

みんなのふくし



千種地区ふれあい弁当ボランティアグループ 花しょうぶの会

菰野町では、小学校区ごとにお一人暮らしで見守りの必要なご高齢の方を対象に「ふれあい弁当」をお届けしています。千種地区では、ボランティアグループ「花しょうぶの会」の方々に毎月2回、心のこもった手作りのお弁当を配達していただいています。ボランティアさんも募集中です。

 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。

■トピックス

- ・ 歩行浴更新の手続き
- ・ ベビーマッサージ参加者募集
- ・ ボランティアおしらせコーナー

ポッカポカちゃんを探してみよう！

本紙の中に、ポッカポカちゃんが隠れているよ！探してみてね。ここにいるポッカポカちゃんも一緒に数えてね。答えは最後のページの下に書いてあります！



菰野町社会福祉協議会
マスコットキャラクター
ポッカポカちゃん



この広報紙は赤い羽根共同募金の配分金を活用して作成しています

「みんなの運動サロン」 に参加しませんか？



とき	ところ
3/10(火)、24(火) 10:00~11:00	菰野地区 コミュニティセンター
3/5(木)、19(木) 10:00~11:00	鶴川原地区 コミュニティセンター
3/6(金)、13(金) 10:00~11:00	竹永地区 コミュニティセンター
3/12(木)、26(木) 10:00~11:00	朝上地区 コミュニティセンター
3/3(火)、17(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し出しできます)、水分補給できるもの

■お願い

お住まいの地区の運動サロンにご参加ください。

申し込み
不要

けやきでお茶のみ会のご案内

認知症予防につながるレクリエーションや簡単な体操をしたり、おしゃべりをしたりしています。お気軽にご参加ください。

- とき：3月10日(火)
13:30~15:00
- ところ：保健福祉センターけやき ホール
- 内容：脳トレや簡単なレクリエーションなど
- 参加費：無料 ●持ち物：飲み物

もしかしたら認知症かも…?!
認知症状でお困りの方、ご相談ください。



申し込み
不要

お茶のみ会は「認知症サポーター」がサポートしています。

保健福祉センターけやき内 歩行浴をご利用の皆さんへ 歩行浴更新手続きのご案内

- 期間：3月11日(水)～31日(火)
9:30~15:30
- ※3月15日(日)、22日(日)、29日(日)は休み
- ところ：保健福祉センターけやき 1階受付前
- 方法：更新手続きはご本人と面接して行います。

※代理での手続きはできません。

※3月末までに更新をされないと、

登録削除となりますのでご注意ください。

※4月1日以降に更新に来られた方は新規扱いとなります。



福祉機器貸出事業のご案内

一時的なご利用として、車いすや松葉杖、ポータブルトイレ等の福祉機器の貸し出しを行っています。

- 利用料：無料(但し、消毒代等必要な場合あり)
- 利用期間：おおよそ1か月以内
- ※ご利用については菰野町社会福祉協議会へお問い合わせください。



▲点滴棒 ▲シャワーチェア

新しく2点の福祉機器を追加しました。

福祉機器貸出事業には赤い羽根共同募金の配分金を活用しています。

産後のリフレッシュ体操&

ベビーマッサージ参加者募集のおしらせ

3/9(月)
受付開始



- とき：3月23日(月)
10:00~11:30
- ところ：保健福祉センターけやき 健診コーナー
- 内容：マッサージオイルを使用して、パパママが赤ちゃんにマッサージを行います。保健師による身体測定・育児相談も実施します。
- 対象：菰野町に在住で、生後2か月からハイハイをするまでの赤ちゃんとお親
- 定員：親子10組 ※先着順 ●参加費：無料
- 講師：助産師 宇佐美和代氏
インストラクター 真弓愛氏
- 持ち物：大きめのバスタオル1枚、タオル3枚、ティッシュ、母子健康手帳、親のエプロン、おむつ替え防水シート、飲み物(赤ちゃん用)

ベビーマッサージには赤い羽根共同募金の配分金を活用しています。

参加費無料、申し込み不要

子育てサロン情報

お気軽にご参加ください。

「こもっ子サロン」



3月は、『我が子の足の“つちふまず”を育てる！足の体操とシューズの選び方』をテーマに足腰専門の整体院院長にきていただきます。親子で楽しめる足マッサージも行います。

- とき：3月18日（水）10:00～11:00
- ところ：保健福祉センターけやき 運動指導室
- 服装：素足にしやすい服装でご参加ください。

子どもの成長に「あし」ってどれくらい大事なのかな？



どんなシューズを選ぶといいのかな？

「にこにこサロン」



ファミサポスタッフといっしょにゆったりと楽しい時間を過ごしませんか。

- とき：3月13日（金）10:00～11:30
- ところ：保健福祉センターけやき 運動指導室
- 内容：ふれあいあそび、絵本・紙芝居、ママのためのストレッチ・ゲーム

「ここっと。」時間はすべての地区

9:45～11:00です。

ゆったり過ごせるサロンです。親子での参加はもちろん大人だけの参加もお待ちしています。どこの地区でも参加可能です。



4月の予定 ちょこっとプレゼントなにかな～？

地区	とき	ところ
菰野	4/3(金)	菰野地区 コミュニティセンター
鵜川原	4/9(木)	鵜川原地区 コミュニティセンター
竹永	4/16(木)	竹永地区 コミュニティセンター
朝上	4/2(木)	朝上地区 コミュニティセンター
千種	4/1(水)	千種地区 コミュニティセンター

子育てchu!



子育てリレーエッセイ

No.260

和田千裕さん（千種地区）

電車が大好きな5歳の長男と、兄が大好きな1歳7か月の次男がいます。

長男はコロナ禍での出産。予定日より1週間たっても生まれる気配はなく入院となりました。不安もありましたが、お腹の中にいてくれることに幸せを感じていました。入院2日目、助産師さんに励まされながらの出産でした。子供と対面した主人の目には涙がありました。ここからスタートなんだな、と実感した瞬間でした。

産後ケアでお世話になった助産師さんには、授乳のコツだけでなく子育てのアドバイスもいただけてとても安心できました。そこからできるだけイベントに参加しようと思い、ほっとサロンに参加して、そこでの繋がりから支援センターへ通うようになりました。先生に子育ての相談をしたり、出会ったママさんと話をすることで自分一人だけじゃない、と思い心強かったです。

次男を出産して、長男が幼稚園部が変わり、お迎えに行き支援センターへ行く生活に変わりました。園の先生、子供達、ママさん達と話す機会が増え、私自身楽しく深く子供と接する時間が増えたように思います。次男もイベント事にはニコニコで参加してくれ、最近では長男の遊びをみて一緒に遊ぼうとする姿があり微笑ましく思います。

最後に、3月末で菰野町を離れることとなりました。育児のスタートが菰野町で本当に良かったと思います。たくさんの方との出会いが私達家族にとってかけがえのないものとなりました。感謝の気持ちでいっぱいです。これからも、菰野町で過ごした思い出と共に、家族の笑顔を大切に子供と一緒に成長していきたいと思えます。

子育てchu!子育てリレーエッセイは、今まで長きに渡りお母さんたちのエッセイをご紹介してきましたが、ここで連載を休止させていただきます。

今までご協力いただいた皆さま、楽しみにしてくださっていた皆さまありがとうございました。

温かい善意



社会福祉協議会は、皆さまからの「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、ご寄付をいただき、心よりお礼申し上げます。

1月5日 匿名 10,000 円
1月23日 (株)コモノ・アスレチック運営 様 107,810 円

ご寄付についてのお尋ねは社会福祉協議会までご連絡ください。

ボランティアおしらせコーナー

令和8年度ボランティア活動保険のご案内

3月より、令和8年度ボランティア活動保険加入申込手続きを開始します。ボランティア活動中のケガや熱中症など、また賠償責任に備えるため、ボランティア活動保険へのご加入をおすすめします。

プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
年間保険料	350円	500円

補償期間は、令和8年4月1日から令和9年3月31日までの1年間です。

- ◆令和7年度より引き続き加入される方は、3月1日～3月31日までにお手続きください。4月以降は手続き完了の翌日からの補償となります。
- ◆グループでかけていただく場合は、保険料をなるべくまとめてお持ちいただきますようお願いします。

○菰野町ボランティア連絡協議会加入団体・個人様

- ◆菰野町ボランティア連絡協議会に入会されている方は、令和8年3月末までに令和8年度年会費400円を事務局までお納めいただきますようお願いします。
- ◆菰野町ボランティア連絡協議会に加入されている方は、年会費納入後、連絡協議会で保険手続きを行いますので、他の会でのボランティア保険加入などと重複しないようご注意ください。

おもちゃを寄付してください

おもちゃ診療所では、使わなくなった「おもちゃ」を集めています。おもちゃや絵本を集めて修理し、「おもちゃリユースプロジェクト」に活用させていただきます。

- ◆集める期間：3月2日（月）～5月29日（金）
- ◆集める場所：おもちゃ診療所（毎月第2土曜日）、子育て支援センターけやき 北部子育て支援センター、菰野町社会福祉協議会

※おもちゃは壊れていてもOK
※絵本は破れや汚れがないもの
※口に入れる物とぬいぐるみはNG

社会福祉協議会が開催する講座やボランティアスクールのご案内 3月

日	曜日	時間	活動内容	場所	日	曜日	時間	活動内容	場所
3	火	19:30～	手話奉仕員養成講座	けやき	17	火	19:30～	手話奉仕員養成講座	けやき
10	火	19:30～	手話奉仕員養成講座	けやき	24	火	19:30～	手話奉仕員養成講座(予備日)	けやき

編集・発行 社会福祉法人菰野町社会福祉協議会
TEL059-394-1294 FAX059-394-3422
〒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
Instagram https://www.instagram.com/shakyo_komono/
X https://x.com/shakyo_komono
ホームページ [菰野町社協](#)



最新のデータ

令和8年1月31日現在 外国人を含む

町総人口	40,419 人	(↓)
世帯数	17,412 世帯	(↓)
65歳以上人口	10,868 人	(→)
高齢化率	26.9 %	(→)
年少人口(14才以下)	5,146 人	(→)
年少人口率	12.8 %	(→)
一人暮らし高齢者数	486 人	(↑)
障害者手帳保持者数	1,972 人	(→)
介護保険要介護認定者数	1,710 人	(→)

() 内矢印は、先月比

「ポッカポカちゃんを探してみよう」の答え：5