



こも子ma

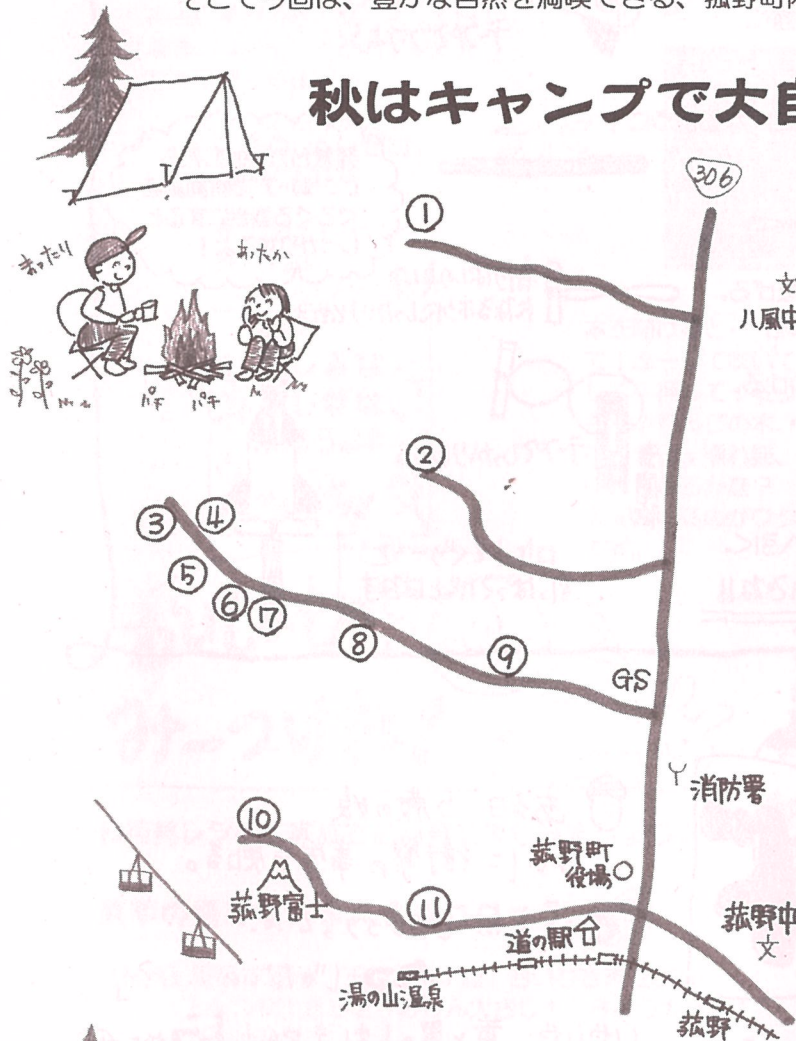
2025年 秋号

発行: No.81 令和7年9月1日

社会福祉法人 菰野町社会福祉協議会
こも子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

今年の夏は、外に出かけるのも嫌になるような暑さでしたね。やっと少しずつ暑さが和らぎ、そろそろアウトドアを楽しみたい！という方も多いのではないのでしょうか？
そこで今回は、豊かな自然を満喫できる、菰野町内のキャンプ場をご紹介します。

秋はキャンプで大自然を楽しもう！



① 八風キャンプ場

豊富な水遊びエリアで楽しみ、BBQができるデイキャンプエリアもあります。貸切家族風呂があるので、小さなお子さん連れでも安心です。

② 尾高高原キャンプ場

標高が高く、すてきな夜景と満天の星が堪能できます。施設内には小川が流れ水遊びも楽しめます。

③ 伊勢谷小屋

朝明溪谷の一番奥にあり、各登山口にアクセスが良いです。12月～4月下旬まで休業。

④ 西山荘

標高500mに位置し、昭和を感じる昔ながらのキャンプ場です。

⑤ アサケヒュッテ (旧朝明ヒュッテ)

リニューアルし、土の上から防虫効果もある瓦チップを敷き、足元が柔らかくて歩きやすいです。

⑥ 朝明茶屋キャンプ場

キャンプファイヤー、川遊びなど自然を満喫できます。グループでのキャンプに最適です。

⑦ 朝明ロッジ

川も近く、屋根つき・調理器具無料貸し出しのバーベキュー場あります。

⑧ 朝明溪魚苑キャンプ場

自然を生かしたキャンプサイト、コテージ、屋根付きBBQ席等あり、イワナ釣りも楽しめます。

⑨ グリーンランドあさけ

コテージ、モービルハウス、オートキャンプ場があり、スタイルに合わせて楽しめます。

⑩ 鳥居道山キャンプ場

御在所岳の麓にあり、近くには歩いて行ける日帰り温泉があります。キャンプ場の横にある「菰野富士」は親子でのハイキングにもピッタリ！

⑪ FREE AND EASY CANP RESORT

気軽に非日常的な空間を楽しめ日帰り手ぶらBBQやドックラン、貸し切りサウナ施設などもあります。

周辺の観光には「菰ビリティ」がオススメ！

⑨・⑪・道の駅では、電動アシストの自転車・キックボードの貸し出しをしています。キャンプ場から一歩飛び出して、いつもと違う景色を楽しんでみませんか？



菰野町観光協会



飛び出す！ロケットを作ろう

動いたり、飛び出すおもちゃが大好きなお子さんと一緒に作りませんか？家にあるもので簡単に作れます。

材料

- ・新聞紙(大きめの紙ならOK) 1~2枚
- ・トイレットペーパーの芯 1本
- ・輪ゴム 2本
- ・割りばし 1本(1/2に切る)

- ・厚紙、折り紙(ロケットの飾り用)

セロテープ、ペンも準備してね。



作り方

- ①トイレットペーパーの芯でロケット本体を作る。
厚紙で翼、折り紙で芯を包んだり、ペンで模様を描く。



厚紙を自由に切って
テープでつけよう！

次に発射台を作る

- ②新聞紙を折り目から棒状に丸める。 ※芯よりも細くなるように！
巻き終わったらテープで5か所ほど留める。

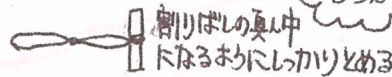


発射台が完成したら
ビニールテープで新聞紙を
ぐるぐる巻きにすると
しっかりするよ！

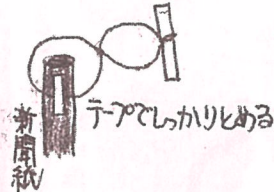
- ③2本の輪ゴムをつなげる。



- ④1本になった輪ゴムの端に割りばしをくぐらせつなげる。
輪ゴムがズレないようにテープでしっかり留める。



- ⑤反対側の輪ゴムを新聞紙の端にしっかりと貼りつける。
※外れないように必ず輪ゴムの中を通して貼る。

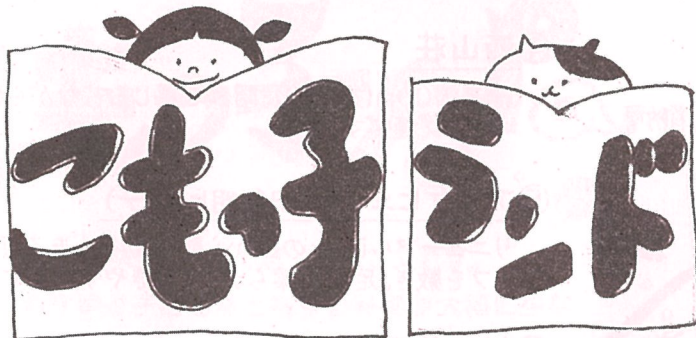


遊び方

発射台の輪ゴムを貼りつけた側からロケットを通し、
割りばしをストッパーにしながらかばすように手前へ引く。
パツと離せば発射！！

人に向って飛ばさないでね！！

ロケットをぐうーっと
引っばすとパツとはなす



ある日、5歳の娘。
ついに衝撃の事実を知る。

娘：「え... しまじろうって...

クマ じゃないの...？」

いやいや、黄と黒のしません！ドラセエ(笑)

P.N. 赤ハモンおはせん

テレビで有名人の訃報を見ていた5歳ちゃん。

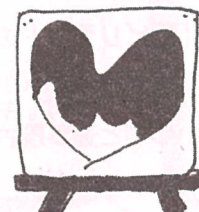
「あらー... このひと...

いけなくなりになっちゃたんやね...

(おそくたりに)

大人の言葉を使いたいお年頃...

P.N. おませちゃん



子どもが好きと言ったごはんが高頻度で食卓に出た時

5歳の長女：「...また？ ちよとさ、体のスイッチ
変わったんだよね...」

...どうやら飽きたようです(笑)

P.N. 昔同じことがあった母

流行に敏感な4歳娘♡

父：「片付けよー！」♡

娘：「えー。セー!! かわいいだけじゃ
ダメですか??」

父：「ダメです。ちゃんとお片づけしてください！」

本当はかわいい娘から言われて許しちやうだった父でした♪

P.N. (おとなのまーま)



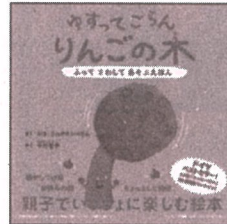
さわってごらん!!今回は、子どもと一緒に楽しめる参加型の絵本を紹介します。

1本のふしぎな木をこすって、ゆすって、あたためて…するとどうなるかな?

ページをめくるのもドキドキ。1本の木に葉がつき、実になって四季を感じながら、子どもと絵本をさわって楽しめます。

ゆすってごらん りんごの木

作/ニコ・シュテンパウム
訳/中村智子
(サンマーク出版)



フランス発・ポップな色づかいがオシャレな絵本。

本をひらくとカラフルな《まる》登場!
その《まる》をおしたり、こすったり、クリックすると…なんと、絵本の中で動き出しちゃうよ♪
みんなでわいわい遊びながら楽しめる1冊です。

ふしぎな ふしぎな まほうの木

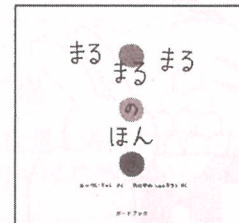
作/クリスティ・マシソン
訳/大友剛
(ひさかたチャイルド)



本を開けると…ごしごしこすって!ふーって吹いて!くるくる回して!押して!ミッションがたくさん!りんごの木、くすぐりおばけ、びしょ濡れ猫、うさぎの家族はどうなるかな?
本をめくるのがワクワクする絵本です。

まる まる まるのほん

作/エルヴィ・デュレ
訳/谷川俊太郎
(ポプラ社)



おいしいもの
みつけた!



お月見レシピ!家族でお月見を楽しみましょう♪

里芋の揚げないまんまるコロッケ



【材料】里芋 700g 玉ねぎ中1個 合いびき肉 200g
しょうゆ大さじ2 みりん大さじ1 さとう大さじ1
パン粉適量

- ① ひき肉とみじん切り玉ねぎを炒めて、しょうゆ・みりん・さとうで味付け、水分を飛ばす。
- ② 里芋を半分に切って500W8分ほどレンジでチン。皮をむいてつぶし①と混ぜ合わせる。
- ③ パン粉を煎る。②を丸めてパン粉をつける。
- ④ 温めはオーブントースターでOK。もちろん揚げてもおいしいよ。



満月スイートポテト

【材料】10個分
さつまいも 350g(大1本) かぼちゃ 100g
バター大さじ1 さとう大さじ2

- ① さつまいもとかぼちゃの皮をむき、柔らかくなるまでゆでて、つぶす。
- ② ①にバター・砂糖を入れて混ぜ、平たい丸にする。
- ③ 型抜きでうさぎの模様をつける。(竹串で描いてもOK)
- ④ オーブン 200℃で5分焼いて出来上がり。

知っとる!?孤野井

冠婚葬祭には地域特有の風習があったりしますよね。今回はお葬式にまつわるお話です。

父: ○○さんとこの お爺さん しもてかしたんやて
さっき 死去ぶれにござったわ
婆: ほんなか 夏時分から ほっこりせんって
言うてござったでな 今夜 夜伽 行くんかな
父: 家族葬にするらしいで、うちの方に悔やみにだけ
行かしてもらわ。香典は とらっせやへんやろで
お供えだけ なんぞ こうてこな あかんな
婆: 昔は組の葬式ちゅうたら 大ごとやったけど
今はもう どこでも家族葬なんやな
母: ほらもう 今日び 組で ひじするとこあらへんわな
父: とんがらし汁とか しょったな
母: それ!! こっち来て初めての時「そんなに辛いことないで」
って言うで飲んだら えらい目におうたんやでな!
父: (笑) ほら そんなに ごいっと飲んだらあかんわさ
母: もうあれから 父さんの「辛い」とか「熱ない」は
絶対 信用せんことにしたわ

とんがらし汁とは、葬式の時の食事(ひじ)で出される唐辛子をたっぷり入れた 辛いすまし汁のことで、涙を流して故人を送るためなどと言われています。

では解説はこちら…

しもてかした→亡くなった 死去ぶれ→訃報の知らせ
夏時分→夏頃 ほっこりせん→調子が悪い 夜伽→お通夜
とらっせやん→受け取らない ひじ(非時)→葬式の時の食事
えらい目におうた→ひどい目にあった



子どもに伝えよう!秋の伝統行事



秋はイベントや行事がたくさんありますね。昔からあって聞いたことあるけどこれって何する行事だったかな〜ってこと、ありませんか?意味や内容を知り、子ども達と一緒に楽しむのも良いですね。

お彼岸

春分の日と秋分の日(今年は9月23日)の前後3日間、計7日間のあいだに、故人や先祖を供養する日本独自の仏教行事。
お墓参りや仏壇のお手入れをする。
お供えの定番「おはぎ」「ぼた餅」は
秋:はぎ、春:ぼたん
季節のお花にちなんだ呼び方をする。



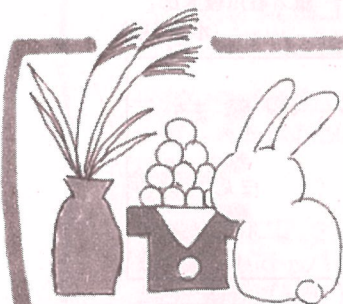
七五三

7歳(女子)・5歳(男子)・3歳(男女)の子供の成長を祝い、祈願をする。
11月15日前後に神社に参拝し、ご祈禱をしてもらう。
お土産にもらう千歳飴には、細く長く粘り強く、健康で長生きできますようにという意味が込められている。



お月見

月が満月になる十五夜。特に旧暦8月15日の月は、月が美しい秋(7~9月)の真ん中の十五夜で、「中秋の名月」ともいわれる。
今年は10月6日になる。
月見団子、里芋などを供え、ススキを飾って月を眺める行事。



こもっ子PAPA

2歳8ヶ月と7ヶ月の息子を持つ父です。

日中仕事で子ども達と接する時間が大幅に少なく、帰って妻から「こんなことがあった」「今日は〇〇ができるようになった」と聞くことが多く成長の瞬間が見られない中で、唯一成長が実感できるのがお風呂の時間です。

片手で収まっていた息子が腕全体、膝にお座り、立たせて身体を洗う、今では浴槽に座っても顔に水面が着かないほどに大きくなりました。お風呂に入る度に「あんなにちいさかったのに」「下の子もすぐ大きくなるかな」と思い返し成長が嬉しい反面、少しさみしい気もします。

これからもお風呂を、子ども達の成長を実感できる大切な場所と貴重な限りある時間として大切に過ごしていこうと思います。

ペンネーム 遊具パパ

さあサロンに行こう!



こもっ子サロン

9/24(水)、10/22(水)、11/19(水)
10:00~11:00 けやき

にこにこサロン 毎月第3金曜日

9/19(金) 10/17(金) 11/21(金)
10:00~11:30 けやき

子育てサロン ここっと。

各地区1回/月 9:45~11:00 コミセン
毎回「ちょこっとプレゼント」がありますよ

秋は運動会など楽しみはイベントが待ってますね!
伝統行事にも改めよう注目していきましょう。
ザザも和らいで、おでかけもしやすくなるので、足をのばして旅行にも行きたいなあ〜
by もりりんママ

うちではパパがダイエツ成功!!
以前は子ども達に「パパ、おにぎりをね」と言われていました。最近では「ママ、おにぎりをね」と言われるように...!!
この秋は、スボーツの秋をがんばろう!

by 百年ダイエツ

編集後記