



こもっこ

mama

2017 秋号



発行：No.49 平成29年9月1日

社会福祉法人 菰野町社会福祉協議会
こもっこmama編集委員会
〒510-1253 菰野町潤田1281
保健福祉センター「けやき」
Tel059-394-1294 fax059-394-3422

「〇〇の秋」というと、何を思い浮かべますか？食欲の秋、読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋・・・。
菰野町では、秋にはイベントもりだくさん！いつもはあまり馴染みのない分野にチャレンジするチャンスです。
家族みんなと一緒に、色々な秋を楽しんでみましょう♪
まずは、参加するのも応援するのも楽しい、もしかかハーフマラソンについて紹介します。

第12回

みんなで応援しよう！！

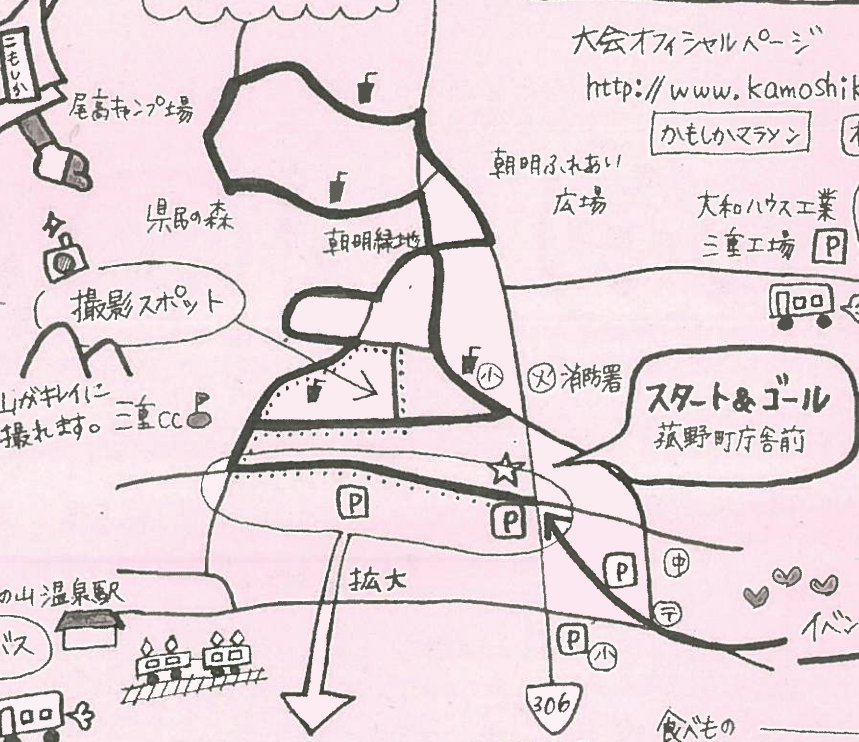
鈴鹿山麓 かもしかハーフマラソン



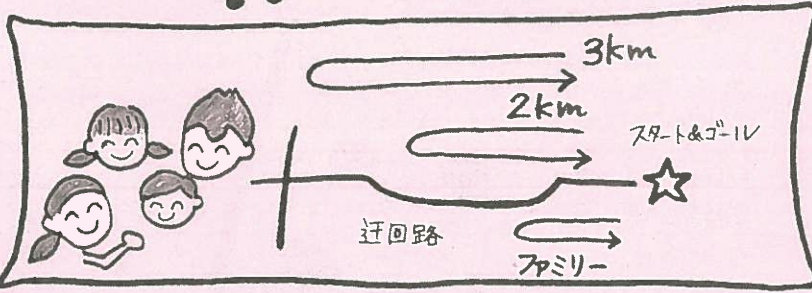
平成29年10月15日(日) 雨天決行☔
菰野町庁舎～三重県民の森周辺
開会式 8:00～

大会オフィシャルページ
<http://www.kamoshika-marathon.com>

| スタート時間 | |
|--------|-------|
| ファミリー | 9:00 |
| 2km | 9:20 |
| 11-7 | 10:00 |
| 10km | 10:25 |
| 3km | 10:40 |



今年のゲストランナーは、
横浜DeNAランニングクラブ
総監督
三重県出身
瀬古 利彦さん



食べもの
うどん・串カツ・からあげ・まこ汁・生ビール・
味ごはん・おにぎり・やきそば・ウィンナー・
シュクリーム・かき氷・ラーメン・ぎょうざ・大福
etc...

アトラクション(ステージ)
菰野中ブラスバンド部・菰野高ブラスバンド部・
エアロ体操・フラダンス・よさこい・
ゲストトークショー etc...

体験コーナー&おたのしみ
ミニエステ・マッサージ・ストレッチ・ウェア販売・こもしかグッズ販売 etc...

お気に入りの撮影ポイントや応援ポイント
をみつけるのも楽しいかも♡♡♡
みんなが盛り上げていきましょう☆☆☆

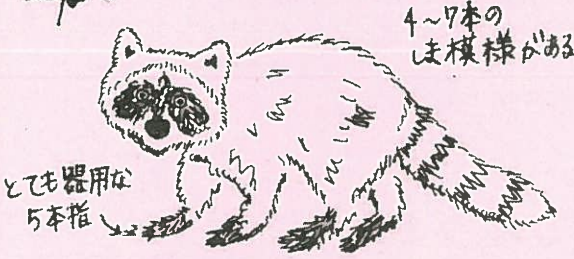
アライグマにご用心!

荻野町内に
出没中!!



みなさんアライグマってどんなイメージを持っていますか?
多くの方が動物園やアニメで見るとかわいらしい姿を思い浮かべませんか?
しかし、その実態は非常に凶暴な性格の危険な動物であることを知っておきましょう!!
野生化で繁殖し、人に被害を及ぼす害獣となっています。

※他にはハクビシン・イタチ



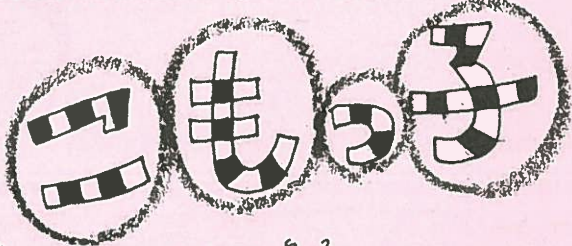
【アライグマ科】
全長 60~70 cm (尾含む)
体重 4~10kg

【雑食】
ネズミ、カメ、ザリガニ、カエル
魚、昆虫、果実、農作物、
鹿の死骸...
何でも食べる!

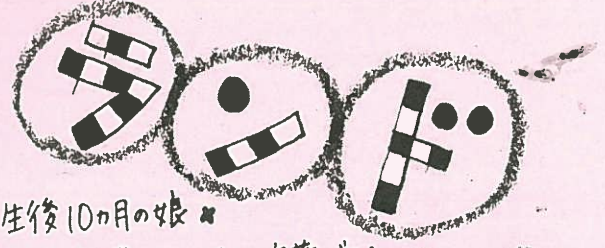


〇〇〇 実体験 〇〇〇
 ・倉庫に置いてあったビニール袋の袋を破って食べていた。
 ・作ったカレーを鍋に入れておいたら、家の中まで食犬にきていた。
 ・道を子どもだけで横断していて、渡りかけた所に母親が居なくて
 叫んでいた。様子を見に近寄ったが、全く逃げなかった。

- ・「特定外来生物」に指定されていて、学術目的外で輸入や飼育、譲渡することを禁じている。
- ・見た目とは裏腹にとっても凶暴! 鋭い牙や爪を持っていて、繁殖期や警戒期には攻撃的で近づくものに咬みついたり、引っかいたりしてくる。
- ・引っかかれたりしてできた傷から害獣が持つ菌が入り、感染症を起こす可能性がある。咬まれた場合は、狂犬病を発症する可能性もある。



反抗期の3才息子
 パパが強めに怒り、思わず舌打ち(5i)
 息子「パパなんか嫌い!! ちゅ!!」
 舌打ちの真似しつづりが「チュウ♡の口...」
 怒ることも忘れてみんな爆笑!!
 さらに息子は怒りました...
 p.n. 反抗期家



生後10ヶ月の娘
 初めのお喋りはどんな言葉だろう...
 「ママ」かな、ワクワク!!
 そしてついに迎えたその感動の瞬間!!
 初めてハッキリ喋った言葉は...
 「わんわ」でした...
 犬に負け...
 p.n. わんにゃんママ



6才の息子、筋肉モリモリに憧れが
 息子「ちよと筋肉ついてきたやろ?」
 とカゴのポーズ
 母「ほんとジーン! いいやん♡
 筋肉モリモリやな!!」
 息子「これ!」
 卵も上手に割れるわ
 母「え... 目指すとこ、そこ...?!」
 p.n. ママは筋肉セロ

2才の娘
 娘「ママー...」
 まっぶろ、こーりー
 おちろー!!

母「???」
 まっぶろ、くりね(笑)
 ブロコリーも
 大好きな娘です♪
 p.n. こちゃんママ



町内の5地区の小学校では保護者や地域の方が「図書館ボランティア」として活躍されています！
読み聞かせをはじめ、図書館の飾り付けや本の修理などされているんですよ。子どもたちと本をつなぐボランティアさんに、絵本を紹介してもらいます。

ぶりっぺ すかっぺ

村上八千代/文 セベまきゆき/絵
(ほるぷ出版)



ぶりっぺとでちゃうとはずかしい「おなら」も、じつは体にとってはとっても大切な意味のあるサインだった!?子どもと笑いながら「おなら」について、おもしろおかしく知ることができる絵本です。他にも「うんこのえほん」があるよ。

つぼの中から出てくるのは何かな？
ページをめくるたびに驚きの連続!!
最後には「あ〜良かったねえ」と思える絵本です。

ちゅうちゅうたごかいな

新井洋行 / 作
(講談社)



やさいのおしゃべり

泉なほ/作 いもようこ/絵
(金の星社)



冷蔵庫の中で、しわしわになってしまった大根さん。かぜをひいてしまったさつまいもくとじゃがいもさん。そして、ぶにやぶにやになりかけているきゅうりくん。
出番を楽しみに待っている野菜たちは、一体どんなおしゃべりをしているのでしょうか…。

おいしいものみ〜つけた

☆定番おかず☆ チョイデコハロウィンメニュー

★ミイラウィンナー

- ① スライスチーズを5mm幅で切る。
- ② ボイルしたウィンナーに①を巻き、斜めに置く。
- ③ スライスチーズをストロ〜型どり白目に!黒目は海苔で!

★木棺たまご焼き

- ① 卵焼きの断面が見えるように置く。
- ② 海苔を十字架の形にカットして、卵焼きの上にのせる。

★がぼのワカレ

- ① 1つものワカレを皿に盛る。
- ② お椀が湯のみにラップを敷きご飯を入れて形を整えワカレの上へのせる。
- ③ 海苔をカットして尻尾のパーツを作る。
- ④ 人参、スライスチーズでデコる!

- ① がぼのワカレをラップで包む。
- ② ラップをはずしつまようじで目と口を入れる。
- ③ 海苔をカットして顔のパーツを作る。
- ④ へらに見立ててポロリッツものをのせる。

シートにのせたままつまようじでイラストを書き加えるようにする。

enjoy!

知っとる!? 孤野弁

「女心と秋の空」とは昔から言いますが、山が近い孤野は特にお天気が変わりやすいようで…

婆: 雨降ってきそうやで 洗濯物よせといて おくれ座敷に つくねといて くれたらええで
孫娘: うん、分かった (しばらくして母 帰宅)
母: ただいまー急に雨降ってきたで参ったわ洗濯物おばあちゃんが入れといてくれたん?
娘: 私が入れたん。私が! (どや顔)
母: そんなに きよて言わんでも …
まあ助かったわ、ありがとな。今日は早よ晩ご飯にしようか
父: この だいに漬け ちよつともう こわいな
婆: ほら ひね漬け やで、もう しまいもん やしな
父: まあ しがんどると うまいけどな
娘: お父さん 早よご飯食べて将棋しよう!
(昨今の藤井四段ブームにはまるミーハーな娘です)
父: おう、まあ今日も楽勝やな
(ところがどっこい今日は娘が優勢に進めているようです)
しもた! つんでもた…
娘: やったー 私の勝ちー♪
母: まあ お父さん 飛車、角ぬきなんですけどね(苦笑)

生意気、反抗期 真つ盛りの娘ですが、まだまだ可愛いところもあるようで… 娘に甘々の父なのでした

よせる → 取り込む つくねる → 無造作に積み重ねる
きよて言う → 気張って言う だいに漬け → たくあん
こわい → 硬い ひね漬け → 古漬け しまいもん → 最後のもの
しがむ → 何度も噛みしめる しもた → しまった

知っていますか？

新しい洗濯表示



【平成28年12月から洗濯表示が変わりました！】日本だけで使われていた洗濯表示を海外と同じものにしました。

☆新しい洗濯表示の良い点は…？

- ・日本で買った服も海外で買った服も洗濯表示が統一されます！
- ・洗濯記号が増えたのできめ細かい情報を知ることができます！



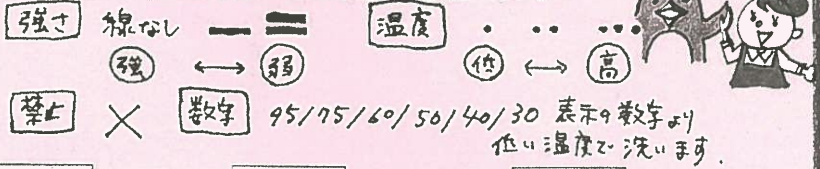
新しい洗濯表示は【5つの基本記号】と【温度や強さなどを表す記号】【数字】で表します。

洋服のお手入れ方法が分かりやすくなったネ！

【5つの基本記号】



【温度や強さなどを表す記号、数字】



| 家庭洗濯機 | 漂白 | タンブル乾燥 | 自然乾燥 | アイロン |
|---|--|---|--|--|
| <p>40℃限度洗濯機(標準)</p> <p>30℃限度洗濯機(弱)</p> <p>40℃限度手洗い</p> <p>家庭洗濯機NG</p> | <p>漂白OK</p> <p>酸素系OK、塩素系NG</p> <p>漂白NG</p> | <p>高温80℃まで</p> <p>低温60℃まで</p> <p>タンブル乾燥NG</p> | <p>日干し 陰干し</p> <p>干し</p> <p>濡れ干し</p> <p>平干し</p> <p>濡し平干し</p> | <p>高温 200℃以上</p> <p>中温 150℃以上</p> <p>低温 110℃以上</p> <p>アイロンNG</p> |

記載したのはほんの一部です。詳しくは、消費者庁HPチェック！

こもっ子パパ

我が家には9ヶ月になる息子がいます。まだ9ヶ月かと思う日もあれば、もう9ヶ月かと思う日もあり、毎日の成長がとても楽しみです。

平日は仕事があるので毎朝少しのスキンシップをし、夜は泣いてきたらとんとんや、抱っこをし寝かせるしか息子と接する事がないたため、週末になると成長の早さに驚きと喜びを感じています。

妻が母乳をあげているときは、心から一度でいいから自分が息子に母乳をあげたいと思ってしまいます(笑)

絵本を読んだり、おもちゃで遊んだり、お散歩をしたり、公園やいろいろなところにも行きました。だんだん息子の表情や声の出し方がかわって、少しずつ理解できてきたように感じています。

つい先週のことですが、初めて熱がでました…。妻に病院に行ってもらいましたが心配で、家に帰りいつもと違う声で泣く息子がかわいそうでしたが、僕に甘える姿をみて、まるでお父ちゃんを呼んでいるような気がして少し心が温かくなりました。今は熱も下がり元気に遊んでいます！

これからの成長が楽しみでわくわくします。

ペンネーム わくわく父ちゃん

健診受けて湯かった♪無料温泉チケットプレゼント!

所定の要件を満たした方5名1組で応募できます。

＜応募先及びお問い合わせ先＞
 菰野町役場 健康福祉課
 健康づくり係 tel:391-1126
 fax:394-3423

受付中



子育てサロン9~11月の日程

| | | | |
|-----|-------------|----|--------------------------|
| 菰野 | 9:30~11:30 | ミセ | 9/1.20、10/6.18、11/15 |
| 千種 | 10:00~11:30 | 農環 | 9/6.20、10/4.18、11/1.15 |
| 鶴川原 | 10:00~11:30 | ミセ | 9/14.27、10/12.25、11/9.22 |
| 朝上 | 10:00~11:30 | ミセ | 9/7.21、10/5.19、11/2.16 |
| 竹永 | 10:00~12:00 | ミセ | 9/6.20、10/4.18、11/1.15 |

「ハニッシュカコウキ」

「あたたかく過ぎていく毎日…。眠る前に、子どもたちとゆくり話をしよう。にしたいです!!!」
 Yu-ka ママ

「ドキドキしながら参加していたこもっ子mama。1つのまにが、楽しい&和やかな場になりました♡」
 カワウママ