

だんだん寒さも厳しくなり、外遊びの機会が減ってきますよね。そこで今回は三重の木にたくさん触れて、自然を身近に感じながら家族みんなで遊べる素敵なスポットを紹介します！

三重県民の森 自然学習展示館内にあり、赤ちゃんから遊べる屋内施設なので、雨の日も安心♪

知っていますか？ 三重県民の森 大幅リニューアル！！

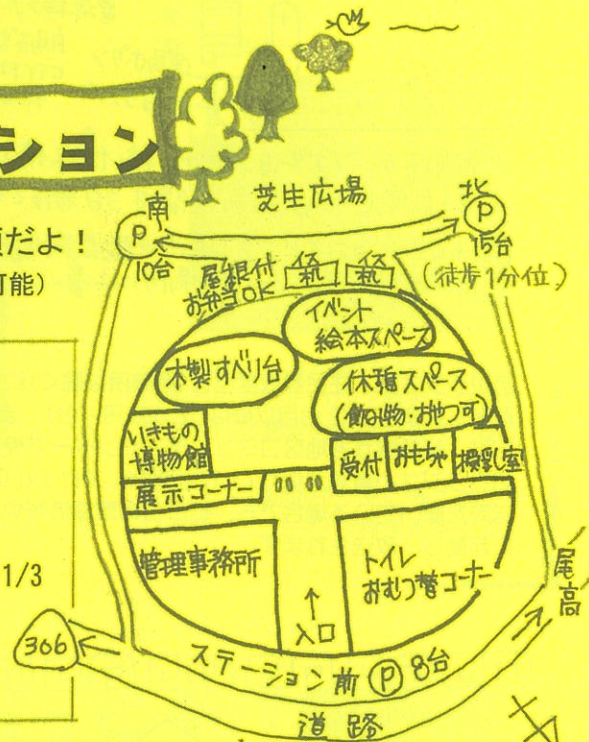
## みえ森林教育ステーション

入館は事前申し込み制、利用するには **事前予約** が必須だよ！

(当日、空きがあればその場で受付可能)

### 【基本情報】

- ・場 所 三重県民の森 自然学習展示館内  
〒510-1251 三重県三重郡菰野町千草 7181-3
- ・TEL 059-394-2350 (受付時間 9:00~16:00)
- ・開館時間  
午前の部 9:30~11:00  
午後の部 13:30~15:00
- ・閉所日 毎週木曜日 (木曜日が祝日の場合は翌日) 12/29~1/3
- ・入館料 無料
- ・駐車場 あり (ステーション前と徒歩1分圏内2か所)
- ・乳幼児 授乳室、おむつ替え、ベビーチェアあり



### 【予約について】

- ・三重県民の森ホームページみえ森林教育ステーションページ内の **予約フォーム** から申し込みができるよ！！入館するすべての方の人数をお知らせしてね。
- ・予約は利用の1ヶ月前から受付しています。
- ・来館できなくなった場合は **必ずキャンセル連絡** をしましょう。(電話連絡でもOK)
- ・子どものみの利用はできません。保護者の付き添いが必要です。



### Enjoy 1

#### 木製滑り台であそぼう！

子どもたちが大好き♪  
 大きな滑り台があるよ。  
 大人も一緒に滑ってOK。  
 お家のようなアスレチックでかくれんぼもできちゃう。  
 すべて三重県の木で出来た遊具が魅力的です。



主に乳幼児用！

### Enjoy 2

#### 木のおもちゃであそぼう！

全国から特色のある木のおもちゃが集まっているよ。  
 受付でおもちゃを1つ選んで遊んだらお片付けをして返すルール。木の香りや温かみを感じながらルールを守ってあそぼう。



### Enjoy 3

#### イベントも定期的開催！

自然素材を使った工作などのイベントも開かれていますよ。  
 生き物や自然が観察できたり昆虫や鳥の標本もあつたりと五感を動かしながらのびのびと過ごせます。



【お問い合わせ】みえ森林教育ステーション  
 TEL : 059-394-2350 (受付時間 9:00~16:00)  
 HP <https://mie-mori.jp/>



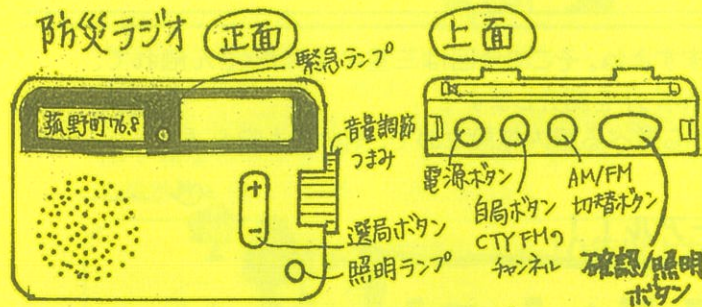


# 便利に使おう！防災ラジオ



まだ持っていない？  
もらっといで!!

あなたのお家では、防災ラジオを聞いていますか？親子向けイベントの情報や、気象警報発令時の情報入手にも便利なんですよ。



- 普段はACアダプターをコンセントに挿したまま使います。
- 単3乾電池のみの稼働時間は3日程度です。

⑤ 水がかかるおそれのある場所や電磁調理器の近くなど、磁気や電磁波が発生する場所には置かないようにしましょう。

防災ラジオは、住民登録全世帯(事業所は除く)に1台ずつ無償で配布されます。(2台目以降は12,000円/台) まだ持っていない方は、総務課が各地区コミュニティセンターで受け取れます。防災ラジオの電源が切れている状態や、CTY FM(76.8MHz)以外の放送局を聴いている場合でも、町からの緊急情報やお知らせが自動に起動し、放送されます。

## 《緊急放送》

避難に関する情報、地震情報、国民保護情報など。放送時は、設定音量に関わらず、最大音量にて放送されます。※確認/照明ボタンを押すと、通常音量に戻り、緊急ランプ・照明ランプが消灯します。

## 《一般放送》

お知らせ番組『MAKOMO Station』  
平日の朝・夕6:50～、それぞれ10分間の放送。

Weekly KOMONO	役場からのお知らせ
Pick Up KOMONO	菟野町各施設へのインタビュー
Fresh KOMONO	今日・明日のイベントのお知らせ

臨時放送：行事やイベントの当日変更、コミバス運休情報など。

★普段は、一般のラジオ同様にAM/FMのラジオ放送を聴くことができます。

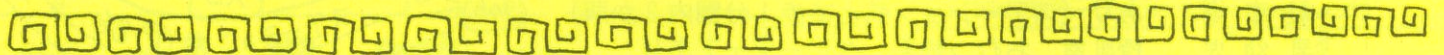


※防災ラジオのほかに、適時に行政情報などを配信する「行政情報メール」があります。情報受信手段の多重化の視点からもぜひ登録してくださいね。(詳しくは町のHPをご覧ください)  
※転出時は、総務課が各地区コミセンに返却をお願いします。



お問い合わせ先  
総務課安全安心対策室

☎59-391-1102



年長の息子が  
家の中で転けた時に...



息子：「ママー！  
足、骨った!!」

母：「え?! どういうこと??」

息子：「骨? 痛い! の(泣)泣」

母：「グキッってなったってこと??」

息子：「そう!!」

痛がる息子を心配して、

心ど壊れてしまっ母でした...

P.N. はるなのまーま

# こもっこと ランド



年少娘

「大きくなったら、  
オータニと結婚したいな♡」

母：「そーなんだ? たんで??」

娘：「んーと... 楽しそうだから?  
ママは オータニと結婚  
したことあるの?」

テレビを見れば、パパとママが  
一喜一憂する姿が印象的だ。なのかな?  
P.N. テレビっ子

おにぎり大好き3歳ちゃん

ママ：「指にお米ついてるよ」

3歳：「ちがう、これ、てんくそ!!」

おにぎりに混ぜてあった 天かす でした(笑)

P.N. ママは天かす派

あんこ大好き小4の息子

：「とから産 こまめ 使って!!」

母：「あるあるやけど、十勝読めて小豆読めやんか...」

父：「じゃあ 大きい豆は?」

息子：「え? ... おおまめ?」

父：「また そのままやん(笑)」

大豆は去年学校で収穫した。習ってるやろ!!

P.N. 確かに読めやんか...







小学校の朝の読み聞かせで子ども達に人気のあった絵本を教えてくださいました！  
最後までワクワクが止まらない3冊です。

## じゃんけん

作・絵／むらいきくこ  
(岩崎書店)



お母さんはいつだってじゃんけんで決める。じゃんけんに弱い「ぼく」が、大好きないちこのケーキをじゃんけんで勝ち取ることができるのか？負けれない戦いの行方はどうなるのでしょうか？

- みなさんは出前を頼んだことがありますか？人手が足りないこのうどん屋さんでは、うどんのうーやんが自分で出前に出かけます。
- さて、無事に出前を届けることができるのか？読み終わると元気になる一冊です。

## うどんのうーやん

作／岡田よしたか  
(プロンズ新社)

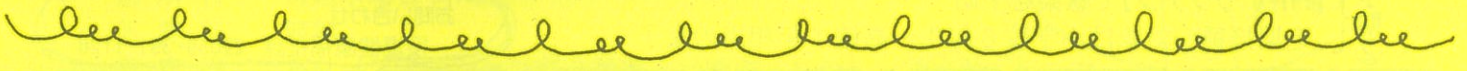


- 一生の間に、みんなは何をどれくらいするのでしょうか？身近な生き物に隠された驚きの数字が次々に出てきます。
- いろいろな動物が一生に残す数字がわかる、ユニークな科学絵本です。

## ライフタイム

いきものたちの一生と数字

文／ローラM.シェーファー  
絵／クリストファー・サイラス・ニール  
訳／福岡伸一 (ポプラ社)



## おいしいの みつけかた

とっも簡単親子 cooking

### スイートポテト

材料(5~6人用)

ジャガイモ 中本(約300g)

- (A) バター or マーガリン 10g  
砂糖 20g  
塩 少々  
牛乳 20g~
- (B) 卵黄(マッシャー用) 1/2個  
アイスカップ

### 作り方

- ① ジャガイモの皮をむき輪切りにして水に3分程さらす
- ② 耐熱皿に入れラップをかけレンジで柔らかくなるまでチンする
- ③ ジャガイモをマッシャーでよく潰す
- ④ 熱いうちに(A)を加えよく潰し牛乳を成形できる位のぬめらかさになるまで少しづつ加える
- ⑤ 成形しアイスカップ1にのせ表面に(B)を塗る
- ⑥ 1000wで5~10分トースターで焼き色をついたら完成

アレンジレシピ  
ジャガイモ羊羹

- ① 鍋に水(130g)粉寒天(4g)を入れ煮立2.5分ニ、砂糖(50g)を加える
- ② ①の鍋につぶした焼き芋(300g)を加えよく混ぜる
- ③ 水でぬらした型に水で冷蔵庫で冷やし固める

## 知ってる!? 孤野弁

おなじみ一家の末娘、この冬、成人式を迎えます。

- 母； いとこのAちゃんちから成人式のお祝いもろたぞ
- なんぞ 返しせなあかん
- 父； あそこも来年 成人式やろ。返しは つきあいにしとく やわ
- 母； それもそうやな。お礼言って断つとくわ
- 父； 成人式8日なんやな。組の新年会と たてあう で弱ったわ
- 娘； 別に朝、着物きて見せたらすぐ行くんやでええやん
- 父； ほんでも送り迎えとか写真撮ったり、いろいろあるやろ
- 母； 送り迎えは私行くわ。 いきしな に実家寄らなあかんし
- 娘； 写真は前撮りで散々撮ったんやで もうええやろ
- 母； ええわけないやろ！その日が本番なんやで
- 娘； はあ〜朝早いし、着物えらいし、同窓会もあるしめっちゃ疲れそう…
- 母； 成人式ちゆうたら一大イベントやろ！もっとやる気出して！
- 娘； なんで母さんがそんな張り切つとんの…
- 父； まあ つぐる日 休みなんやし ええやんか
- 娘； もううち次の日 何もせん！一日中寝るでな
- 母； あんた いつも休みの日 ねっからかしたる やんか  
女の子の成人式は大変ですね。良い一日になりますように♪

### では解説はこちら…

- なんぞ → 何か      たてあう → 予定が重なる  
つきあいにしとく → 申し合わせて相殺する  
いきしな → 行く途中      つぐる日 → 次の日  
ねっからかす → ひたすら寝る



# 子宮頸がん検診受けていますか？

子育てが忙しいと、自分の事は、つい後回しになってしまいますよね。そこで今回は、子育て世代に発症が多い子宮頸がんについてお伝えします。病気について知り、予防や治療につなげましょう。

## 子宮頸がん・・・子宮の出口に近い部分にできるがんです

子宮頸がんになる人は、20～30歳代の若い世代で増えています。主に性交渉によるHPV感染(ヒトパピローマウイルス)が関連しています。このHPVはごくありふれたウイルスで、50%以上の女性が一生に一度は感染するともいわれており、感染しても、必ずしもがんになるわけではありません。

町では令和元年度から、子宮頸がん個別検診(細胞検査)と同時に、HPV検査が受けられるようになりました。HPV検査併用は3年に1度の対象年齢があり、対象の方には健康福祉課より個人通知が届きますので、町の受診券を使ってお得に受診しましょう。

HPV感染から、5～10年以上かけて、一部がんへと移行します。



### 【細胞診検査】

子宮頸部を綿棒などでこすり、取れた細胞粘膜を顕微鏡で検査

### 【HPV検査】

子宮頸がんの発生に関与しているHPV感染の有無を調べる

### 細胞診検査とHPV検査を併用するメリット

- \*細胞診検査で採取した細胞をそのまま利用するので身体への負担なし
- \*がんになる前(前がん病変)の段階でほぼ確実に見つけることができる
- \*前がん病変で見つけることができれば子宮を残して治すことが可能
- \*将来がんになるリスクがわかる

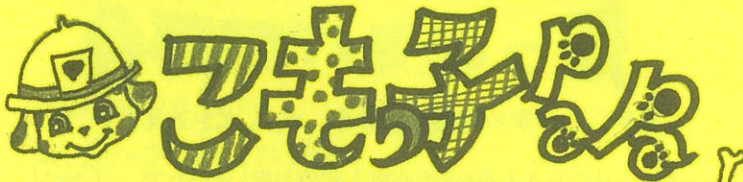
両方の検査が異常なしの場合は2年間検診を受ける必要なしとなります

### 【HPVワクチン】で感染を予防

定期接種の対象は小学校6年生～高校1年相当の女子

お問い合わせ

役場健康福祉課 ☎059-391-1126



私はパウ・パトロールにハマっている6歳の娘と農機具等を“ちんちんね”と呼ぶ2歳息子の父です。

5年前に愛知県から実家のある菟野町に引っ越してきました。今は単身赴任中でもっぱらLINE電話ですが、切るボタンを覚えた2歳児に毎日電話を切られています。

たまに私が帰ってきた時は寝る場所がありません。子ども達の寝相が悪過ぎてソファで寝ることもしばしば…

そんな子ども達ですがご近所さんに温かく見守られ支えられ、いっちょ前に育ちました。そこも地元ならではの良さでありがたく感じています。

近所のお祭りに行けば従姉妹が焼きそばを焼き、じいちゃんが焼き鳥を焼き、お隣さんの味ご飯を食べるアットホームな空間。流暢に菟野弁を話せるようになったのも納得です(笑)

これから自転車に乗れない娘と練習したり、田植えや雪遊びとやりたい事が沢山あります。そのために今日も1日頑張ります。

ペンネーム ツネオの孫

## 子育てサロン 12～2月の日程

菟野	10:00～11:30	欠席	12/1,20, 1/17, 2/2,21
千種	10:00～11:30	欠席	12/6,20, 1/17, 2/7,21
鶯川原	10:00～11:30	欠席	12/14,19, 1/11,24, 2/8,28
朝上	10:00～11:30	欠席	12/7,21, 1/18, 2/1,15
竹永	10:00～11:30	欠席	12/7,21, 1/18, 2/1,15

【未就園児の親子、自由参加】

★12/21→朝上・竹永合同開催

## 編集後記

公園で遊ぶのが大好きな我が家！でも寒いと外遊びも難しくなってしまうので、室内でおもちゃ遊びや、お散歩など、できる限りお楽しみをたくさん提供したいと思っています。冬でもお楽しみをたくさん提供したいと思っています。冬でもお楽しみをたくさん提供したいと思っています。

あつという間に12月!!今年こそは早めに大掃除に取りかかろうと思っていたのに、全く手付かずの我が家です。年内に終わる気がしない…

