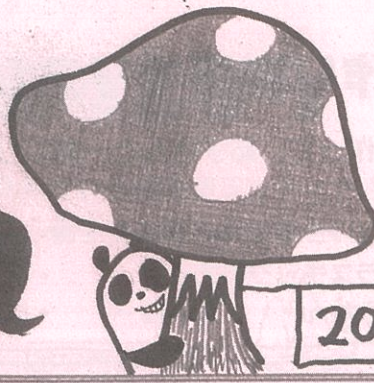


こもっ子 mama



発行：No.73 令和5年9月1日

社会福祉法人 菰野町社会福祉協議会
こもっ子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

2023年 秋号

まだまだ暑い日が続きますが、もう少しで過ごしやすい気候に…と思っているとあっという間に年末に！！
動きやすい今のうちに、少しずつ年末の大掃除を始めていきませんか？
出たゴミの出し方、分別はきちんとできていますか？今一度確認してみましょう！

ゴミの出し方・分別



各施設で受入可能な廃棄物

- 菰野町清掃センター 永井3089-1 Tel 396-0606
可燃物、資源物
- 菰野町不燃物処理場 菰野8346-1 Tel 394-3007
金物、小型電化製品、ガラス、陶磁器くず、資源物

持ち込みの場合も
小さくして持ち込み
下さい！

詳しくは、
菰野町役場 環境課 391-1150

手作り楽器でリズムあそび♪

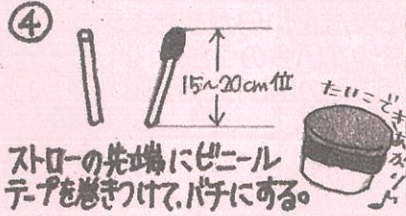
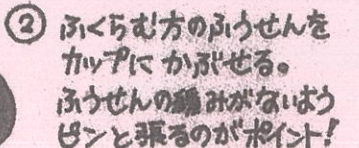
芸術の秋！楽器を作って、お子さんと一緒にリズムあそびしてみませんか？

ふうせんたいこ

<材料>

- ・プラスチックのカップ
- ・テープ (ビニールテープ・マスキングテープ)
- ・ふうせん
- ・ストロー
- ・はさみ

<作り方>



～リズムあそび～

《どんぐりころころ》

どんぐりころころ どんぶりこ
 トン トン トントントン
 (♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪)

おいけにはまって さあたいへん
 トン トン トントントン
 (♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪)

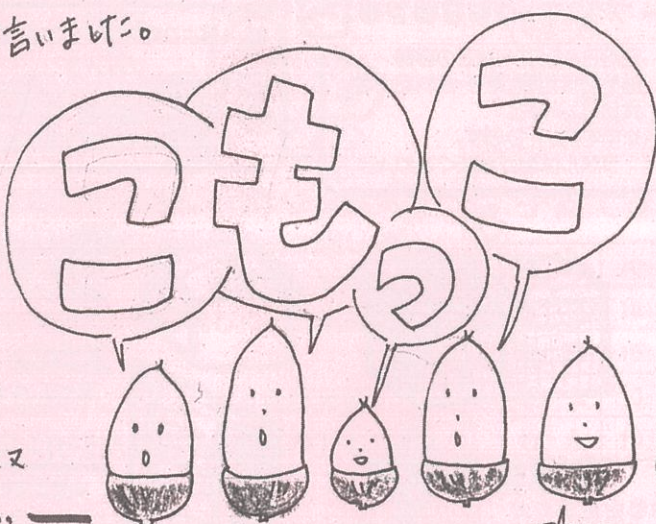
どじょうがでてきて こんにちは
 トン トン トントントン
 (♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪)

ぼっちゃんいっしょにあそびましよう
 トン トン トントントン
 (♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪)



お風呂あがりに
 年少さんの娘が言いました。

「ママのおしり、
 ダルダルで
 かわいいねえ♡」
 だるだる...?!
 (ほんとに
 褒められてる?!
 P.N. フリフリマ)



いちごを食べている2歳の娘に
 「いちご」と言わせたい父。
 いちごを指さして娘に聞きます。
 父:「これは何かな？」
 娘:「.....」
 父:「いち...?」
 娘:「にー。しん。しー。」
 2 3 4
 正解の「ご」まで
 5
 あと1歩!!
 P.N. はるなのまーま

じいじとお散歩中の3才息子くん。
 ブロンズ像を見つけ...

息子:「じいじ!! やばいよ!!
 人間がめっちゃ固まってる!!」
 じい:「魔法でもかかったんちゃうか(笑)」

2人の冒険はまだまだ続きます!



家でトイレできるけど、外のトイレはまだ苦手な3才長女。
 この間、園でのトイレに成功しました!
 先生と「すごいね!!」ってほめまくり。
 「もう5才のお姉さんになったから、
 年齢のサバをよんで得意気な娘でした(笑)」
 P.N. リママ

魔法のとびら

図書ボランティア

- ・絵本の読み聞かせ
 - ・本の修繕、整理
 - ・図書室の掲示
- などを小学校で行っています



町内の5地区の小学校で活躍されている図書ボランティアさん。
秋にぴったりの絵本です。ぜひ、親子でお楽しみください。

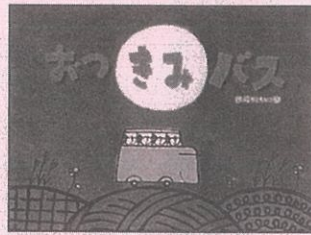
くまののんきーは、冬ごもりの準備を始めます。

今のうちにおいしいものを食べて、ふかふかのベッドも見つけました。なのに、なにかをやり残している気がする…。

さて、のんきーが冬ごもりの前にやったこととは？

おつきみバス

作・絵／藤本ともひこ
(鈴木出版)



今日はおつきみ。ところが、おつきさまにお供えしたおだんごが、うさぎに盗まれてしまいました！バスくとねすみたちが追いかけていくと…。おしゃべりする不思議なバスに乗ったねすみたちのものがたり。しゅっぱつしバス！

世界中で愛されている「14 ひきシリーズ」。優しい色使いと、森の中や14 ひきの家族の細かな描写が見ていて飽きない絵本です。赤やオレンジの秋の色が溢れて、とてもきれい。最後の秋の実りの食卓のシーン、とっても美味しそうです♪

おちばのフール

文／西沢杏子
絵／山口まさよし
(子ども未来社)



14ひきのあきまつり

作・絵／いわむらかずお
(童心社)



おいしいもの. みつけた!

「酵素の宝庫」と言われている **麹** (こうじ)！

酵素は消化吸収を促進し、腸の善玉菌を増やして腸内環境を整えてくれます。身体にとってもいい麹を手軽に取り入れてみましょう♪ 米こうじを使ったレシピを紹介します！

こうじ納豆の作り方

【材料】

- ・米こうじ 50g
- ・納豆 3パック
- ・醤油 大さじ3
- ・酒 大さじ5
- ・みりん 大さじ2
- ・人参 1/2本
- ・塩こんぶ 20g
- ・ごま 20g

【作り方】

- ① お鍋に醤油、酒、みりん、みじん切りにした人参を入れ、火にかけ3分ほど煮る→少し冷ましておく
- ② ①へ米こうじを入れて、汁に浸す
- ③ 納豆を保存容器へ入れ、②を合わせる
- ④ 塩こんぶとごまも入れ、混ぜ合わせたら完成♪
冷蔵庫入れ一晩ほどしてから美味しく食べられます
冷蔵庫で1週間ほど保存可能だよ♪

【ポイント】

・熱い温度(60℃以上)に米こうじを入れてしまうと
せっかくの酵素が壊れてしまうので注意！

スーパーで400円くらい売っているよ！乾燥タイプが保存しやすくgood!

知っとる!?菰野弁

秋といえば中秋の名月。昔から菰野町ではお月見には里芋をお供えますよね。小学生の孫娘とおばあちゃんのある日の出来事です。

- 婆： もうじき お月さんの日やで
はたいも ほってこなあかんな
- 孫娘： 芋ほりするん？ うちもいくー
- 婆： ほら **てとって** くれると **はりあいええ**な
(次の日、たくさんの里芋をほってきました)
- 父： また どつと ほってきたな
- 婆： **いっかと まにあう** ようなつたで **はかい**つたわ
- 父： ホンマにか、遊びにいっつただけちやうんか
- 婆： そんなことあらへんわさ ようてとつてくれたに
- 娘： うち がんばったんやでな!
- 父： ごめんごめん **かすめとつた**わ ほら えらかつたな
- 娘： そやけど こんなに食べれるかな
- 婆： いっぺんに食べやんでも **かことける**で **ええ**わさ
- 娘： よかった！お月さんの日 楽しみやなー
きれいな満月 見れるといいな♪

- はたいも → 里芋 てとって → 手伝って
はりあいええ → やりがいがある いっかと → 一人前に
まにあう → 役に立つ はかいく → はかどる
かすめる → あなどる かこう → たくわえる

子育てサロンに行ってみよう!

菟野町では小学校の校区ごとに子育てサロンがあるのは、知っていますか?未就園児さんとその保護者の方なら、どなたでも参加できますよ。パパ、ママ、じいじ、ばあば・・・どなたでもOKです。住んでいる地区以外の子育てサロンにも、気軽に参加してくださいね♪
それぞれのサロンでイベントも予定していますので、ご家族で楽しんでくださいね。

地区	菟野	千種	鶯川原	竹永	朝上
サロン名	ヤッホー	あいアイ	うきうき	ふわふわ	さらさら
会場	菟野コミセン	千種コミセン	鶯川原コミセン	竹永コミセン	朝上コミセン
R5年度 9月	1金 20水	6水 20水 音楽会	14木 27水 ◎	7木 21木 ◎ 合同	7木 21木 ◎
10月	6金 18水 ☼	4水 18水	12木 25水	5木 19木	5木 19木
11月	祝日:休み 15水	1水 15水	9木 22水	2木 16木	2木 16木
12月	1金 20水 ☼□	6水 20水 ☼	14木 19火 ☼□	7木 21木☼□ 合同	7木 21木 ☼□

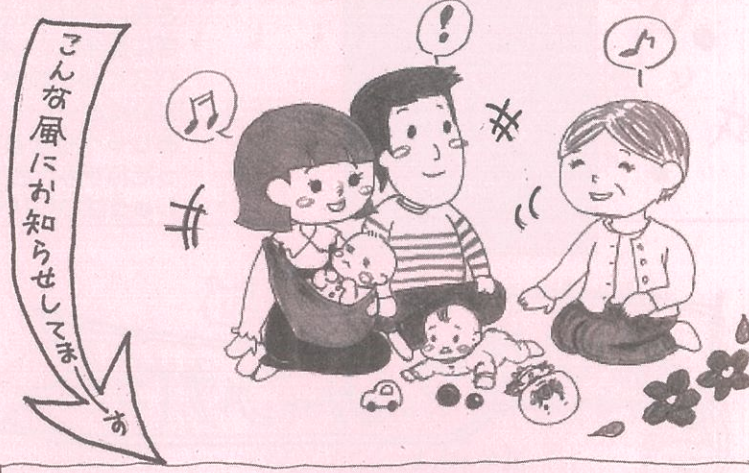
ハロウィンやクリスマスなどのイベントのときは、かわいい衣装で参加するお子さんも多いですよ♪

9/21、12/21は竹永と朝上は合同開催。会場は、朝上地区のコミュニティセンターです。

◎:保育士さんとあそぼう ☼:ハロウィン ☼:クリスマスイベント □:しんちゃんの絵本ライブ

【開催場所】各地区コミュニティセンター
【時間】10:00~11:30
参加無料・予約不要です。

赤ちゃん向けおもちゃがあるよ。
絵本の読み聞かせや、手遊びなど
サロンによって内容も様々です。



こもっ子たち

我が家は昆虫好き6歳息子と元気いっぱい2歳娘の4人家族です。私達は一年前に菟野町に引っ越してきました。子ども達はすぐに新しい環境にも慣れ、近所のお友達にも恵まれ、毎日楽しく、自然の中を駆け回っています!

そんな私達家族は菟野町に来てから温泉が大好きになりました。ある日「2人で温泉に行こう」と息子に誘われ、その日から、ママと娘を置いて2人で温泉に行くことが多くなりました。

普段の生活では大好きなママと過ごす事が多い息子。私も家ではどうしてもまだ手のかかる娘の相手をする事が多く、温泉での2人きりの時間はとても貴重で楽しい時間です。

ちなみに帰りに内緒のアイスクリームを食べて帰る日は必ず、家について5分後には「さっきにアイス食べたんだよ」と妹に報告してしまう、まだまだかわいい息子です。

これからも息子との時間を大切にしながら、娘とも一緒に楽しめることも見つけていきたいと思っています!

パンネーム 用心棒パパ

子育てサロン9~11月の日程

菟野	10:00~11:30	コミセン	9/1.20、10/6.18、11/15
千種	10:00~11:30	コミセン	9/6.20、10/4.18、11/1.15
鶯川原	10:00~11:30	コミセン	9/14.27、10/12.25、11/9.22
朝上	10:00~11:30	コミセン	9/7.21、10/5.19、11/2.16
竹永	10:00~11:30	コミセン	9/7.21、10/5.19、11/2.16

*9/21朝上・竹永合同開催 朝上コミセン
★当日自由参加・参加費なし 遊びにきてね!

