

菰野町社会福祉協議会広報紙

みんなのふくし

No.348

■特集

みんなの運動サロン

けやきでお茶のみ会

レクリエーション用具紹介



■菰野地区福祉講演会

3月16日(水)、菰野地区コミュニティセンターにて講演会が開催されました。講演会や懇談会を通じて、住民の皆さまとともに、住みなれた地域で安心して生活ができるような仕組みづくりを考えていきます。



赤い羽根共同募金

この広報紙は赤い羽根共同募金を活用して作成しています

募集中!

**「みんなの運動サロン」
参加者募集のおしらせ**



とき	ところ
4/12(火)、26(火) 10:00~11:00	菰野地区 コミュニティセンター
4/7(木)、21(木) 10:00~11:00	鶺川原地区 コミュニティセンター
4/1(金)、15(金) 10:00~11:00	竹永地区 コミュニティセンター
4/14(木)、28(木) 10:00~11:00	朝上地区 コミュニティセンター
4/5(火)、19(火) 10:00~11:00	千種地区 コミュニティセンター

- 対象：運動の制限をされていない方
- 持ち物：セラバンド(お持ちでない方は貸出できます)、水分補給できるもの

■ご協力お願いします

新型コロナウイルスの感染予防として、しばらくの間はお住いの地区以外の運動サロンの参加は控えていただくようお願いします。



菰野町社会福祉協議会の
Facebook ページ
取り組み、お知らせなど
随時更新中!

「けやきでお茶のみ会」開催

菰野地区コミュニティセンターにて「けやきでお茶のみ会」を開催します! 認知症予防につながるレクリエーションを行いますので、みなさん一緒に楽しみましょう!

- とき：4月12日(火) 13:30~15:00
- ところ：菰野地区コミュニティセンター
※けやきではありません
- 内容：脳トレや簡単なレクリエーションなど
※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から飲食はございません
- 参加費：無料
※新型コロナウイルスの感染状況によっては急遽中止とする場合がございますので、あらかじめご了承ください。



『福祉・保育のおしごと相談』

福祉・保育の仕事に興味のある方、就労をお考えの方、気軽にご相談ください。(予約優先)

- とき：毎月第2木曜日 9:30~12:00
- ところ：ハローワーク四日市
【予約・お問い合わせ】
三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター
TEL：059-224-1082

**子育てサロンに
参加してみませんか?**



子育てをしている皆さんが、リフレッシュしたり仲間づくりができる場所として、子育てサロンを開催しています。当日自由参加で参加費無料、ゆっくりまったりと過ごせるひとときを楽しみませんか? 季節に合わせたプチイベントも行っています。



みんなで作りう!

**子育てサロン
4月の予定**



菰野 (ヤッホー)	4/1(金)、20(水)	10:00~11:30 菰野コミセン
鶺川原 (うきうき)	4/14(木)、27(水)	10:00~11:30 鶺川原コミセン
竹永 (ふわふわ)	4/7(木)、21(木)	10:00~11:30 竹永コミセン
朝上 (きらきら)	4/7(木)、21(木)	10:00~11:30 朝上コミセン
千種 (あいアイ)	4/6(水)、20(水)	10:00~11:30 千種コミセン

(コミュニティセンター [略]コミセン)

赤ちゃんから就学前の子どもと保護者をご参加いただけます。お住いの地区のサロンにぜひご参加ください。

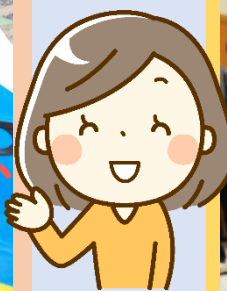
ご利用ください 各種レクリエーション用具

菰野町社会福祉協議会では、様々なレクリエーション用具を揃えています。子どもから高齢の方まで幅広い年齢層で楽しむことができる用具がたくさんありますので、子育てサロンやいきいきサロン、各種団体での活動にぜひご活用ください。今回は、数ある用具の中でも選りすぐりのものをご紹介します。



カローリング

カローリングは、冬季オリンピックの競技種目として親しまれているカーリングからヒントを得て生まれた室内スポーツゲームです。室内で行えるので、天候に関係なく楽しめ、車いすの方でも気軽にプレーすることができます。ジェットローラーと呼ばれる器具を得点の高いエリアに滑らせたり、対戦相手のジェットローラーをはじいたりして競い合います。



バグゴ

バグゴは、ボードの穴にお手玉のような形状のビーンバッグを投げ入れ、得点を競い合うゲームです。ボードから6mほど離れた位置から投げるので、投げる方向や力加減など絶妙な調整が必要です。ただし基本的には単純なルールなのでお手軽に楽しむことができます。



シャッフル&ゴルフ

シャッフル&ゴルフは、32面体のボールをスティックで打ち、得点を狙い競うゲームです。ボールがデコボコしているため、思わぬところに転がっていきますが、それがシャッフル&ゴルフの面白い部分でもあります。対戦相手と真剣勝負をするのも良いですし、狙った場所に転がらなくて笑い合うのも良いかと思います。

今回ご紹介したゲームはいくつかある中の一部です。面白そうだと感じ、ご利用をお考えの方はぜひ菰野町社会福祉協議会までご連絡をください。ご利用の際には、事前の利用申請が必要となります。



菰野小学校・竹永小学校より収集ボランティアにプルタブ寄贈がありました

「収集ボランティアすたんぷ」のボランティアさんと一緒に菰野小学校、竹永小学校を訪問し、アルミ缶プルタブの寄贈を受けました。

プルタブは一定の量（160万個＝800kg相当）で車いす1台購入費分に換算されます。今ある資源を無駄にしないこと、できることから行動を起こすこと…まさにSDGsですね。



菰野小学校



竹永小学校

募 給食サービスボランティア大募集!

菰野町ボランティアセンターでは、「給食サービス」事業にご協力いただけるボランティアを募集しています。

「給食サービス」は、町内在住のお一人暮らし高齢者の方に見守り活動を兼ねたお弁当を作り、お届けする菰野町社協の事業です。

閉じこもりがちなお一人暮らし高齢者の方々へ、お弁当とマスクの下の笑顔をお届けしていただいています。活動は月に2回で、年齢要件や必要な資格などは特にありません。料理が好きな方、また、車を運転し、お弁当の配達活動にご協力いただける配達のボランティアも大歓迎です!

コロナ禍ではありますが、各グループで意見を出し合い、工夫しながらお一人暮らしの高齢者の見守り活動を行っていただいています。ボランティア活動を始めてみたい方、地域の人と関わるきっかけがほしい方、地域で役立つことがしたい方…ぜひぜひご参加をお待ちしています!



【活動内容】※現在、グループにより活動内容が異なる部分があります。

- ・お弁当の調理(場合により事前の買い物などもあります)
- ・お一人暮らし高齢者のお宅へのお弁当配達

※給食サービスのボランティア活動は、各小学校区単位での活動となっています。

お住いの地区によって活動場所や日程が異なります。新型コロナウイルス感染症の流行により、グループによって活動内容が異なりますので、詳しくは菰野町ボランティアセンターまでお問合せください。



給食サービス事業には、赤い羽根共同募金の配分金を活用しています。

社協が主催する講座やボランティアスクールのご案内 4月

日	曜日	時間	活動内容	場所	日	曜日	時間	活動内容	場所
5	火	19:30~	手話講座(入門課程)19	けやき	19	火	19:30~	手話講座(入門課程)21	けやき
12	火	19:30~	手話講座(入門課程)20	けやき	26	火	19:30~	手話講座(入門課程)22	けやき

ボランティアグループ月間カレンダー4月予定表



菰野町ボランティアセンター発行

第399号

日	曜日	時間	活動内容	活動場所
随時			いろえんぴつ 活動日	けやき
1	金	10:00	手の会（昼） 定例会	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
2	土	13:00	かっこう 活動日	けやき
4	月	9:30	あさがお 活動日	けやき
		10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
5	火	8:30	センター給食 活動日	けやき
		9:30	あさがお 活動日	けやき
		9:30	つくしの会 活動日	現地
6	水	9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		10:00	ともしびの会 活動日	けやき
		14:00	ステッカーG 活動日	けやき
		19:30	手の会（夜） 定例会	けやき
7	木	9:30	どんぐり 定例会	けやき
		9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
8	金	10:00	手の会（昼） 定例会	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
9	土	10:00	すたんぷ 活動日	けやき
		14:00	おもちゃ診療所 活動日	けやき
11	月	9:30	おもちゃ箱 活動日	けやき
		10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
12	火	9:00	花しょうぶの会 活動日	千種コミセン
		9:30	にこにこ 定例会	けやき
		9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		10:50	あじさいの会 活動日	竹永コミセン
13	水	8:30	鶺鴒の里会 活動日	鶺鴒原コミセン
		9:30	こもの菊 定例会	町民センター
		9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		10:50	さくらの会 活動日	朝上コミセン
		13:30	真菰の会 定例会	朝上コミセン
		19:30	手の会（夜） 定例会	けやき

日	曜日	時間	活動内容	活動場所
14	木	9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
15	金	9:30	にこにこ 活動日	北部子育て支援センター
		10:00	手の会（昼） 定例会	けやき
		14:00	響きの会 定例会	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
18	月	10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
19	火	9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
20	水	8:30	センター給食 活動日	けやき
		9:30	つくしの会 活動日	現地
		9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		10:00	ともしびの会 活動日	けやき
		10:00	真菰の会 定例会	朝上コミセン
21	木	9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		13:00	どんぐり 活動日	現地
22	金	10:00	手の会（昼） 定例会	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
23	土	10:00	すたんぷ 活動日	けやき
25	月	9:00	花しょうぶの会 活動日	千種コミセン
		10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
		10:50	あじさいの会 活動日	竹永コミセン
26	火	8:30	鶺鴒の里会 活動日	鶺鴒原コミセン
		10:50	さくらの会 活動日	朝上コミセン
27	水	9:30	こもの菊 定例会	町民センター
		9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
28	木	9:30	手の会（夜） 定例会	けやき
		9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
29	金	10:50	ひまわりの会 活動日	菰野コミセン
		10:00	手の会（昼） 定例会	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき


菰野町ボランティアセンターURL

<http://komonovc.sakura.ne.jp/index.htm>

ボランティア活動カレンダーURL

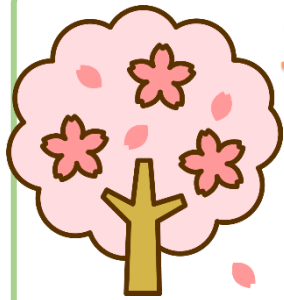
<http://komonovc.sakura.ne.jp/yotei/index.htm>

●この紙面にはボランティアセンター登録グループのうち希望される団体の活動予定を掲載しています。



通常の活動日を掲載していますが、新型コロナウイルスの影響で、変更及び中止する場合がありますので各自事前にお確かめください。





子育てchu!

子育てリレーエッセイ
No.214

荒川美怜さん(千種地区)

私には2歳と5か月の娘が居ます。上の娘は話すのが上手になって、朝目覚めてからずっと喋っていて(笑)、歌って踊って毎日とても賑やかです。ご飯粒を「ご飯ぶつ」アイスクリームを「あいすくむり」など、今ならではの言い間違いが可愛くてクスッと笑っちゃいます。

下の娘は、よく笑いよく泣きよく寝てすくすく育っています。最近は足を掴んで遊ぶのがブームです。気付いたら寝返りをして、勢いで寝返り返りまで!二人目の宿命ですね…いつの間にか出来ていてびっくりします。

二人目が生まれてから、1日がよりあつという間に過ぎていきます。もうご飯の時間!授乳の時間!下の子のオムツ替えたら上の子も!遊ぶ時間、家事の時間…自分がもう1~2人くらい欲しくなります(笑)

娘たちと過ごす毎日は楽しいけれどやっぱり大変です。ずっと家に居るとなんか息詰まるような…そんな時は実家に遊びに行ったり、子育て支援センターに行ったりしています。

初めはハードルが高くて緊張しましたが、行ってみると家には無いおもちゃがたくさんあって、娘も楽しく遊んでいました。緊張していた私でも子どもの話題で色々な方と話せたり悩みを共有でき、今では私にとっても必要な場所になりました。

今後2人がどんな成長を見せてくれるのかとても楽しみです。夫婦で協力し、周りに助けをもらいながら子育てをこれからも頑張っていこうと思います!

編集・発行 社会福祉法人 菰野町社会福祉協議会

TEL394-1294 FAX394-3422

〒510-1253 三重県三重郡菰野町潤田 1281

菰野町保健福祉センター けやき内

Eメールアドレス komono-f@m2.cty-net.ne.jp

Facebook <https://www.facebook.com/komono.shakyo>

ホームページ

菰野町社協



YouTube
けやきチャンネル
登録よろしくお祈いします

QRコード
をスマホで
読み込んでね

みんなのふくしの レイアウト変更



2022年5月号から、ボランティアカレンダーをホームページに掲載することにいたします。

それに伴ってレイアウトが変わりますが、社会福祉協議会の事業や、ボランティアの皆さまへのお知らせなどの様々な情報は変わらず発信を続けていきますので、どうぞよろしくお祈いいたします。

温かい善意



社会福祉協議会は、皆様からの「温かい善意のご寄付」を地域での助け合い活動・ボランティア活動・子育て支援事業などの活動資金として有効に活用させていただいております。

このたび、下記の皆様よりご寄付をいただき、心よりお礼申し上げます。

2月16日 匿名	マスク3,000枚 除菌アルコール12本
2月22日 匿名	20,000円
3月 8日 匿名	マスク8,000枚
3月 8日 あさがお様	100,000円
3月10日 菰野町内郵便局様	米30kg 水2ℓ×6本他

ご寄付についてのお尋ねは社会福祉協議会
TEL394-1294までご連絡ください。

最新のデータ

R4.3月1日現在 外国人を含む

町総人口	41,460人 (↓)
世帯数	16,943世帯 (↑)
65歳以上人口	10,837人 (↑)
高齢化率	26.1% (→)
年少人口(14才以下)	5,643人 (↓)
年少人口率	13.6% (→)
一人暮らし高齢者数	568人 (↓)
障害者手帳保持者数	2,015人 (↑)
介護保険要介護認定者数	1,601人 (↓)

() 内矢印は、先月比