が変わります。

認定区分		利用する施設	保育の必要性	幼稚園	認定こども園	保育園	小規模 保育事業所
満3歳以上	1号認定		なし	○	○		
	2号認定		あり		○	○	
0歳~2歳	3号認定				○	○	○

育児休業明け入園予約制度!

保育園・認定こども園・小規模保育事業所で育児休業明け入園予約制度を実施しています。年度途中に確実に入園できることで、保護者の方が安心して育児休業を取得し、スムーズに職場へ復帰できることを目的とした制度です。

●対象／令和8年5月から10月までに1歳の誕生日を迎える子ども

申込条件等、詳しくはQRコードから市ホームページでご確認ください。

入園予約制度
詳細はこちら



【問】こども未来課 ☎53-4083 FAX 26-9113

各地域振興局住民課 嬉野☎48-3809 三雲☎56-7910 飯南☎32-2922 飯高☎46-7112

仕事や家事で忙しく、ゆっくり広報を読む時間がない

子育て世代のみなさんへ

子育て世代の方もこれだけは要チェック!という記事をまとめました。

はるる遊ぼうDAY

健康センターはるる館内を開放し、自由に遊べるスペースを設けます。(予約不要)

とき	10月11日(土) 午前10時～正午
ところ	健康センターはるる(春日町)

【イベント同時開催(要予約)】

『バランスボールで親子エクササイズ』

バランスボールを使って、親子で一緒に体を動かしましょう!

●講師／河村 みづきさん(バランスボールインストラクター)

とき	10月11日(土) ①午前10時15分～10時45分 ②午前11時～11時半
対象	①市内在住の0～2歳児とその保護者 ②市内在住の3歳以上の未就学児とその保護者
定員	①・②各10組程度
参加費	無料
持ち物	飲み物、タオル、動きやすい服装(裸足で行います)
申込期間	9月16日(火)～定員になり次第終了
申込方法	申込フォーム、または電話

【問・申】
こども家庭センター
(健康センターはるる内)
☎20-8087 FAX 26-0201

申込フォームは
こちら



親子でリトミック♪

音楽にふれながらからだを動かし、親子で楽しい時間を過ごしましょう!

●講師／小倉 明美さん(音楽療法士)

とき	9月26日(金) 午前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(嬉野中川新町三丁目)
対象	開催日時点で、市内在住の1歳のお子さまと保護者
定員	先着20組程度
参加費	無料
持ち物	動きやすい服装、飲み物
申込期間	9月8日(月)～24日(水)
申込方法	申込フォーム、または電話

【問・申】嬉野保健センター ☎48-3812 FAX 42-4945



申込フォームは
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、ママのからだを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15日(水) 午前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(嬉野中川新町三丁目)
対象	開催日時点で、市内在住の0歳のお子さまと保護者
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	9月16日(火)～10月10日(金)
申込方法	申込フォーム、または電話

【問・申】嬉野保健センター ☎48-3812 FAX 42-4945



申込フォームは
こちら

ひとり親家庭への食品支援

ひとり親の家庭に向けて、企業や一般市民の方からご寄附をいただいた食品の配布支援を行います。※日程は変更になる場合があります。LINE配信にて確認ください。

とき	9月20日(土) 場所により開催時間が変わります
ところ	ワークセンター松阪(上川町)・松阪けいりん(春日町)
対象	市内在住のひとり親家庭等支援が必要な子育て家庭(18歳以下のお子さまを養育している家庭)。支援実施場所まで自力で取りに来られる方。
申込方法	LINEの支援登録台帳に登録し、申し込みください。

※当日配布のボランティアを募集しています。ご協力いただける方はご連絡ください。

【問・申】フードバンク愛知 松阪出張所
✉ info.matsuzaka@fb-aichi.org
こども家庭センター
☎20-8087 FAX 26-0201

申込はこちら



第4回 まつさかGIGAフェスタ

タイピングコンテスト、フォト・ムービーコンテスト作品上映、クイズフェスタ、報告会、プログラミング体験など楽しいイベントをたくさん用意しています。小さいお子様も体験できますので、ぜひご家族で参加ください。

とき	10月11日(土) 午前9時～正午
ところ	農業屋コミュニティ文化センター
対象	どなたでも無料で参加できます
持ち物	松阪市内の公立小中学校に通っている子どもたちは青カバーのタブレット端末 (なくてもイベントに参加できます)

【問】
子ども支援
研究センター
☎26-1900
FAX 26-1901



スポーツをはじめませんか? まつさかTAIKYOスポーツクラブ会員募集

各種教室	陸上競技	ソフトボール
負担額	受講料3,000円 +年会費2,000円	受講料1,500円 +年会費2,000円
開催期間	11月～3月(5回)	9月28日、10月12日、 11月9日、12月14日、 2月1日 いずれも日曜日
対象	小学生	
申込方法	開催日までに申込書と年間負担額を持参の上、 まつさかTAIKYOスポーツクラブ事務局へ。 申込書はスポーツ課にあります。	

【問・申】
まつさかTAIKYOスポーツクラブ
事務局(スポーツ課内)
☎22-3277 FAX 25-0133



▲市ホームページ

こども誰でも通園について

月一定時間の範囲内で就労要件等を問わず、柔軟にこどもを預けられる新しい制度です。令和8年度からの実施場所については、松阪市ホームページでご確認ください。

対象	市内在住で0歳6カ月～満3歳未満の 保育園等に通っていないこども
利用時間	午前9時～午後3時(土日祝日、年末年始を除く) ※子ども1人当たり月10時間が上限
利用料金	1人1時間当たり 300円(QRコード決済対応)

※生活保護世帯等、世帯状況により減免があります。
松阪市ホームページでご確認ください。

【問・申】
こども未来課
☎53-4083 FAX 26-9113

市ホームページ
はこちら



お子さんの医療費が実質無料になります!

松阪市では、18歳年度末(高校卒業相当)までのお子さんの、医療機関などの窓口で支払った代金(保険適用分)を助成しています。松阪市にお住まいであれば、保護者の所得に関係なく受給資格をお持ちいただけますので、**まだ資格をお持ちでない方は、ぜひ市役所へ申請していただきますよう、お願いします。**

申請に必要な書類
お子さんの健康保険の資格確認書など ※マイナ保険証や資格確認書など 助成金を振り込む保護者の方の口座情報が確認できるもの ※通帳やキャッシュカード、またこれらの写真画像でも可

- ※既に「障がい者医療費助成」や「一人親家庭等医療費助成」の資格をお持ちの方は、申請は不要です。
- ※生活保護を受給されている方、施設等へ入所されているお子さんは対象外です。
- ※令和7年1月1日に松阪市に住民登録が無かった方は、マイナンバーを使って前の住所地から課税情報を閲覧しますので「同意書」に署名いただきます。
- ※保護者や同世帯以外の方が申請される場合は、保護者の方からの「委任状」とお越しいただいた方の「身分証明書」が必要となります。
- ※その他、お子さんだけが松阪市にお住まいの方や、前住所が外国であった場合などは、別途書類が必要となります。
- ※10月1日以降の申請の場合は、申請月の1日からの資格となりますのでご注意ください。



【問】 保険年金課 ☎53-4046 FAX 26-9113

子育て講座 「ペアレントトレーニングから学ぶ ～こどもとの接し方～」のご案内

お子さんと一緒に楽しみながら実践できる講座です。

- 講師/小林 博子さん
(特定非営利活動法人みえ親子・人間関係を学ぶ会)

	第1回	第2回	第3回
とき	9月26日(金) 午前10時～11時	10月29日(水)	11月28日(金)
内容	ハッピーな子育てするには	ほめ方のコツ	こどもの話を聴きましょう
ところ	橋西地区市民センター 大会議室		
対象	お子さんと一緒に参加できる方		
定員	先着 親子10組 ※3回コースとなりますが単発参加もできます。		
参加費	無料		
申込方法	申込フォーム、または電話		

【問・申】
こども未来課
☎53-4083 FAX 26-9113

申込フォームは
こちら



新・松阪市議会議員決まる！

任期満了に伴う松阪市議会議員選挙が7月20日(日)に行われました。

投票は市内の投票所で行われ、午後9時半からハートフルみくもスポーツ文化センターで即日開票、21日(月)午前1時30分に確定しました。今回の選挙には、定数24人に対して30人が立候補し、7日間にわたり選挙戦が繰り広げられました。投票率は59.20%で、前回(令和3年)の投票率43.87%を15.33%上回りました。翌日の7月21日(月)には、松阪市選挙管理委員長から新しい市議会議員一人ひとりに当選証書が付与されました。



詳しい議員紹介はこちらをCHECK！



にしぐち まり いちの ゆき お よねくら よしちか かいじゅう つねゆき たなか まさひろ やまもと よしひろ ひさまつ みちお もりもと てつお
西口 真理／市野 幸男／米倉 芳周／海住 恒幸／田中 正浩／山本 芳敬／久松 倫生／森本 哲生
おの けんじ まつもと かづたか あかつか おくで こ はまぐち たかし とのむら みねよ よしかわ あつひろ くすたに
小野 建二／松本 一孝／赤塚 かおり／奥出 かよ子／濱口 高志／殿村 峰代／吉川 篤博／楠谷 さゆり
まつばら りほ もり はるか たしばなだいすけ ふかた りゅう おさ かずや のろ かずひら おがわ ともこ さかい ゆみ
松原 里穂／森 遥香／橘 大介／深田 龍／沖 和哉／野呂 一平／小川 朋子／酒井 由美(敬称略)

【問】 議会事務局 ☎ 53-4434 FAX 23-3962 / 選挙管理委員会事務局 ☎ 53-4411 FAX 53-4410

令和8年
4月1日から

地区市民センター・地区公民館が コミュニティセンターに変わります！



施設一覧は
こちらを
CHECK！

POINT1

名称が変わります！

〇〇地区市民センター・〇〇公民館
〇〇地区コミュニティセンター

POINT2

施設の目的※1が変わります！

地域の生涯学習活動の振興など
地域がさまざまな地域づくり活動を
推進するための拠点施設

POINT3

管理形態が変わります！

市による管理
地域による管理※2
または市による管理

※1 地区市民センターで行っていた証明書発行等の事務は廃止となります。 ※2 地域による管理とは、住民自治協議会による管理です。(指定管理など)

施設をもっと使いやすく

これまでの生涯学習活動に加え、地域の特性や独自性を尊重した以下のような幅広い活動が可能になります！



地場産物の
販売・提供



子育てサロンの
開催



フリーマーケット
の開催



コミュニティ
カフェの開催



事業者と連携した
買物支援の
場として提供



地域貢献に
関する講座や
有料講演

【問】 地域づくり連携課 ☎ 53-4324 FAX 26-4035 / 生涯学習課 ☎ 53-4396 FAX 26-8816



まつさか情報広場

MATSUSAKA
CITY
INFORMATION

人口と世帯数【令和7年7月1日現在】

※()内は前月比

人口……………155,078人(-28人)

男……………74,664人(-22人)

世帯数……………75,138世帯(56世帯)

女……………80,414人(-6人)

各種問い合わせ、申込は業務時間内【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。

なお、10月1日より市役所の窓口受付時間を午前9時～午後4時半に変更します。詳しくは2ページをご覧ください。

お知らせ information

マイナンバーカードを活用した救急業務 マイナ救急のお知らせ

松阪地区広域消防組合では、傷病者の負担軽減に繋がるほか、救急現場で傷病者の観察結果・症状とマイナンバーカードを活用して得られた医療情報(薬剤、診療、特定健康情報等)から総合的に判断することで、適切な搬送医療機関を決定するなど、救急業務の迅速化・円滑化を図る実証事業(マイナ救急)を行います。



実施時期	10月1日開始
対象	健康保険証の利用登録がされたマイナンバーカードを所有し、個人情報の閲覧に同意された傷病者。

【問】 消防本部救急課

☎25-1413

FAX 21-3080



◀ 詳しくはこちら

9月23日が 「手話の日」になりました!



今年6月に「手話施策推進法」が国会で全会一致により成立し、国連の「手話言語の国際デー」である9月23日が「手話の日」として定められました。新法は、手話の習得や使用の機会を広げ、手話文化を守ること、また、手話に対する国民の理解を深めることなどを目的としています。皆さんもこの機会に手話について考えてみませんか?

【問】 障がい福祉課

☎53-4059

FAX 26-9113



◀ 詳しくはこちら

証明書の コンビニ交付サービスを休止

システムメンテナンスのためコンビニ交付サービスを下記の日程で休止します。休止期間中に証明書が必要な場合は、戸籍住民課、市民税課、または各振興局地域住民課の窓口をご利用ください。

休止対象の証明書	住民票の写し、住民票記載事項証明書 印鑑登録証明書、所得証明書 課税証明書／非課税証明書
休止期間	9月16日(火)～22日(月)

※日程は変更する場合があります。

【問】 戸籍住民課 ☎53-4053 FAX 26-9115

住民票の写し等の 様式が変わります

9月16日から、松阪市の住民記録システムを国の定める標準仕様に準拠したシステムに変更します。変更に伴い、住民票の写しなどの証明書に表記される内容や様式が変わります。詳細は市ホームページをご確認ください。

【問】 戸籍住民課

☎53-4053

FAX 26-9115



◀ 市ホームページはこちら

税の各種証明書等の 様式が変わります

9月16日から、松阪市の税業務システムの変更に伴い、所得証明書などの税の各種証明書に表記される内容や様式が変わります。詳細は市ホームページをご確認ください。



【問】 市民税課

☎53-4026

FAX 26-9114



◀ 詳しくはこちら

オリジナルナンバープレートを 交付中!

従来のナンバープレートに加え、ちゃちゃもデザインのオリジナルナンバープレートを交付しています。

●対象車種／原動機付自転車・ミニカー・
小型特殊自動車

●交付場所／市民税課、各振興局地域住民課

	必要書類	交付費用
新規、譲受 による登録	販売証明書または 譲渡証明書	無料
ナンバー 再交付	旧ナンバープレート、 標識交付証明書	200円

※受付順に交付するため、番号は選べません。

※再交付はナンバー盗難・破損等の場合に限りです。



市ホーム
ページは
こちら

【問】 市民税課 ☎53-4026 FAX 26-9114

老齢年金の請求手続きについて

年金の受給資格期間が10年以上ある方が一定の年齢に達すると、老齢年金を受け取ることができます。

＜請求書の送付＞

年金の受給権が発生する方には、受給開始年齢に到達する約3カ月前に、年金請求書が日本年金機構から届きます。

＜請求書の提出先＞

年金請求書に必要な事項を記入し、添付書類とともに、受給開始年齢の誕生日の前日以降にご提出ください。

●提出先／

年金記録が1号 被保険者のみの方	●市役所保険年金課 ●各振興局窓口 ●松阪年金事務所
上記以外の方	●松阪年金事務所

※年金事務所は要予約

※一部の方は、マイナンバーカードを利用してスマートフォン等での電子申請(マイナポータル)が可能です。

＜年金の受け取り＞

年金請求書の提出から約1～2カ月後に「年金証書・年金決定通知書」が日本年金機構から届き、さらにその約1～2カ月後に、「年金振込通知書・年金支払通知書」等が届き、年金の受け取りが始まります

詳しくは日本年金機構のホームページにてご確認ください。なお、共済年金に加入していた方は手続き方法が異なる場合があります。

【問】 保険年金課
☎53-4044 FAX 26-9113
松阪年金事務所
☎51-5115 FAX 52-1611



▲
詳細はこちら

野生動物による 農作物被害をなくすために

近年では、シカやイノシシの出没が多い中山間地域だけでなく、市街地など住宅地付近でもタヌキやアライグマなど野生動物による農作物被害等が広がっています。被害をなくすためには、野生動物を寄せ付けない環境づくりが大切です。

- ・生ごみや農作物残渣、放任果樹を放置しない
- ・ペットの小屋まわり等ではエサを放置しない
- ・ごみ置き場では、ゴミ出しマナーを徹底する
- ・お墓のお供え物は持ち帰る など

【問】 農水振興課 ☎53-4192 FAX 22-0931

9月は健康増進普及月間です ～いつでも気軽に健康づくり～

松阪市では、市民のみなさんが健康づくりに取り組んで頂けるように、動画を作成しています。医師による健康講話やレシピの紹介、手軽にできる運動の紹介等、いろいろな内容をご用意しています。ぜひ、動画をご覧ください、健康づくりにお役立てください。

松阪市 動画で健康づくり

検索



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

▲
詳細はこちら

「南部 福祉まるごと相談室」の開設



新たに大石・茅広江・射和地区を担当とする「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	9月26日(金)
開設場所	茅広江市民センター内(茅原町)
開設時間	平日 午前9時～午後5時まで (土日・祝日・年末年始を除く)
相談方法	来所、電話、FAX、メール
問い合わせ	☎34-0155 FAX 34-0156 ✉marugoto.nanbu@city.matsusaka.mie.jp

松阪市 福祉まるごと相談室

検索



【問】
健康福祉総務課
☎31-1926 FAX 26-9113

▲市ホームページ
はこちら

10月はピンクリボン月間です。

ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝えるシンボルです。

《乳がんマンモグラフィ日曜検診》

市内医療機関の協力を得て、日曜日に乳がんマンモグラフィ(視触診は希望者のみ)検診を実施します。



実施医療機関	済生会松阪総合病院 健診センターあさひ	松阪市健診センター びーす※視触診なし	松阪中央総合病院	桜木記念病院 ※視触診なし
問い合わせ申込	☎51-2626	☎23-7563	☎21-8248	☎21-5522
とき	10月19日(日)			12月28日(日)
対象	女性の方			
検診時間	午前7時半～正午	午前8時半～10時半	午前9時～正午	未定※(1)
予約開始日	9月8日(月)午前9時～	受付中	9月1日(月)～	11月4日(火)～
定員(要予約)	50人	20人	30人	20人
検診料金	● 無料クーポン券対象者:無料 ● 松阪市がん検診受診券利用者:1,500円 ※生活保護世帯・40歳以上の非課税世帯は無料 ● 上記以外:3,000円(自費)			

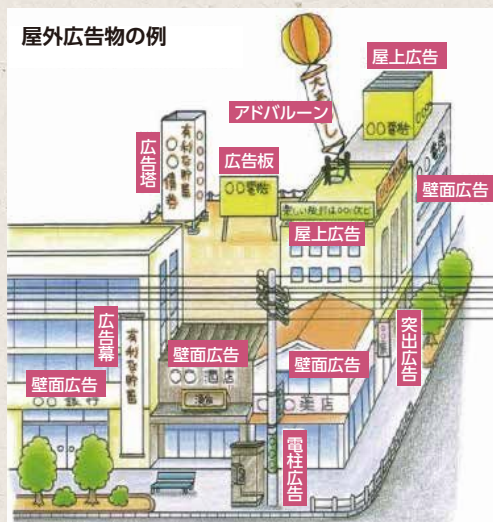
※(1) 予約開始日が近づいたら、病院ホームページにてご確認ください。

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

屋外広告物適正化旬間

屋外広告物の適正化について意識啓発を図るため、毎年9月1日～10日を「屋外広告物適正化旬間」として定めています。良好な景観形成、危険防止のため、屋外広告物は適正に設置・管理しましょう。

【問】 都市計画課 ☎53-4199 FAX 26-9118



9月24日～30日は 結核・呼吸器感染症予防週間です！ ～65歳以上の方は、結核の早期発見のため、 結核検診(肺がん検診)を受けましょう～

現在、新たに結核と診断される方の約5割は、80歳以上の方です。結核の早期発見は、本人の重症化を防ぐためだけでなく、大切な家族や職場等への感染拡大を防ぐためにも重要です。65歳以上の方は、肺がん検診に結核検診も兼ねています。今年度、結核検診(肺がん検診)を受診されていない方は、早めに受診しましょう。

【問】

本庁	健康づくり課(健康センターはるる内) ☎31-1212 FAX 26-0201
嬉野・三雲	嬉野保健センター ☎48-3812 FAX 42-4945
飯南	飯南振興局地域住民課 ☎32-8020 FAX 32-3771
飯高	飯高振興局地域住民課 ☎46-7112 FAX 46-1092

広告

弁護士法人 心 電話・TV電話 相談対応

相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金
過払い金・借金・在留資格・企業法務・労務・刑事事件他

交通事故損害賠償額 過払い金 遺言書 障害年金
診断サービス 診断サービス 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。
●相談料(初回・遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・過払い金・借金以外)については、初回30分以降30分原則5,500円(税込) ※その他の費用は別途お見積り ※また本事務所は東京弁護士会所属で、<>外は各所属弁護士会です ※本社の開業には弁護士会の承認が必要で、費用はつきまわりますが、例外的に、また変更になる可能性もありますので、詳しくはホームページをご覧ください ※本広告は令和7年7月時点のもので、

相談料は頂きません(※) 夜間・土日祝相談可(※予約) 平日 9時～21時 受付
土日祝 9時～18時 受付
(12/31・1/3は除く、大型連休中の休業や臨時休業もご留意ください。詳細はHPをご覧ください)
↓
https://www.kokoro.law

0120-240-307

弁護士・スタッフ一丸となってサポートいたします！

松阪駅1分 津駅0.5分 近鉄四日市駅1分
弁護士法人心松阪法律事務所(三重弁護士会) 弁護士法人心津法律事務所(三重弁護士会) 弁護士法人心四日市法律事務所(三重弁護士会)

松坂屋名古屋店内 名古屋駅・岐阜駅 東京駅・大阪駅近く他

教育・講座 information

松浦武四郎記念館からのお知らせ

■企画展「好古家 武四郎」

好古家とは、^{まがたま}勾玉や古銭、石器などの古い物のコレクターや研究家を意味した明治時代ごろの言葉です。今回の企画展では、好古家武四郎のコレクションの数々を紹介します。

とき	8月1日(金)～9月28日(日) 午前9時～午後4時半
ところ	松浦武四郎記念館 展示室



●ギャラリートーク

とき	9月23日(火・祝) 午後2時～3時
----	--------------------

■武四郎講座「日本とロシアの国境をどこにするか 武四郎の白露国境建白」

松浦武四郎は幕末にロシアとの外交の最前線にあたる北海道や樺太(サハリン)南部を歩いて調べました。アイヌの人々は樺太中部の北緯50度近くまで暮らしており、幕末に日本とロシアの国境がどのように考えられていたかを武四郎の資料から読み解きます。

●講師／松浦武四郎記念館 館長 ^{やまもと めい} 山本 命さん

とき	9月14日(日) 午前10時～11時
ところ	松浦武四郎記念館 多目的室
定員	60名(申込不要、先着順受付)
参加費	110円(入館料お支払いの方は不要)

【問・申】 松浦武四郎記念館 ☎56-6847 FAX 56-7328
※9月の休館日は1日、8日、16日、22日、24日、29日、30日～10月2日

危険物取扱者試験(乙種第4類) 予備講習会

令和7年度後期危険物取扱者試験(乙種第4類)を受験する方に、消防法令、基礎的な物理・化学及び危険物の性質・消火方法について、予備講習会を開催します。

とき	10月10日(金) 午前9時～午後5時
ところ	嬉野生涯学習センター(嬉野町)
定員	先着50人(受講料無料)
テキスト	教科書2,190円(税込)※受付時に販売(現金のみ)
申込期間	9月3日(水)～30日(火)
申込方法	直接、消防本部予防課窓口へ

【問・申】

消防本部予防課
☎25-1412 FAX 21-3080



詳しくはこちら

はるる健康講座 食事編

「今日からできる減塩生活」

食塩摂取の適正量や、食生活での減塩方法をご紹介します! *どちらかの日程をお選びください。

とき	①9月26日(金) 午前10時～11時半	②10月9日(木) 午前10時～11時半
ところ	健康センターはるる(春日町)	
内容	講話、ミニ調理実習と試食(ゆで鶏の油淋鶏風 他)	
対象	市内在住20歳以上の方	
定員	各日先着25人	参加費 無料
持ち物	エプロン、三角巾、筆記用具、マスク(調理時) はるる健康づくりポイントカード(お持ちの方)	
申込期間	9月10日(水)～19日(金)	
申込方法	申込フォーム、または電話で健康づくり課へ	

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



申込フォームは
こちら



食育推進料理教室「給食をつくろう!!」 ～幼稚園給食～

給食のメニューを調理しながら、栄養の知識を身につけましょう!

とき	10月18日(土) 午前10時～12時半		
ところ	健康センターはるる(春日町)		
内容	講話、調理実習(マーボー豆腐他)		
対象	市内在住の年長児と保護者		
定員	先着10組	参加費	1人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	9月10日(水)～10月10日(金)		
申込方法	申込フォーム、または電話で健康づくり課へ		



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 FAX 26-0201

毎日カラダを動かそう! +10 いきいき健康ウォーキング 松阪市総合運動公園遊歩道コース (約4.0km)

自然豊かな公園内でウォ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。ぜひご参加ください。

とき	10月28日(火) 午前9時半～正午 (受付:午前9時～) ※雨天中止。判断が難しい場合は当日午前8時以降に下記問い合わせへ		
内容	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、歩きやすい服装、履きなれた運動靴でご参加ください。		
申込期間	9月10日(水)～10月24日(金)		
申込方法	申込フォーム、または電話で健康づくり課へ		

【問・申】 健康づくり課(健康センターはるる内)

☎31-1212 FAX 26-0201



申込フォームは
こちら



ダンスエクササイズ

音楽に合わせて楽しく体を動かしながら、心地よい汗を流しましょう。ストレス発散、筋力アップ、脂肪燃焼効果も期待できます。初心者の方も安心して楽しめます。

●講師/ミサ MISAさん(フィットネスクラブAMIYインストラクター)

とき	10月20日(月)午前10時～11時 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20～64歳		
定員	先着20人	参加費	無料
持ち物	飲み物、タオル、室内靴、運動しやすい服装		
申込期間	9月10日(水)～10月17日(金)		
申込方法	申込フォーム、または電話で健康づくり課へ		

【問・申】

健康づくり課

(健康センターはるる内)

☎31-1212 FAX 26-0201



申込フォームは
こちら

ラジオ体操DE健康まつさか ～はじめよう♪

1日たった3分でできる元気な体づくり～



「いつでも、どこでも、だれでもできる全身運動」と人気のラジオ体操☆テレビ放送や全国で活躍中の講師に効果的な体操の方法を教えてください。

●講師/岡本 美佳さん(NHKテレビ・ラジオ体操指導者)
杉井 勇介さん(NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント)

とき	11月9日(日) 午後1時半～3時		
ところ	三十三銀行アリーナ(立野町)		
対象	市内在住の方、親子での参加也大歓迎 ※小学生以下の方は保護者の付き添いが必要です。		
定員	先着80人	参加費	無料
持ち物	飲み物、タオル、室内靴、運動しやすい服装、 ※室内靴がないとご参加いただけません。		
申込期間	9月10日(水)～10月31日(金)		
申込方法	申込フォーム、または電話で健康づくり課へ		

【問・申】

健康づくり課

(健康センターはるる内)

☎31-1212 FAX 26-0201



申込フォームは
こちら

《健康応援プロジェクト》

●糖尿病や循環器疾患を予防し、血管を守る
生活習慣病予防の取り組みを推進します!

ちよいトレ+10

運動不足を感じている方へ、今より10分多くカラダを動かして健康になりましょう。おうちでできるストレッチ、筋力トレーニング、5分程度の有酸素運動をご紹介します。一緒に楽しみましょう!

とき	10月10日(金)午前10時～11時(受付:午前9時半～)		
ところ	嬉野保健センター(嬉野町)		
対象	市内在住の20～64歳		
定員	先着20人	参加費	無料
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、室内運動靴		
申込期間	9月10日(水)～10月7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		

【問・申】

嬉野保健センター

☎48-3812 FAX 42-4945



申込フォームは
こちら

広告

片付け仕事 不用品の処分 家具移動 タンス1本から 遺品整理

引越

のことなら 地元の当社に おまかせ下さい!!

<http://www.tsutaunyu.jp/>

見積り無料

小さなものからまるごと一軒

0120-28-3001

TSUTA TRANSPORT (有) づた運輸

松阪市松ヶ島町115-2

令和7年度 ウォーキングサポーター養成講座 ～ウォーキングの魅力を地域に広めよう～

ウォーキングサポーターとは、市主催のウォーキングイベント等で、参加者が安全に楽しくウォーキングを楽しめるようサポートするボランティアです。専門家からウォーキングに関する知識や正しい歩き方を学び、一緒にボランティアとしてウォーキング推進活動をしてみませんか？

●講師／^{かたやま やすとみ}片山 靖富さん(皇學館大学 教育学部 准教授)

	①講座と実習	②講座と実習	③イベントへ参加
とき	10月31日(金) 午前9時半～正午	11月5日(水)	11月28日(金)
内容	ウォーキングの 講話と運動実習	ウォーキングの 講話と運動 実習修了式	「いきいき健康ウォー キング」に参加して ウォーキングサポ ーターの活動を知ろう
ところ	三十三銀行アリーナ・松阪市中部台運動公園(立野町) ※①講座の受付は三十三銀行アリーナ		
対象	市内在住20歳以上の方で、講座2回(①②必須)と③イ ベントへ参加していただける方、講座修了後「松阪市ウォ ーキングサポーター」として活動していただける方		
定員	先着15人	参加費	無料
持ち物	動きやすい服装、履きなれた運動靴、体育館シューズ、 タオル、筆記用具、飲み物		
申込期間	9月10日(水)～10月28日(火)		
申込方法	申込フォーム、または電話で健康づくり課へ		

【問・申】

健康づくり課

(健康センターはるる内)

☎31-1212 FAX 26-0201



◀ 申込フォームは
こちら

なるほど 納得! 家庭介護教室

心身に負担をかけない家庭介護のコツを実技や体験を通して学びます。

とき	内容	講師
10月30日(木) 午後1時半 ～3時45分	講話・実技・体験実習・展示 ベッドから車椅子への移乗 歩行器等の福祉用具	松阪市民病院 理学・作業療法士 ダスキンヘルスレント 松阪ステーション
11月6日(木) 午後1時半 ～3時45分	講話・体験 寝たきりの方の口腔ケアの方法 介護食の形状や調理の工夫	松阪市民病院 歯科衛生士 管理栄養士
11月13日(木) 午後1時半 ～3時45分	講話・実技・体験実習 ベッド上での寝衣・おむつ交換 認知症の方の介護について 考える	松阪市民病院 看護師、認知症看護 認定看護師

●ところ／松阪市民病院2階 講義室(殿町)

●対象／高齢者等の介護をしている方、介護に関心のある方(1回だけの参加も可能)

●定員／各回先着30人 ●参加費／無料

●申込期間／9月10日(水)～ ※定員に達し次第締め切り

●申込方法／①電話、②申込フォーム、③高齢者支援課窓口(1階③)、④FAX(氏名、年齢、連絡先、住所、参加希望日程、家庭介護教室申込と記入)のいずれか

※松阪市民病院では申込受付できません。

【問・申】

高齢者支援課

☎53-4099 FAX 26-4035



◀ 申込フォームは
こちら

わくわく! 脳の活性化教室

認知症の基礎知識や気づきのポイント、予防についてお伝えします。脳の活性化につながるレクリエーションや体操など、楽しみながら認知症予防を学びましょう。

●講師／宇野胃腸内科・脳神経内科

作業療法士 ^{もり みずほ}森 瑞穂さん

※2回シリーズ

とき	①10月1日(水) ②10月15日(水) いずれも午後1時半～3時半
ところ	嬉野振興局 大会議室(嬉野町)
対象	おおむね65歳以上の方で①②両日参加できる方
定員	先着25人 参加費 無料
申込期間	9月10日(水)から※定員に達し次第、締め切り。
申込方法	電話、またはFAX(氏名、年齢、連絡先、住所、わくわく! 脳の活性化教室申込と記入)で高齢者支援課へ

【問・申】 高齢者支援課 電話53-4099 FAX 26-4035

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／^{ひやくさい}百済 はつえさん(みどりクリニック)

とき	①10月7日(火) 午後1時半～3時半	②10月21日(火) 午後1時半～3時半
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(春日町)	
定員	先着25人	
対象	おおむね65歳以上の方で①②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	10月6日(月)	
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 FAX 26-4035

今月の納期限は
9月30日(火)

納付は納期限までに済ませましょう。
国民健康保険税(4期)

日曜・夜間納税相談窓口のお知らせ

●日曜窓口／9月はありません

●夜間窓口／9月はありません

収納課(殿町)での開設です。各振興局では開設しません。

【問】 収納課 ☎53-4021 FAX 26-9114

介護保険料(4期)

【問】 介護保険課 ☎53-4090 FAX 26-4035

後期高齢者医療保険料(3期)

【問】 保険年金課 ☎53-4092 FAX 26-9113

令和7年度 後期 嬉野公民館生涯学習講座

講座名	とき	定員	内容	講師(敬称略)
楽々ストレッチ体操 (8回コース)	10月～2月の毎月第1・3水 午前10時半～11時半	15人	ストレッチで転びにくい身体に	みやた まりえ 宮田 真里枝
やさしいヨガ教室 (8回コース)	10月～2月の毎月第2・4水 午前10時～11時半	15人	初心者でも簡単。 体をゆっくりにほぐしながらのヨガ教室	のぎき かずみ 野崎 和美
脳トレ体操 (8回コース)	10月～2月の毎月第1・3火 午後1時～2時半	15人	頭を使いながらのストレッチで 認知症予防	なりた いくよ 成田 郁代
足もみ健康講座 (8回コース)	10月～2月の毎月第2・4火 午前10時～11時 ※教材費:660円	15人	健康は足から。 自己治癒力や免疫を高めましょう	すずき あきよ 鈴木 章代
筆文字講座	10月～2月の毎月第1・3火 午後1時～2時半 ※教材費:500円程度	12人	筆ペンで、味と温もりのある絵や書を 自由に書いて楽しもう!	なかむら みどり 中村 緑

(※)申込多数の場合は抽選

ところ	対象	定員(※)	受講料
嬉野公民館(嬉野町)	市内在住または在勤の方	各講座:15人	無料

●申込方法/9月5日(金)～13日(土)午前9時～午後5時までに、直接嬉野公民館へ。(電話・郵送・FAX不可・木曜日休館)

【問・申】 嬉野公民館 ☎48-1811 FAX 48-1232

※ハガキ持参でお願いします。

あなたの力を地域の支え合い活動に活かしませんか
～生活支援サービス担い手研修～

電球交換やゴミ出しなど高齢者の生活の困りごとを助け合う活動を知ってみませんか。研修修了後に、団体に登録して実際に活動していただくことも可能です。

とき	(1)10月16日(木) 午後1時半～3時半 (2)10月21日(火) 午後1時半～3時40分 (3)10月23日(木) 午後1時半～3時半
ところ	松阪市福祉会館 3階大会議室 (殿町)
内容	(1)支え合い活動による生きがいづくり (2)認知症の理解・コミュニケーション術 (3)生活支援の方法
定員	先着20人 参加費 無料
対象	高齢者の支えあい活動に関心のある 市内の18歳以上の方
申込締切	9月10日(水)～※定員に達し次第、締め切り
申込方法	①電話、②申込フォーム ③高齢者支援課窓口(1階③)のいずれか

※3日間参加いただいた方には修了証をお渡します。

【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035

申込フォームは
こちら

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	9月28日(日)午前9時～正午
ところ	松阪公民館(船江町)
内容	心肺蘇生法、AED使用法など
定員	先着30人 参加費 無料
申込期間	9月10日(水)～18日(木) 最終日午後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。

松阪消防

検索

ホームページは
こちら

【問・申】 松阪南消防署 ☎21-6014 FAX 23-3258

広告

コミュニティチャンネル 地デジ 12ch

地域情報番組 ニュースMCTV
月曜～金曜 午後6:00～初回放送海・河川・道路 情報ライブカメラ
各地の状況をリアルタイムでお届け

ケーブルスマホ おすすめ 2GB 月額 990円～

NTTドコモ・auの回線を利用しているから安心!
今お使いのスマホそのままケーブルスマホに変更できます!
キャンペーン実施中! 詳しくはお問い合わせください!

ご自宅で相談しながら
ゆっくりお申し込み!電話番号もそのまま!
乗り換え手続きも
しっかりサポート!番組
放送時間

MCTV 松阪ケーブルテレビ・ステーション(株)

電話 0120-378-993

受付時間 月～金曜日(祝日除く) 午前9:00～午後5:30

ケーブル
スマホ

募集
information「第19回 美し国三重市町対抗駅伝」
松阪市代表選手募集!

●参加資格／※詳細は市ホームページへ

対象	出場資格	人数
小学生男子・女子	小学5・6年生	若干名
中学生男子・女子	中学1年～3年生	若干名
ジュニア男子・女子	平成18年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた方	若干名
ジュニア以上男子・女子	平成22年4月1日以前に生まれた方	若干名
一般女子	中学生以上の女性の方	若干名
40歳以上男子	昭和61年4月1日以前に生まれた男性の方	若干名

選考方法／選考レースと書類審査

●選考レース／日程:11月24日(月・祝)

会場:中部台運動公園トリムコース

●申込締切／9月30日(火)【必着】

●申込方法／選考申込書に必要事項を記入し、スポーツ課へお申し込みください。

※選考申込書は、スポーツ課にあります。

※市ホームページからもダウンロードできます。

市ホームページ
はこちら

「第19回美し国三重市町対抗駅伝」

とき	令和8年2月15日(日) 午前8時45分～(雨天決行)
コース	県庁前(津市)～「三重交通G スポーツの杜 伊勢」陸上競技場(伊勢市)【10区間42.195km】

【問・申】

スポーツ課

☎53-4391

FAX 25-0133

「スポーツのチカラプロジェクト「夢の学校」
四十住さくら選手によるスケートボード教室」
参加者募集!●先生／第一生命保険株式会社 所属
四十住 さくら 選手(東京五輪スケートボード
女子パーク優勝、パリ五輪代表)

とき	10月12日(日) 午後1時半～3時50分 ※雨天延期の場合10月13日(月・祝)
ところ	松阪市総合運動公園 スケートパーク(山下町) ※2日間ともに雨天の場合は ワークセンター松阪(上川町)
対象/定員	小学1年生～高校3年生 合計20人(10人×2回)
応募条件	1.5m以上の高さのあるボールでドロップインが 出来、且つ、下記3つのトリックが出来る方 ①インターフェイキー ②テールタック ③ストール
参加費	無料
申込締切	9月24日(水)
申込方法	申込フォーム

※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

※市内在住・在学者を優先とします

【問・申】 スポーツ課 ☎53-4391 FAX 25-0133



四十住さくら選手

申込
フォームは
こちらスタジアムで
始球式、ダンス披露しませんか?

10月16日(木)からドリームオーシャンスタジアムで「伊勢神宮奉納社会人野球第73回JABA伊勢・松阪大会」が行われます。社会人の強豪チームが集うこの大会で始球式、ダンス披露をしてみませんか?

	始球式	ダンス披露
とき	10月18日(土) ※大会3日目 午前9時(第1試合)	午後1時頃(第2、第3試合の間)
対象	市内在住・在勤・ 在学の2人1組	市内を中心に活動する小学生 以下で10名程度のグループ
申込締切	9月22日(月) ※複数希望がある場合は抽選で決定	
申込方法	申込フォーム	

【問・申】

スポーツ課

☎53-4402 FAX 25-0133

申込
フォームは
こちら

広告

住宅型有料老人ホーム
リールホーム松阪

■月額利用料! 3万円台～(要介護1の場合) **ご入居相談承り中!**

■敷地内ヘルパー・デイサービス併設!

ご希望に応じてご利用いただけます。職員(パート・社員)も積極採用中!

■日中は看護師が常駐しており、ご持病をお持ちの方も安心してご利用いただけます。

まずは担当までご相談ください。
住所: 垣鼻町1023-10 tel: 0598-50-5101
担当: 伊勢谷・東川

リールステージHP

広告

不動産のことならおまかせ下さい
売却不動産募集中!

賃貸 売買 仲介

不動産の管理・活用

夢を叶える **株式会社 オーミヤ建設**

三重県知事(4)第3068号全国宅地建物取引業保証協会会員 / 三重県宅地建物取引業協会会員

松阪市中央町384-1 松阪警察署まえ

お問い合わせ ☎0598-30-5566

スポーツの秋です！ 市長杯各種大会の参加者を募集します！！

【問】 スポーツ課 ☎53-4402 FAX 25-0133

(※1)定員を超えた場合、抽選になる可能性があります。(※2)参加費は1チームあたりの金額です。

●ソフトバレー

とき	10月12日(日)	
ところ	三十三銀行アリーナ(立野町)	
参加資格	中学生以上の方 (市内在住、または在勤・在学している方) ①トリムの部(3部門) 男女各2人 ※男性に代わる女性の出場は認める ②レディースの部 女性4人	
定員 (※1)	トリムの部(フリーの部)	12チーム
	トリムの部(40歳以上の部)	12チーム
	トリムの部(60歳以上の部)	6チーム
	レディースの部	6チーム
参加費 (※2)	1,000円 ※市外在住の方(市内在学・在勤は除く)を半数以上含む場合は2,000円	
申込締切	9月26日(金)	
申込方法	申込書を記入し下記住所へ郵送	

【問・申】 松阪市バレーボール協会競技委員長 担当:永田
〒515-0818 松阪市川井町568-2
☎090-6767-0065 FAX 25-0133

●フットサル

とき	10月12日(日) ※予備日10月19日(日)	
ところ	アスキーフットサルパーク松阪(久保町)	
参加資格	エンジョイ大会の趣旨を理解して 参加できるチーム、高校1年生以上	
定員(※1)	12チーム	
参加費(※2)	2,000円	
申込締切	9月30日(火)	
申込方法	委員長:河端宛にメール (チーム名、代表者住所、氏名、電話番号を明記)	

【問・申】
松阪市サッカー協会フットサル委員会 委員長:河端
✉kawabata@verdelaco.jp

●ゴルフ

とき	11月7日(金)	
ところ	西日本セブンスリーゴルフクラブ(嬉野島田町)	
参加資格	①市内在住・在勤の方、 ②市内在住・在勤を含む1組	
定員	40組(160人) ※定員になり次第締切り	
参加費	プレー代 7,877円(消費税込)、 参加費1,100円(税込)	
申込締切	10月20日(月)	
申込方法	代表者住所、氏名、 電話番号を明記の上電話、またはFAX	

【問・申】
西日本セブンスリーゴルフクラブ
☎42-1212 FAX 42-6161



市ホーム
ページは
こちら

●グラウンド・ゴルフ

とき	11月9日(日) 午前8時半～正午(予定)	
ところ	総合運動公園多目的広場第1(山下町)	
参加資格	松阪市在住又は在勤で、18歳以上の方	
定員(※1)	288人	
参加費	一人500円	
申込期間	9月8日(月) 午前9時～16日(火) 午後5時必着	
申込方法	別紙申込書に必要事項をご記入の上、 ①FAX②郵送③持参のいずれかの方法で スポーツ課へ(申込書はスポーツ課、 各教育事務所、各市民センターにあります。 スポーツ課ホームページからダウンロード可) ※FAXで申込まれた方は、必ずスポーツ課へ 確認の電話をしてください。	

【問・申】
スポーツ課
☎53-4391 FAX 25-0133



市ホーム
ページは
こちら

第40回 B&G杯ビーチボールバレー大会

とき	10月11日(土) 午前9時～	
ところ	飯高B&G海洋センター(飯高町七日市)	
対象	小学生以上の4～6人で構成するチーム。 (審判は参加者で行う)	
定員	先着16チーム	
参加費	一般…290円 中学生以下…140円	
申込締切	9月19日(金)	
申込方法	申込フォーム※詳しくは、市ホームページへ	



市ホームページは
こちら



申込
フォームは
こちら

【問・申】 西部教育事務所 ☎32-2300 FAX 32-2557
✉kyo.seibu@city.matsusaka.mie.jp

「看護師復職支援研修会」 参加者募集

とき	①10月16日(木) 午前9時半～11時半	②10月24日(金) 午前9時半～11時半
内容	採血・点滴・輸液ポンプ の取り扱い	BLS(人工呼吸器・自動 心臓器・モニター紹介 も含む)
ところ	松阪市民病院(殿町)	
対象	看護師の資格を有し、 現在離職中で復職をお考えの方	
定員	5人程度	
申込期間	9月18日(木)～10月9日(木)	
申込方法	市ホームページ	

【問・申】
市民病院看護部
☎23-1515 FAX 21-8751



市ホーム
ページは
こちら

障がい者計画 策定委員会委員の募集

第6期松阪市障がい者計画に市民の皆さんのご意見を反映していくために、策定委員会の委員を次のとおり募集します。

応募資格	・市内に在住し、障がい者福祉の取組に関心 および熱意があり、議員または公務員でない方。 ・5回程度の会議に出席できる方 ※市のほかの委員会委員でない方を優先すること があります。
任期	令和7年11月～令和9年3月
募集人員	3人以内
応募締切	9月30日(火)
応募方法	申込フォーム、または応募用紙※に必要事項を 記入し、直接または郵送で障がい福祉課へ。

※応募用紙は、障がい福祉課の窓口、または市ホームページからもダウンロードできます。

【問・申】

障がい福祉課

☎53-4059 FAX26-9113



申込
フォームは
こちら

令和7年度 子育てにやさしい 事業所の認定・表彰について

松阪市では、市民や地域、従業員に対する子育て支援の取組を積極的に進めている事業所を「子育てにやさしい事業所」として認定・表彰しています。既に認定を受けている事業所でも、新規の取り組みに着手されれば、ランクアップする場合がありますので、ぜひご応募ください。

募集締切	9月30日(火)
------	----------



応募は
こちらから



令和6年度
子育てにやさしい
事業所一覧

【問・申】

こども家庭センター(健康センターはるる内)

☎20-8087 FAX 26-0201

令和8年度納税通知書用封筒 「広告主」を募集

市の財源確保の取り組みの一環として、広告主を募集しています。広告掲載場所や申込方法、広告掲載仕様書などの詳細については市ホームページをご確認ください。

申込期間	9月1日(月)～9月30日(火)
募集する 封筒	固定資産税・都市計画税、市民税・県民税、 軽自動車税、3税目各々の納税通知書用封筒

【問】

資産税課

☎53-4033 FAX26-9114



市ホーム
ページは
こちら

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	9月29日(月)
相談時間	①午前10時半～、②午後1時～、③午後2時半～
ところ	大石市民センター(小片野町)
対象	市内在住のひきこもりに悩むご本人やご家族
定員	3人(要予約) ※1人1時間程度
申込締切	9月26日(金)
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

■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。

ひきこもり地域支援センター そ・えーる

検索

【問・申】

ひきこもり地域支援センター そ・えーる

☎31-1922 FAX 26-9113

健康福祉総務課 ☎31-1926



▲詳しくはこちら

子育て世帯の

離婚・DV・児童虐待等に関する 法律相談を実施

弁護士資格を有する市職員が、法律相談に同席し、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。)



とき	① 9月 5日(金) 午前10時～ ② 9月19日(金) 午後1時半～ ③10月 3日(金) 午前10時～ ④10月17日(金) 午後1時半～
ところ	健康センターはるる (春日町)

【問】

こども家庭センター

☎30-8666 FAX 26-0201



市ホーム
ページは
こちら

物忘れ相談会のお知らせ



とき	10月16日(木) 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(1階③)へ

【問・申】 高齢者支援課 ☎53-4099 FAX 26-4035

75歳以上のドライバー ドラレコ運転診断募集

ドライブレコーダーを装備した教習車を運転して、教習指導員から運転のアドバイスを受けます。(※家族の同乗も可)

**参加
無料**

ところ	松和自動車学校 (大口町)	松阪自動車学校 (松ヶ島町)
とき ※1回 1時間程度	10月18日(土) 午前10時～、11時～ 10月25日(土) 午前10時～、11時～ 11月8日(土) 午前11時～	10月16日(木) 午前10時～、11時～ 10月21日(火) 午前10時～、11時～ 10月23日(木) 午前10時～
対象	市内在住の75歳以上で運転免許証保有の方 ※運転免許証更新期限が令和7年10月1日～ 令和8年4月30日までの方を除く。	
定員	各開催時間 先着6人	
申込締切	9月24日(水)	
申込方法	電話で地域安全対策課まで	

【問・申】 地域安全対策課 ☎53-4061 FAX 22-1057

成年後見制度、利用したらどうなる？ ～後見人が語る制度のこと～

どんな時に制度の利用を考えたら良い？
生活はどうなる？事例から制度を学べる内容です。

とき	10月5日(日) 午後1時半～3時半(開場:午後1時)
ところ	産業振興センター(本町)
内容	第一部:<事例1>障がいのある方のケース 制度について・誰が後見人に?生活は?等 第二部:<事例2>認知症のある方のケース 利用手続きについて・治療はどうする?等
定員	先着150人
参加費	無料
申込期間	9月30日(火)まで
申込方法	申込フォーム、または電話で成年後見センターへ

【問・申】

松阪市成年後見センター
☎31-3001 FAX 23-3359

✉chiiki-kouken@matsusakawel.com

高齢者支援課 ☎53-4088 FAX 26-4035



申込
フォームは
こちら

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6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 FAX 26-4035

催しイベント
information

松阪市制20周年・レディオキューブ開局40周年記念事業 おやじバンド合戦～松阪の陣～ 出場バンド決定!!

16年ぶりに復活開催する「おやじバンド合戦～松阪の陣～」の本選出場バンドが決定しました!大人のコピーバンドによる熱い演奏をぜひご堪能ください!
チケットは、現在好評販売中です!



とき	10月12日(日) 午後1時～6時半(予定) 開場:12時半
ところ	クラギ文化ホール(川井町)
出場バンド	オーバーヒート(松阪市) 竹内組(松阪市)/ザ・サークル(松阪市) トリオTHEかたぎ家(松阪市) ブルースC.(カンパニー)(松阪市) BLUE SKY?(松阪市)/矢沢團(松阪市) ???????滅相ないでth(名古屋市) 杉田MIZUTEPOU(津市)/Zura(名古屋市) ※詳細はホームページへ
ゲストバンド	Shigeo Hendrix & Kerai
チケット料金	1,000円(全席自由)
販売場所	クラギ文化ホール管理事務所(火曜休館) 嬉野ふるさと会館(月曜休館) FM三重 チケットぴあ(Pコード:303986)
放送予定	10月26日(日) 午後6時～6時55分 FM三重で放送(予定)

【問】

クラギ文化ホール

☎23-2111 FAX 23-2114

FM三重 おやじバンド合戦係

☎059-225-5533

(平日午前9時～午後5時半 祝日を除く)



詳しくは
こちら

三井家発祥地(本町)の 市主催特定公開を実施

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。

特定公開日	10・11 月の毎週日曜日、祝日 午前10時～午後4時
-------	--------------------------------

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。※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

FAX 22-0003



松阪市制20周年記念事業 「新・BS日本のうた」 公開収録



素晴らしい名曲の数々を豪華な出演者がたっぷりとお届けします。詳細は、NHKのホームページをご確認ください。

とき	10月16日(木) 開場:午後5時50分 開演:午後6時半 終演:午後8時半(予定)
ところ	クラギ文化ホール(川井町)
主催	NHK津放送局、松阪市
出演予定	<ゲスト>市川由紀乃、大江裕、辰巳ゆうと、 寺本圭佑、中西りえ、松阪ゆうき、山川豊、 山口ひろみ、山崎ていじ、山西アカリ 他(50音順) <司会>佐々木芳史アナウンサー
入場料	無料 ※要事前申し込み
申込方法	NHKサイトの専用申込フォーム
申込締切	9月18日(木) 23時59分
放送予定	放送は決まり次第、NHK津放送局のホームページでお知らせします。



申込フォームは
こちら



詳しくは
こちら

【問】 NHK津放送局 ☎059-229-3000
(平日午前9時半～午後6時)
クラギ文化ホール(火曜休館)
☎23-2111 FAX 23-2114

ワンコインコンサートin松阪 vol.32 チェロ 上村 文乃

7年間の留学を経て豊富なレパートリーを持つ稀有なチェリストが、ワンコインコンサートに登場。音楽によって「誰かと繋がる」ことを信条とするその演奏から、彼女が吸収してきた古今東西の知識の一端に触れ、同じ景色を覗いてみませんか。

とき	9月20日(土) 開場:午前10時45分 開演:午前11時半、終演:お昼12時半(予定)
ところ	クラギ文化ホール(川井町)
入場料	500円(チケットレス)

※前売券はありませんので当日入場の際にお支払いください。

※入場の対象は小学生以上です。当日配布のプログラムを持参すると、周辺店舗にて割引等のちょっと嬉しい特典サービスあり!コンサート後にぜひどうぞ!

【問】
クラギ文化ホール
☎23-2111
FAX 23-2114



第十二回松阪市民能

とき	11月2日(日) 開場:午後4時半 開演:午後5時 終演:午後7時半(予定)
ところ	農業屋コミュニティ文化センター(川井町)
内容	第一部:松阪市民による能楽発表会 松阪子ども能楽教室 第二部:能楽鑑賞会(観世流) 舞囃子 野守 能 葵上
入場料	1,000円(全席自由)
チケット発売日	9月17日(水)から
チケット取扱所	クラギ文化ホール管理事務所(火曜休館) 松阪能楽連盟 上森 ☎23-1935

【問】
クラギ文化ホール
☎23-2111 FAX 23-2114
松阪能楽連盟
上森 ☎23-1935



9月10日～16日は 自殺予防週間です!

9月10日は世界自殺予防デーです。自殺対策基本法では、9月10日からの1週間を自殺予防週間と定めています。松阪市でも、「誰も自死に追い込まれることのない社会」の実現に向け、啓発活動に取り組んでいます。

《自死対策に関するパネル展》

とき	9月1日(月)～16日(火)
ところ	松阪市役所1階ロビー

《健康・生活・こころと法律の合同相談会》

とき	9月25日(木) 受付時間:午後1時～3時 相談時間:午後4時まで
ところ	産業振興センター3階(本町)
内容	①保健師による健康相談 ②マーベルの相談支援専門員によるこころの相談 ③人権擁護委員による人権相談 ④司法書士による借金問題、成年後見等の相談 ⑤弁護士資格を持つ市職員による法律相談 ⑥地域包括支援センター職員による介護相談 ⑦生活相談支援センター職員による生活困窮(経済的困窮・社会的孤立等)の相談 ⑧いじめ、生活保護、DV、ひきこもり等の相談
参加費	無料
対象	松阪市民

※直接会場へお越しください。

※法律相談は1件30分程度です。

【問】 人権・多様性社会課
☎53-4017 FAX 26-4035

とき	10月18日(土)【雨天順延】 午前11時～午後3時半
ところ	鈴の森公園(外五曲町)
内容	松阪しょんがいが音頭と踊り、松阪市内小中学生の子どもしょんがいが踊り、響座、よさこい彩芽、松阪鈴おどり、結里花、簗紗をり、松阪しょんがいがソーラン、三重中学校・高校ダンス部「SERIOUS FLAVOR」、大抽選会 ほか

A wide-angle photograph of a festival performance on a grassy field. Numerous participants in blue and white traditional Japanese clothing are arranged in a circle, performing a synchronized dance or movement. In the background, a small, decorated cart or stage is visible, along with trees and a clear blue sky.

**入場
無料**

とき	9月28日(日) 午前10時～正午
ところ	橋西市民センター(川井町)
内容	子どもから高齢者まで遊べるゲーム、交流カフェ、 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
対象	どなたでも参加できます。

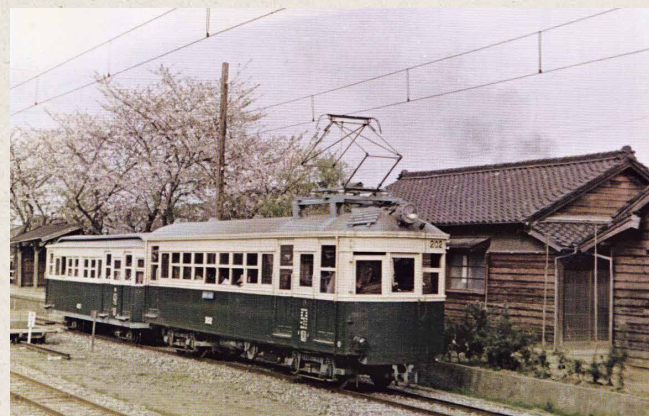
松阪実行委員会



とき	9月13日(土)～11月30日(日) 午前9時～午後4時半(10月からは午後4時まで)
ところ	歴史民俗資料館(殿町)
入館料	一般150円、6歳以上18歳以下70円
休館日	月曜日(祝日を除く)、祝日の翌平日

●講師／^{きのもと}木野本 ^{かずゆき}和之(松阪市文化財センター職員)

【問】 歷史民俗資料館 ☎・FAX 23-2381



「第66回 松阪市
美術展覧会」開催

**入場
無料**



	とき	ところ
第1部 【絵画、彫刻・工芸】 【特別企画】 デザイン・イラスト	10月5日(日) ～12日(日) 午前9時半～午後4時半 (最終日午後3時まで)	文化財 センター (外五曲町)
第2部 【写真、書道】 【特別企画】スマホ写真 【子どもワークショップ】	10月26日(日) ～11月2日(日) 午前9時半～午後4時半 (最終日午後3時まで)	

【問】 文化課 ☎ 53-4397 FAX 22-0003



日本の未来をつくるために必要な大切な調査です。ご回答をお願いいたします。

国勢調査2025

調査期日

令和7年 10月1日

5年に一度、全員参加の統計調査 実施します

国勢調査は、統計法(平成19年法律第53号)に定める基幹統計調査として、国内の人口・世帯の実態を把握し、各種行政施策などの基礎資料を得ることを目的としています。

調査の対象 令和7年10月1日現在で、日本国内にふだん住んでいるすべての人(外国人を含む)

調査の項目

①世帯について

4項目「世帯員の数」など

②世帯員について

13項目「男女の別」「出生の年月」「学業・就業」など



詳しくは
こちらを
CHECK!

調査の流れ



STEP 1 調査票の配布

調査員が訪問し、調査票の入った封筒をお渡しします。

- ①世帯主または世帯の代表者の氏名
- ②必要な調査票の枚数の2つをお聞きます。

<配布期間> 9月30日(火) まで

STEP 2 調査票の回答

調査票が配布された世帯は次の3つのいずれかの方法で回答してください

インターネット回答 \ おすすめ! /

スマホ、タブレットならQRコードを読み取って、すぐに入力できます。

<回答期間> 9月20日(土) ▶ 10月8日(水)

インターネット
回答が便利です

郵送回答

調査員から配布された紙の調査票を、同封の返信用封筒でポストへ投函できます。

<回答期間> 10月1日(水) ▶ 8日(水)

調査員提出

調査員に直接紙の調査票を提出できます



回答確認の訪問

回答期限が過ぎても回答の確認ができない世帯は、調査員が再度訪問し、回答依頼を行います!

<訪問期間> 10月27日(月) まで



【問】 経営企画課 ☎ 53-4314 FAX 22-1377





9月20日～26日は動物愛護週間です。

動物愛護週間は、命ある動物の愛護と適正な飼養についての関心と理解を深めるために定められています。



27

飼い主の皆さんへ

動物を飼うということは、その命とともに動物の一生分の幸せを預かるということでもあります。動物が快適な環境で暮らし、一生を幸せに過ごせるように、毎日愛情をこめて世話をし、動物にとって一番の飼い主になりましょう。

また、近隣に迷惑をかけないように、ルールやマナーを守り適切に飼いましょう。

「多頭飼育」にご注意を!

「ペットは家族」の考えが広がり、犬や猫など複数の動物を飼う人が増えています。その一方で、ペットが増えすぎて飼い主も動物も不幸になってしまう「多頭飼育崩壊」が相次いでいます。特に猫は繁殖力が極めて高く、1回に2～6匹、年に3回出産することもあります。複数のペットを飼う場合は、必ず不妊去勢手術を受けさせましょう。

飼い主のルールとマナー

- ・動物の遺棄・虐待は犯罪です。違反すると、懲役や罰金に処せられます。
- ・犬の放し飼いはしないでください。猫についても室内飼いを推奨しています。
- ・鳴き声や臭い、フン尿などで近隣に迷惑がからないように配慮しましょう。
- ・犬を散歩させる時は、リード等でつなぎ、必ず飼い主がフンを持ち帰ってください。

ペットのための防災対策

日頃から災害への心構えと事前の備えが必要です。

- ・ペットの避難方法や緊急時のペットの預け先など、日頃から家族で話し合っておきましょう。
- ・無駄吠えやケージなどに入ることを嫌がらないなど、基本的なしつけをしておきましょう。
- ・首輪に鑑札や迷子札をつけておきましょう。
- ・餌や水(1週間分)、ケージ、トイレ用品など、ペット用の避難セットを準備しておきましょう。



三重県動物愛護推進センター「あすまいる」

「あすまいる」では、さまざまな理由で保健所に収容された犬や猫の譲渡を行っています。※「あすまいる」へのご来館は、事前電話による予約制となっております。

【問】 三重県動物愛護推進センター ☎059-253-1238 FAX 059-253-1525

●開館時間／午前9時半～午後4時半 ●休館日／毎週水曜日・土曜日(祝日を除く)、祝日の翌平日、年末年始(12月29日～1月3日) 譲渡動物の例 ※写真は一例です。



飼い主のいない猫(ノラ猫)を減らす取組「TNR活動」をご存じですか。

TNR活動とは、ノラ猫に不妊・去勢手術を行い、ノラ猫をめぐるさまざまなトラブルの軽減を図るとともに、地域の皆さんと一緒に一代限りの命を見守る活動です。

T(Trap) ノラ猫を捕獲し
N(Neuter) 不妊・去勢手術し
R(Return) 元の場所に返す

【問】 松阪保健所衛生指導課
☎50-0529 FAX 50-0621



射和・大河内・南小学校5～6年生による動物愛護絵画展

とき 9月17日(水)～30日(火)

ところ 松阪市役所 1階ロビー

主催 動物との共生ネットワーク

【問】 環境課 ☎53-4067 FAX 26-4322

災害にぞなえる

Disaster Preparedness

【問】 防災対策課 ☎53-4034 FAX 22-1055



台風や集中豪雨によっておこる災害

洪水による被害

洪水には大雨などによって、河川の流量が増加して発生する外水氾濫と、降水をスムーズに排出できずに発生する内水氾濫の2種類があります。

高潮による被害

高潮は、台風などが原因で、気圧が下がり海面が吸い上げられる効果と強風により海水が海岸に吹き寄せられる効果のために、短時間のうちに急激に潮位が上昇する現象です。海水が海岸堤防等を超えると一気に浸水します。

暴風による被害

風速が15m/s以上になると風に向かって歩けなくなったり転倒したりします。さらに30m/s以上になると走行中のトラックが横転するなど屋外での行動が極めて危険になります。

土砂災害による被害

土砂災害は3つに大別できます。

がけ崩れ

山の斜面が突然崩れ落ちる現象



土石流

大雨により、山腹、川底の石や土砂が一気に下流に押し出される現象



地すべり

豪雨により、地面がひび割れ、斜面の一部あるいは全部がゆっくりと下方に動き出す現象



今年の松阪市総合防災訓練は
10月26日(日)午前9時から行います。

当日は、市内全域に防災行政無線から訓練放送を流します。地域での訓練:避難所開設・運営訓練など地域事情にそった発災後の初動対応訓練となります。

松阪図書館

☎21-3190 FAX21-6529



図書館
ホーム
ページは
こちら

嬉野図書館

☎48-1800 FAX48-1231

図書館

●休館日／9月1日(月)、8日(月)、16日(火)、
22日(月)、26日(金)、29日(月)

★雑誌リサイクルフェア

●とき／9月27日(土)午後2時～5時 28日(日)午前11時～午後4時
●参加方法／9月9日(火)より整理券を配布

★わたしの推し本、借りませんか？

●POPカード募集期間／9月2日(火)～30日(火)
●展示・貸出期間／9月27日(土)～10月30日(木)

★東海テレビの音読ひろば

●とき／10月19日(日)午後1時半～3時
●対象／中学生以上 30人(抽選)
●申込／9月2日(火)～25日(木) Web、窓口、電話で受付

★土曜お話キャラバン

●とき／9月6日・13日・20日・27日(土) 午後3時～3時半

★乳幼児向け お話キャラバン

●とき／9月24日(水) 午前11時～11時半

★おはなしのとおりみち

●とき／9月21日(日) 午前11時～11時半

※場所はいずれも、1階 読み聞かせ室(変更になる場合があります)



●休館日／9月4日(木)、11日(木)、18日(木)、
25日(木)、26日(金)

★絵本作家・つつみあれいさんと 「きのこのぼうし」をつくろう♪

●とき／10月11日(土)午後2時～3時半
●ところ／2階大会議室
●定員／20人(多数の場合は抽選)
●対象／小学3年生以下
●申込期間／9月8日(月)～30日(火)
●申込方法／Web、窓口、電話で受付



★「ひまわり」おはなし会

●とき／9月13日(土) 午後1時半～1時45分

★「ひまわり」のちいさい子ども向けおはなし会

●とき／9月10日(水)午前11時～11時15分

★「スタッフ」のおはなし会

●とき／9月28日(日) 午前11時～11時20分

※場所はいずれも、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。

★第13回 松阪市

図書館を使った調べる学習コンクール

●募集期間／9月1日(月)～9月24日(水)
※学校への提出締切は各学校で確認してください

★ビブリオバトル 第11回 まつさか大会(一般の部)

●とき／10月25日(土)午後1時半～3時半
●ところ／松阪図書館 2階 講義室
●出場者対象／市内在住・在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)
●申込期間／9月10日(水)～10月12日(日) ※観覧は事前申込不要

※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。

9月の天文教室 星空に親しもう!

参加
無料

天文
教室

●とき／毎週土曜日 午後7時～9時
●ところ／中部台公園内天文台(立野町)
※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

☎26-2132

開催の有無は三十三銀行アリーナ

☎・FAX26-7155



皆既月食

月 日	月 齢	観 望 対 象
9月6日(土)	14.3	秋の星雲星団 土星、月
9月13日(土)	21.3	秋の星雲星団 土星
9月20日(土)	28.3	秋の星雲星団 土星
9月27日(土)こどもクラブ	5.6	秋の星雲星団 土星、月
備 考	夏の星座が西に傾き、東側からやぎ座やペガサス座、 アンドロメダ座などの秋の星座が昇ってきます。	



松阪競輪場
発売日程

本場 開催日

10/10(金)～10/13(月) 松阪競輪開設75周年記念
「浦生氏郷杯王座競輪」
10/24(金)～10/26(日) 松阪FIIミッドナイト
※タイトル未定

場外 開催日

10/2(木)～10/4(土) 武雄FI
10/2(木)～10/5(日) 京王閣記念
10/7(火)～10/8(水) 弥彦FI
10/7(火)～10/9(木) 富山FI
10/16(木)～10/19(日) 愛知・名古屋アジア・アジア
パワージ大会協賛GIII豊橋

10/18(土)～10/20(月) 小田原FI
10/20(月)～10/22(水) 高松Flin広島
10/23(木)～10/26(日) 寛仁親王牌GI前橋
10/24(金)～10/26(日) 岸和田FI
10/28(火)～10/29(水) 青森FI
10/28(火)～10/30(木) 西武園FI
10/29(水)～10/31(金) 佐世保FI
10/30(木)～11/1(土) 高知FI
ナイター場外 開催日 開催名
10/3(金)～10/5(日) 川崎FI
10/16(木)～10/19(日) 別府GIII
10/20(月)～10/22(水) 弥彦FI
10/23(木)～10/25(土) 函館FI
10/28(火)～10/30(木) 豊橋FI
10/31(金)～11/3(月) 四日市記念

※川越場外の発売日程とは異なります。

【問】競輪事業課

☎23-6111 FAX26-1862



■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
9月8日(月)	午後1時半～	★草木染め「サンシュユ」 (黄・グレー・オレンジ系)	1,430円～	1,230円～	なし
9月9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14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20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

※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。

手づくり市in松阪ベルファーム

木工品、布もの、革製品、アクセサリー、などなど様々な手づくり雑貨の展示販売です。お気に入りの一品を見つけてみませんか。

●とき／9月13日(土)14日(日)

午前10時～午後4時 小雨決行・雨天中止

●ところ／ベルファーム 芝生広場

●主催／手づくり市事務局

【問】じゅん太郎工房 090-3445-5447

フルーツフェア

長野県飯綱町「アップルファームさみず」の低農薬りんごを中心に、各地より直接買い付けた産地直送フルーツを直売所「ベルファーム農家市場」で店頭販売します。カフェでは旬のフルーツを使用した限定スイーツの販売や、特別体験(要予約)なども。この時期だけのお楽しみ!詳しくはホームページでご確認ください。

●とき／9月13日(土)～15日(月・祝)

午前9時半～なくなり次第終了

●ところ／蚤の市広場

ハロウィン寄せ植え講座 ※要事前予約

5号(30cm)の鉢に、ソラナムパンプキンや観賞用とうがらしを使って、ハロウィン寄せ植えを作りましょう。

●とき／10月11日(土) 午前10時半～正午

●ところ／イングリッシュガーデン内 グラスハウス

●講師／松阪フラワーセンター 塚留 絵里

●講師／1人／一般 4,500円 ベルファーム会員 4,300円

※開催日の前日よりキャンセル料が発生します

●定員／20人

※参加者以外への入室はできません

●持ち物／使い捨てビニール手袋2組ほど、ハサミ、エプロン(必要な方)

※土入れなど、使い慣れた道具が良い方はご持参ください。

●申込方法／ホームページ、または電話



キャンドルナイトヨガ

夕べのひととき、ヨガを楽しみませんか。

キャンドルの幻想的な灯りの中で、心も

身体もリフレッシュを。今回はレクチャー

ルーム(室内)での開催になります。

●とき／10月26日(日) 午後5時半～6時半

●ところ／レクチャールーム

●講師／佐久間 麻里

●参加費／1人／一般 800円 ベルファーム会員 600円

●持ち物・服装／運動できる服装、ヨガマット、タオル、飲み物

※更衣室はございません

●申込方法／ホームページまたは、電話



申込フォームは
こちら

9月の休園日 毎週水曜日

【問】 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

■ギャラリー

▼令和7年度 松阪市児童生徒科学作品展

●とき／9月6日(土)～7日(日) 午前9時～午後4時

▼No Photo No Life 写真展・華火写真展

●とき／9月11日(木)～15日(月・祝) 午前9時～午後4時50分

※最終日は午後4時まで

▼第30回 ニッコールクラブ松阪支部作品展

●とき／9月18日(木)～21日(日) 午前10時～午後5時 ※最終日は午後4時まで

▼第11回 キヤノンフォトクラブ伊勢写真展

●とき／9月20日(土)～23日(火・祝) 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、休館日9月22日(月)

■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」

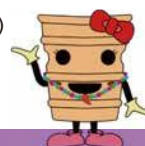
【第1展示室】

▼令和7年度 夏季企画展

「宝塚1号墳以前～松阪に古墳が出現した頃～」

【第2展示室】

●とき／7月12日(土)～9月7日(日)



●休館日／9月1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、24日(水)、29日(月)

【問】 文化財センター ☎26-7330 FAX 26-7374



生活支援! キャッシュレス決済 ポイント還元キャンペーン

松阪市では、電気・ガス・食料品等の物価高騰対策として、9月1日(月)から9月30日(火)までの期間、市内の対象店舗においてキャッシュレス決済サービス「PayPay」でお買い物をするとポイントが還元されるキャンペーンを実施します。

キャッシュレス決済とは、お札や小銭などの現金を使用せずに支払いを行うことです。

クレジットカード、デビットカード、電子マネー(プリペイド)やスマートフォン決済など様々な手段がありますが、今回のキャンペーンは、PayPayアプリをインストールしている方が対象となります。

公共料金や税金の支払い、コンビニでの使用など一部対象外となるものがありますが、対象店舗の店頭にはポスターが設置されているほか、PayPayアプリ内でご確認していただくことができます。

ポイントは1回のお買い物につき15%、最大2,000ポイントが還元され、期間中に8,000ポイントを上限として還元されます。また、キャッシュレス決済サービスを使用したことがない方のために

公民館でスマホ講座を実施しているほか、各地区市民センター等の職員が使用方法をご説明いたしますのでお気軽にお尋ねください。この機会にぜひPayPayアプリをダウンロードしてお得なポイント還元キャンペーンをご利用ください。



スマホ講座は
こちらでご確認
いただけます。



アプリの
ダウンロードについて
詳しくはこちらから



松阪市長
竹上 真人



アレックス

Alexandria Sun

松阪市での一年の振り返り

CIR column

松阪市に来てもう一年が経ちました。ほんの一年の間に、もう松阪市の素敵などころをたくさん楽しむことができました。夏には茶倉橋からの絶景、秋には氏郷祭りへの参加、冬には樹氷が見える三峰山、そして春には松坂城跡での桜ライトアップ。松阪市ならではの遊びで充実しました!と断言できるのは、松阪市でできた友人たちのおかげです。日常生活も、大切な思い出に溢れています。穏やかな日にまちかどピアノを弾いたり、通勤に自転車で阪内川を超えたり、城跡から夕焼けを眺めたりするのが、松阪市でしか経験できない、すてきなことです。アクセスできるところが増えたので、香肌峡を探索することも、より多く岩場に行くことも楽しみです。これからもよろしくお願いします!



【問・申】観光交流課 ☎53-4405 ✉kank.div@city.matsusaka.mie.jp

市ホームページ「国際交流員のページ」で
記事全文と英語版も閲覧できます。▶▶▶





動画で松阪市の情報を発信

松阪市行政チャンネル

検索



更新日：毎週火曜・金曜

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

まちのできごとのうち、 のついたものは上記サイトで動画配信しています。是非ご覧ください。

7.14

芸術文化活動に伴う 全国大会出場者激励会



全国大会に出場を決めた三重高校と松阪高校放送部の激励会が、市役所で開かれました。全国規模の芸術文化コンクールに出場する市内在住の生徒に松阪市文化振興基金から奨励金を授与するとともに、全国大会出場に向けた激励をするもので、生徒たちから竹上市長に、全国大会に向けた決意を表明しました。三重高校放送部は、第72回NHK杯全国高校放送コンテストならびに校内放送活動研究集会に出場します。松阪高校放送部の川口 温花さんは第49回全国高等学校総合文化祭の放送部門に出場します。



7.16

交通安全推奨像伝達式 ～飯南中学校～



飯南中学校で、交通安全推奨像の伝達式が行われました。松阪市では、学校独自の交通安全活動の活性化と、中学生の交通事故防止や交通徳の習得を目的に、市内の中学校に交通安全推奨像をリレー形式で、一定期間設置しています。

交通安全推奨像の伝達式には、生徒を代表して、生徒会長の高尾 月愛さんが出席しました。松阪市学校支援課の永野さんから、高尾さんに、交通安全推奨像、プレート、ミニ懸垂幕、のぼり旗、交通安全啓発物品が手渡されました。



7.17

全国スポーツ大会激励会



全国スポーツ大会激励会が、松阪市産業振興センターで開かれました。全国スポーツ大会激励会には、水泳、卓球、BMX、レスリング、ソフトボール、少林寺拳法、バレーボール、ダンス、剣道、硬式野球の全国大会に出場する50人以上の選手が参加しました。激励会に参加した選手一人ひとりの名前や所属団体名、出場する大会、競技などが紹介され、選手から大会への抱負が述べられました。



7.19

松阪祇園まつり



松阪祇園まつりが開かれ、およそ13万人が訪れました。

松阪祇園まつりは、松阪三大祭の1つで、宵宮には、三社みこし渡御が行われました。日野町交差点を中心に露店が立ち並び、松阪の夏祭りを楽しもうと、たくさんの人が訪れました。

松阪神社、御厨神社、八雲神社のみこしが、会場となる日野町交差点に集結し、担ぎ手たちの「チョーサヤ」という威勢の良いかけ声が、会場を熱気の渦に巻き込みながら、夏の夜に響き渡っていました。



7.26

プロジェクションマッピングによる 閉校記念行事 ～機殿小学校～



機殿地区市民センターで機殿納涼まつりが開かれ、来年閉校となる機殿小学校で、プロジェクションマッピングが披露されました。機殿納涼まつりは、地域住民が交流を広め、活気あるまちづくりを推進することと、子どもたちの思い出づくりを目的に毎年開催しています。会場には、地域の人たちによるブースが出店されていて、かき氷や射的など、集まった子どもたちや地域の人たちが、夏祭り気分を満喫していました。納涼まつりのフィナーレには花火が打ち上げられ、夜空を彩りました。



MA-TSU-SA-KA

コミュニティ (掲示板)



掲載について
詳細は
こちらから！

心豊かになれるボランティア活動へのお誘い

誰もが心豊かに生きていける松阪に思いを馳せ、35年間私たちに出来る事(主に手芸品等)での収益で寄付金活動をしています。私たちの小さな力で何かの役に立てる事をモットーに、一緒に歩いていただける方の参加をお待ちしています。

●とき/毎週火曜日 午後1時半～3時半

【問】 えんの会 ☎090-3255-8218(八田)

障がいのある方と一緒に、 いろいろな体験をしてみませんか？ ボランティアを募集します！

障がい福祉の仕事に関心がある、ちょっと気になる、話を聞いてみたいなど、お気軽にお問合せください。

●ところ/市内の生活介護事業所

●とき/週1回から、半日程度(要相談)

●内容/障がいのある方の話し相手、レクリエーションのサポート、イベントのお手伝い、見守りなど。

●対象/障がい福祉の仕事に関心のある方、学生、主婦、定年後の方など、どなたでも。

【問】 松阪市生活介護連絡協議会『ラナ』

生活介護サービスあゆか 飯田

☎0598-23-6806(午前10時～午後4時半)

✉npo-ayuka@bk2.so-net.ne.jp

10月1日から7日までは「公証週間」です。

大切な契約や遺言は、公証役場で「公正証書」にしておきましょう。公正証書には、法律によっていろいろな力が認められており、また、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配もありません。公正証書についての相談は、無料です。また、その内容を他人に知られることは、絶対にありません。

詳しいことは、お近くの公証役場へお尋ねください。

【問】 松阪公証人合同役場 ☎23-7883 FAX 23-7249

不動産鑑定士による無料相談会

地価、地代、家賃、土地利用に係る諸問題について相談してください。

●とき/10月1日(水) 午後1時～4時

●ところ/市役所(殿町)

【問】 一般社団法人 三重県不動産鑑定士協会

☎059-229-3671 FAX 059-229-3648

松阪地域障がい者就職面接会

●とき/10月16日(木) 午後1時半～3時半

●ところ/華王殿(高町)

●参加企業/15社程度

●対象/ハローワークで障害者登録している求職者

※参加にはハローワークへ事前の求職登録及び申し込みが必要です。

【問・申】 ハローワーク松阪 求人専門援助部門

☎51-0860(部門コード:31#)

フードドライブにご協力をお願いします！

ご家庭に眠っている、または期限切れ間近の食品をご寄付ください。

●とき/9月27日(土)・28日(日) 午前10時～午後2時

●ところ/ぎゅーとらラブリー長月店 入り口付近(長月町)

【問】 NPO法人フードバンク松阪 ☎090-7309-7287(手島)

みえの縁むすび 地域サポーター募集

結婚を希望する方の“ご縁をむすぶ”ボランティアとして活動しませんか？結婚や婚活のサポートに興味のある方、地域のボランティアに参加したい方におススメです。

●活動内容/・1対1のマッチング時の立会い及び交際フォロー
・婚活イベントにおける運営サポート、参加者フォロー

●応募要件/三重県内に在住する20歳以上の方で養成講座を受講いただける方

【問】

みえ出逢いサポートセンター

☎059-355-1322



◀詳細・応募はこちら

松阪市シルバー人材センター 会員募集

〈入会説明会〉※電話予約をお願いします。

●とき/9月11日(木)・10月9日(木) 午前9時半～

●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 FAX 26-0917

行政書士による市民無料相談会

無料

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。

予約優先

●とき/10月2日(木) 午後1時半～4時

●ところ/産業振興センター(本町)

【問・申】 三重県行政書士会 松阪支部 ☎080-4845-0188

休日(土曜日)の公証相談

要予約

～遺言、任意後見契約など気軽にご相談ください～

●とき/9月27日(土) 午前9時～午後5時

●ところ/松阪公証人合同役場(南町)

●申込/電話※平日も無料で相談を受けています。

【問・申】 松阪公証人合同役場 ☎23-7883 FAX 23-7249

本居宣長記念館 秋の企画展 「本居家のこどもたち」

- とき/9月9日(火)～12月7日(日)
※月曜休館(祝日の場合は翌平日)
※展示説明会 9月20日(土)、
10月18日(土)、11月15日(土)
それぞれ午前11時から1時間程度
※詳細は本居宣長記念館ホームページをご覧ください
【問】 本居宣長記念館 ☎21-0312



▲詳しくは
こちら

おひさま食堂(子ども無料) ～テイクアウトも出来ます～

- とき/9月13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
☎090-5457-5549(橋詰)



OHISAMA1861

▲詳しくはこちら

日商簿記検定試験

- とき/11月16日(日) 1級:午前9時 2級:午後1時半
3級:A試験午前9時 B試験午前11時
●ところ/松阪商工会議所(若葉町)
●受験料/1級:8,800円 2級:5,500円 3級:3,300円
●申込期間/窓口 9月29日(月)～10月20日(月)
ネット 9月29日(月)～10月16日(木)
●申込/窓口又はインターネット
【問・申】 松阪商工会議所 ☎51-7811
HP <https://m-cci.or.jp/>

第36回 無料なんでも相談会

- とき・ところ/10月4日(土)午後1時～4時
松阪商工会議所(若葉町)
●相談項目/法律、税金、年金、労働、建物、お金、健康、
お薬、公正証書相談など
※すべて個別相談で、事前予約はできません。※弁護士による法律
相談は、当日お昼12時半より整理券を配布します。
【問】 松阪商工会議所 中小企業相談所 ☎51-7811
HP <https://m-cci.or.jp/>

公益社団法人松阪法人会 第29回 歩け歩け大会 お楽しみ抽選会あり

- とき/10月4日(土)
午前10時～お昼12時半(予定) 受付:午前9時半～
●集合場所/奥伊勢フォレストピア芝生広場(大台町)
●コース/ロング(約5km)またはショート(約4km)
アップダウンあり
●定員/先着150人 ●申込期間/9月10日(水)～24日(水)
●申込方法/申込フォーム・ホームページ・電話
【問・申】 公益社団法人松阪法人会事務局
(月～金)午前9時～午後5時 ☎52-1321



無料

▲申込は
こちら

松阪法人会



長谷川家でマジックショー!

- とき/10月19日(日) 午後2時～
●ところ/旧長谷川治郎兵衛家(魚町)
●定員/50人(予約制/先着順)
●参加費/1,500円
●マジシャン/Diamond Takuさん ▲申込フォームは
こちら
●申込/申込フォーム・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) ☎21-8600



松阪こども食堂 ～子ども無料、大人100円～

- とき・ところ/
①9月20日(土) 昼12時半～午後2時 福祉会館(殿町)
先着39食(予定)
②10月3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/①9月20日(土) 午前8時半～11時
駅前通り商店街ベルタウン(日野町)
②9月28日(日) 午前10時～午後3時
ぎゅーとらラブリー大黒田店(大黒田町)
【問】 たべる・つなぐ会松阪 事務局 ☎080-5168-8330

RUN伴松阪2025

- RUN伴(ランとも)は、今まで認知症の人と接点がなかった方々にも関心を持っていただき、認知症を生きる本人や家族、誰もが自分らしく、住みやすい地域づくりを推進する活動です。
- とき/11月8日(土) 午前9時～正午 荒天中止
●内容/松坂城をスタートし、市内に中継地点を設け、歩いたり、走ったりしてタスキを繋ぎ、鈴の森公園がゴールとなります。
●対象/認知症に関心がある方なら誰でも参加可
●参加費/お一人500円(保険代他)
●申込/応募フォーム、または電話にて
【問】 RUN伴松阪実行委員会事務局
☎090-8679-0616(岡林) ▲応募フォームは
こちら



令和7年 松阪山岳会体験登山

- 行先/大杉峡谷「大杉谷登山口～シシ淵を往復」(大台町)
●とき/10月26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20分集合
●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・傷害保険等)
●申込/9月30日(火)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 ☎090-8954-0985(村林)
✉ choco3372@icloud.com

親子向けの健康講座・相談

★申し込みは随時、WEB(二次元コードか
こども家庭センターHP)か電話でお願いします。



事業名	10月	時間	会場	対象	内容	申込	
母子健康手帳の交付	平日(月～金)	9:00～16:30	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」		
プレママ教室 (オンライン同時開催)★	29(水)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	健康センターはるる	市内在住の妊婦10組	助産師、管理栄養士、歯科衛生士による 妊娠・出産のお話、ママ同士の交流 持ち物:母子健康手帳、筆記用具		
パパママ教室 (生活体験編)★	18(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	パパが行う赤ちゃんのお風呂の練習と妊婦体験、 授乳体験、ミルク作り体験、赤ちゃんとの生活の お話、産後の手続き等のお話 持ち物:母子健康手帳		
新米ママ教室★	6(月)	13:30～15:00 (受付13:15～13:30)	健康センターはるる	生後2～3か月の 第1子と母親10組	子育てに役立つお話とふれあい遊びの紹介、 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		
離乳食教室ごっくんコース★	3(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		
	17(金)		嬉野保健センター	生後4～6か月の 乳児と保護者12組			
離乳食教室もぐもぐコース★	15(水)	10:00～11:30 (受付9:45～10:00)	健康センターはるる	生後7～12か月の 乳児と保護者20組	離乳食後期以降のお話、調理実演、試食 持ち物:母子健康手帳、バスタオル		
子育て教室	21(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	親子のふれあい遊び、子育てに役立つお話 持ち物:バスタオル(乳児のみ)		
	28(火)	11:00～12:00	嬉野保健センター				
	8(水)	10:00～11:00	天白公民館(三雲地域振興局2階)	0歳・1歳の 乳幼児と保護者			
	21(火)	9:30～10:30	健康センターはるる	1歳の幼児と保護者			
	28(火)	9:30～10:30	嬉野保健センター				
プレイルーム開放	7(火)	9:00～16:30	嬉野保健センター	乳幼児	自由遊び 11:00～嬉野図書館職員によるミニお話し会		
	14(火)				自由遊び		
	21(火)				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し会		
	28(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。		
はるる遊ぶDAY	11(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歳6か月児健康診査	23(木)	受付12:45～14:30	健康センターはるる	1歳6か月～2歳の 誕生日の前日までの幼児	対象者に個別通知		
3歳6か月児健康診査	9(木)			おおむね3歳6か月～4歳の 誕生日の前日までの幼児			
こども歯みがき相談★	8(水)	9:00～11:30	健康センターはるる	乳幼児と保護者	歯科衛生士によるブラッシング等の個別相談 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ		
	14(火)	9:30～11:30	飯高やまっこ(やまなみこども園内)				
乳幼児健康相談 こども栄養相談★	8(水)	9:00～11:00	健康センターはるる※1		乳幼児の身体計測、健康相談 管理栄養士による離乳食・幼児食等の 個別相談(要予約) 持ち物:母子健康手帳、バスタオル(乳児のみ)	※1 健康センターはるる・ 嬉野保健センターは 予約不要 ※2 電話予約は こども家庭センターへ ※3 電話予約は 嬉野保健センターへ ※4 電話予約は 飯南かんがるーへ (☎32-8111) ※5 電話予約は やまなみこども園へ (☎46-0056)	
	3(金)	9:30～11:00	嬉野保健センター※1				
	1(水)	9:30～11:10	徳和地区コミュニティセンター★※2				
	22(水)		橋西地区市民センター★※2				
	14(火)		天白公民館 (三雲地域振興局2階)★※3				
乳幼児健康相談★	28(火)	9:30～10:30	飯南かんがるー (飯南ふれあいセンター内)※4		乳幼児の身体計測、健康相談 持ち物:母子健康手帳、バスタオル(乳児のみ)		
	14(火)		飯高やまっこ (やまなみこども園内)※5				
すくすく子育て オンライン相談★	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	妊産婦、18歳未満のこども 及びその保護者	自宅からオンラインで妊娠中や 子育てについての相談、 こども家庭相談ができます。		

成人向けの健康講座、健康相談、献血

事業名	10月	時間	会場	内容・対象・定員 等
はるる元気朝一体操	平日(火)	9:30～9:50	健康センターはるる	ラジオ体操等 持ち物:室内靴、飲み物 ※予約不要
はるる健康ウォーキング	21(火)	10:00～11:00	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ォーキングサポーターとウォーキング 持ち物:飲み物、帽子 雨天時は室内ウォーキングのため室内靴が必要となります。 ※予約不要
健康相談	平日(月～金)	9:00～16:30	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	26(日)	10:00～11:30 13:00～16:00	イオンタウン松阪船江	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 日程はQRコードからご確認ください。

お問合せ・予約窓口

※三雲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)	飯南振興局地域住民課 (飯南町粥見)	飯高振興局地域住民課 (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	—	☎48-3812 FAX 42-4945	☎32-8020 FAX 32-3771	☎46-7112 FAX 46-1092
成人向けの健康講座、健康相談、献血	電話/FAX	—	☎31-1212 / FAX 26-0201	—	—	—

10月の各種市民相談



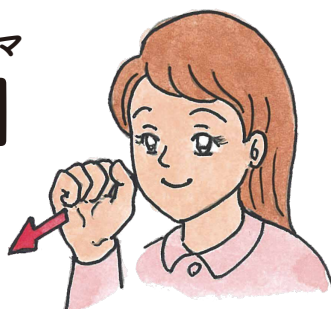
相談項目	10月	時間	開催場所	担当所管	備考
法律相談	9(木)、23(木)	13:00~17:00 (予約受付 相談のある週の月曜日8:30から) ※定員は各12人(先着順・初めての優先)	福祉会館(殿町)	社会福祉協議会 地域生活支援課 ☎30-5690 / FAX 23-3359 ※FAX予約不可	
心配ごと相談	週2回(火・金)	13:00~16:00(受付 15:20まで)	社会福祉協議会 松阪支所(鎌田町)	社会福祉協議会 松阪支所 ☎30-5210 / FAX 30-5564	
行政相談	21(火)	9:00~12:00	市役所地下 第2会議室(殿町)	広報広聴課 ☎53-4311 / FAX 22-1119	
	27(月)	13:00~15:00	嬉野保健センター(嬉野町)	嬉野地域振興局 ☎48-3807 / FAX 42-6220	
	6(月)	13:00~15:00	三雲振興局(曾原町)	三雲振興局 地域振興課 ☎56-7905 / FAX 56-5382	
	22(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 / FAX 32-3771	
	8(水)	9:00~11:00	飯高老人福祉センター(飯高町宮前)	飯高振興局 地域振興課 ☎46-7111 / FAX 46-1092	
	8(水)	13:00~15:00	飯高保健センター(飯高町森)		
弁護士人権相談	16(木)	10:30~14:30(受付 9:00~14:00) ※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 / FAX 26-4035 ※電話・FAX予約不可	
公認心理師による こころの相談	21(火)	①13:30~②14:40~③15:50~ 〔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 / FAX 26-4035	
障がい者医療相談 ※整形外科医による 相談	15(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 / FAX 26-2806	
弁護士 交通事故法律相談	8(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 / FAX 22-1057 ※FAX予約不可	
就職相談	10(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 / FAX 21-2965	
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 / FAX 22-0003(商工政策課)	
若者就労相談会 (39歳まで)	9(木)、22(水)	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 / FAX 059-271-7833	
就職氷河期世代 就労相談会 (40歳から49歳まで)	9(木)、22(水)	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 / FAX 059-271-7833	
子ども発達相談	土・日・祝を除く毎日	9:00~17:00	子ども発達総合支援センター (下村町)	子ども発達総合支援センター・育ちサポート係 ☎30-4410 / FAX 30-4433	
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月は、(10:00~18:00)まで ※第1土(9:00~17:00) ※第3土(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 / FAX 26-1901	
不登校の相談	土・日・祝を除く毎日	14:00~17:00 〔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 / FAX 26-1901	
更生保護相談	土・日・祝を除く毎日	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 / FAX 30-5959	
ひきこもり相談	土・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 / FAX 26-9113	 詳しくはこちら
精神保健福祉士による ひきこもり相談 ※対象など詳細は ホームページを確認	16(木)	①13:30~ ②15:00~ 〔6日前までに予約必要〕 ※定員は各1名(先着順)			
税務相談	14(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 / FAX 50-2358	

ミニ手話 コーナー

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 【良い】

片手で
こぶしを握り、
鼻先から
前へ出す



手話動画

検索

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
FAX 26-9113



HAPPY BIRTHDAY



2日 生まれ

なほ あおは
梨木 葵陽ちゃん
〈上川町〉
1歳おめでとう♡
姉兄とたくさん
遊ぼうね!

4日 生まれ

よいい はお
吉井 羽桜ちゃん
〈日丘町〉
祝1歳♡
毎日幸せと笑顔が
ありがとう!

5日 生まれ

うみ しゅう
魚見 志優ちゃん
〈小黒田町〉
生まれてきてくれて
ありがとう♡

5日 生まれ

たかし このか
高橋 瑚禾ちゃん
〈嬉野権現前町〉
かわいい
我が家の三女♡
みんな大好きだよ!

5日 生まれ

はやし こうた
林 幸汰ちゃん
〈大口町〉
こうちゃん♡
生まれてきてくれて
ありがとう

6日 生まれ

なかの ごろう
中野 吾郎ちゃん
〈飯南町粥見〉
心もからだも
でっかく逞しく
育ってや!

10日 生まれ

たんぽ りく
丹保 璃玖ちゃん
〈嬉野中川新町
二丁目〉
すくすく健康に
育ってね!!

10日 生まれ

よこい あおば
横井 碧波ちゃん
〈下村町〉
祝1歳!
毎日癒しと幸せを
ありがとう♡

11日 生まれ

さとう すい
佐藤 翠ちゃん
〈垣鼻町〉
祝1歳!笑顔いっぱいの
すいちゃん大好き♡

13日 生まれ

やまば そろ
山崎 颯ちゃん
〈大黒田町〉
1歳おめでとう!
元気にすくすく
育ってね!

14日 生まれ

うすだ ぜん
臼田 然ちゃん
〈飯南町粥見〉
いつもありがとう(^^)
元気に育とうね♡

16日 生まれ

ぐえん みんな
グエン ミン チーちゃん
〈高町〉
生まれてくれて
ありがとう、
大好きだよ!

16日 生まれ

なじめ かなみ
納米 花波ちゃん
〈甚目町〉
一歳おめでとう♡
大好きだよ!

20日 生まれ

みすたに こうき
水谷 光希ちゃん
〈下村町〉
1歳おめでとう!
元気でニコニコ
こうちゃん

21日 生まれ

ありま うみ
有馬 佑海ちゃん
〈中林町〉
佑海くん
1歳おめでとう♡
だいすき♡

22日 生まれ

なかがわ ゆいと
中川 結登ちゃん
〈魚見町〉
1歳おめでとう♡
元気に大きく
なっちゃん

24日 生まれ

うえむら いた
上村 伊桐ちゃん
〈小片野町〉
1歳おめでとう!
だいすき♡

27日 生まれ

よいい ちせ
吉井 智世ちゃん
〈下村町〉
祝1歳♡
生まれてきて
ありがとう
だいすき♡

28日 生まれ

ながた まひろ
永田 真寛ちゃん
〈川井町〉
我が家に
生まれてきてくれて
ありがとう!

30日 生まれ

かわさき はくや
川崎 珀耶ちゃん
〈大黒田町〉
祝1歳♡
はくちゃんの笑顔が
幸せの源です♡

11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 ☎53-4312

応募要項

- 10月1日(水)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。

締切日
必着

松阪市 1歳になったよ

検索



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



- ・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・雑誌」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

今診てもらえる医療機関を案内します。【24時間対応】

●「三重県救急医療情報センター」 ●医療ネットみえ
☎ 059-229-1199

医療ネットみえ

検索



急な病気やけがなど対処方法に迷ったら、相談。【24時間対応】

●「松阪地区救急
相談ダイヤル24」 ☎ 0120-4199-17

よいきやーきやー いーな