

掃水住民自治協議会 櫛田公民館

掃水住民自治協議会 公民館部（櫛田公民館）☎28-2675

たより 11月号
NO.53
2025.11.1発行

☆防災訓練を実施しました！☆ 10月26日（日）

本年度松阪市総合防災訓練の日に際し、掃水住民自治協議会としては「避難所開設訓練」を行いました。

朝からの悪天候でしたが、約60名のご参加をいただきました。防災倉庫の確認と避難所開設の訓練として、プライバシースペースの確保、簡易トイレの組み立てなどを実施しました。

参加者一同、有事への備えに思いを新たにすることができました。



住民自治協議会
ホームページ

QRコード

ご協力いただきました皆さま、
ありがとうございました！！

おしゃべりカフェ 【もぐらーずのおもしろ劇場】

10月17日（金）

今回のおしゃべりカフェは、もぐらーずさんをお招きしました。元松阪人権擁護委員協議会のメンバー4名のグループです。

内容は手品、演劇、歌、体操と実に盛りだくさんで、全く飽きさせない1時間でした。朝田寺に伝わる民話をもとにした演劇では、コミカルなキツネの動きが笑いを誘っていました。



次回のおしゃべりカフェは… 日 時：11月21日（金）9:30～14:30
【バスでおでかけ】 行 先：松阪公民館（船江町）、ベルファーム
※社協バスを利用します。 申込み：櫛田地区市民センター（☎28-2675）
（バス燃料代として100円徴収します）

第3回 いろどり教室 季節の野菜を使った料理

10月23（木）



松阪ケーブルテレビでもおなじみの、前川料理教室の前川智司先生に料理教室をしていただきました。

先生のお人柄もあって終始笑い声の絶えない料理教室となりました。随所にプロの技を見せていただき、参加した人々からは「目から鱗」といった声も聞かれました。



掃水地区文化祭を開催します！

開催日：11月8日（土）10時～16時まで
（掃水小閉校イベントと同日です）

場 所：櫛田公民館（櫛田地区市民センター）

※ご来場の方には記念品（花の苗）を進呈します。（なくなり次第終了）



11月～12月は行事がつづきます！
お間違いないように！



◇出展者の皆さんへ！◇作品の搬入・レイアウトは11月7日9時～お願いします。

掃水小閉校イベント【ていすいフェス】

11月8日（土） ※午前中は児童による学習発表会

12:45～（体育館にて）開会式 記念品の披露など

13:45～ ていすい太鼓（6年生）

14:00～ 校歌の合唱

14:35～（運動場にて）記念撮影 ※ドローン空撮

14:55～ 風船飛ばし ～フィナーレ～

体育館にて
【ていすい歴史ギャラリー】
観覧自由です！



お問い合わせ 掃水小学校☎28-2230

注意！

文化祭・閉校イベントともに、駐車場の確保に難航しています。
（JA本店駐車場はイベントのため使用できません。）
可能な方は徒歩か自転車、もしくは乗り合わせでご来場ください。

第6回 高齢者学級「なつかしい歌は心の宝石」

日 時：11月20日（木）13時30分～14時30分

講 師：越知 愛幸子 さん

場 所：櫛田地区市民センター1階ホール

申込み：櫛田地区市民センター ☎28-2675



《つなごに》～まるごと相談室だより～

街路樹が少しずつ赤や黄、オレンジへと色づいて、秋晴れの日の下、散歩をするのが気持ちいいですね。朝晩は冷え込む日も増えてきますので、風邪などひかないように気をつけていきましょう。

❖ めざせ・8020！ ❖

8020運動とは「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」というものです。歯はものを噛むために大切ですが、40歳代以降になると歯周病などにより歯を失う人が増えてきます。11月8日・いい歯の日を機に歯とお口の健康について考えていきましょう。

☆8020を達成することで得られる健康効果

- ・噛むことで脳への血流がよくなり、認知症のリスクが軽減する。
- ・噛むことで唾液の分泌がよくなり、虫歯や歯周病の予防につながる。
- ・多様な食材を楽しむことができ食事の満足感が高まる。⇒心身の健康につながる。
- ・正確に発音するためには前歯が不可欠。前歯があると顔の印象も若々しくなる。

☆ 8020を達成するために ☆

- ・正しい歯磨き習慣をつけましょう…食後はもちろん寝る前にも歯磨きを。1回3分以上かけて丁寧に。デンタルフロスや歯間ブラシで歯と歯の間や歯茎との境目も。
- ・定期的に歯科受診をうけましょう

東部福祉まるごと相談室 松阪市早馬瀬町339番地
JAみえなか旧漕代支店内（漕代地区市民センター向かい）
TEL: 28-7200（平日9時～17時） FAX: 28-7201
e-mail: marugoto.toubu@city.matsusaka.mie.jp



来年度からの小学校の統合にともない、東部管内6地区のこどもたちの交流の場として、ふれあいフェスティバルを開催します！

開催日：11月29日（土）11時～14時
〔予備日：11月30日（日）〕

場 所：松阪市総合運動公園 芝生広場（山下町）

【体験コーナー】

- ・春告鳥…防災グッズ作成
- ・福祉まるごと相談室…缶バッチ作成

- ・春告鳥…防災グッズ作成
- ・福祉まるごと相談室…缶バッジ作成



- ・ 掃 水…紙芝居
- ・ 漕 代…あられつかみどり
- ・ 機 殿…ミニグランドゴルフ
- ・ 東黒部…パン食い競争

- ドッジボール
- 玉入れ • 綱引き

キッチンカーによる食品の
販売もあります！
天候、その他の都合により
変更する場合があります。

日時：11月30日（日）8時15分～11時30分頃まで受付
会場：櫛田地区市民センター

内 容：機器を用いた健康測定と保健師による健康相談 ※測定項目は昨年と同様です

参加費：無料 ※事前申し込み不要・当日先着順で受け付けます

予定人数：５０名程度 ※詳細は自治会回覧にてご確認ください

主催：掬水住民自治協議会
掬水健康いきいきクラブ

日 時：12月11日（木）第1部/9時～ 第2部/11時～

講 師：森坂 博幸さん（埴水住民自治協議会安全防災部長）

定 員：第1部、第2部それぞれ先着20名

場 所：櫛田地区市民センター 参加費：700円

申込み：11月11日(火)～12月4日(木)までに

櫛田地区市民センターへ ☎28-2675



日 時：12月12日（金）9時30分～ 参加費：無 料
場 所：櫛田地区市民センター 定 員：先着15名

申込み：11月11日(火)～12月4日(木)までに

櫛田地区市民センターへ ☎28-2675



10月11日に予定していた第5回ひよこサークルが、台風の影響で残念ながら実施できなかったので……

ひよこさんだけの**ミニ運動会**を開催します！
親子でふれあい遊びをしたり、かけっこをしたりします。
年長さんからのすてきなプレゼントも用意していま
すので、ぜひご参加くださいね。

日時：11月13日（木）10時～11時
（雨天でも決行します）

- ・車でお越しの方は、保護者駐車場か園庭にお停めください
- ・飲み物をお持ちください

掃水幼稚園 ☎28-4853



10月17日
資源物回収の合計は
9,640円 でした。
ご協力ありがとう
ございました！

次回は
11月21日(金)
です！

日	月	火	水	木	金	土
						1
		都合により変更する場合があります。 お問い合わせは橿田地区市民センターへ ☎28-2675				9:30 ヒップホップ 19:00 Kicks
2	3	4	5	6	7	8
	【文化の日】 8:30 戦没者慰霊祭	10:00 カラオケA 13:30 ヨ ガ 19:00 運営委員会	9:00 吹 矢 9:30 パッチワーク&手芸	13:00 囲 碁 13:30 フラ & タヒチアンダンス	13:30 健康体操	10:00～16:00 文化祭 12:45～15:30 ていすいフェス (掃水小)
9	10	11	12	13	14	15
	9:30 太極拳 10:00 いきいき体操 13:00 囲碁・将棋 19:00 Girls 20:00 ダンスエクササイズ	14:45 書 道 19:30 ストレッチ	9:00 吹 矢 9:30 パッチワーク&手芸 19:00 男性健康体操	13:00 囲 碁 13:30 フラ & タヒチアンダンス	13:30 健康体操	9:30 ヒップホップ
16	17	18	19	20	21	22
	9:30 太極拳 13:00 囲碁・将棋 13:30 しらゆり 19:00 Girls	9:30 コーラス 10:00 カラオケA 13:30 ヨ ガ 14:45 書 道 19:30 ストレッチ	9:00 吹 矢 9:30 パッチワーク&手芸 13:30 シャベロに	13:00 囲 碁 13:30 高齢者学級 13:30 フラ & タヒチアンダンス	10:00 おしゃべりカフェ 13:30 健康体操	9:30 ヒップホップ 19:00 Kicks
23	24	25	26	27	28	29
勤労感謝の日	【振替休日】	9:00 料理C 14:45 書 道 19:30 ストレッチ	9:00 吹 矢 9:30 パッチワーク&手芸 13:30 シャベロに 19:00 男性健康体操	13:00 囲 碁 13:30 フラ & タヒチアンダンス	13:30 健康体操	11:00～14:00 ふれあいフェス (山下運動公園)
30						

8:15～12:30 健康チェック

「はっぴいくまさん」に遊びにきてね♪

日 時：12月5日（金）10時～

場 所：橿田地区市民センター

定 員：15組程度

申込み：橿田地区市民センター
(☎28-2675)

保育園・幼稚園に入園前のお子さん、保護者の方へ

【お問い合わせ】

松阪市子育て支援センター

げんきっこ ☎56-7974

ふれんず ☎26-3787

「はっぴいくまさん」に遊びにきてね♪

日 時：12月5日（金）10時～
場 所：櫛田地区市民センター
定 員：15組程度
申込み：櫛田地区市民センター
（☎28-2675）



保育園・幼稚園に入園前のお子さん、保護者の方へ

【お問い合わせ】

松阪市子育て支援センター
げんきっこ ☎56-7974
ふれんず ☎26-3787