

広報

主

2023
10
月号

No.
758

(特集)

Well Being!!

健康で
幸せに
なろう

P.8-9 PHOTO NEWS

この1か月間の菰野町的话题を写真とともに紹介

P.9 おむつ配付中

2歳までの子どもに、子育て支援センターで紙おむつを配付

P.10-13 おしらせ版

10月後半に行われる事業やイベントを中心に紹介

P.16 菰野町文化祭

4年ぶりに開催する菰野町最大の文化の祭典をおしらせ

町内の多くの運動教室で講師を務める健康運動指導士の門脇さん。門脇さんのわかりやすく明るい指導は受講するだけで元気が出ます！

参加者の声 集めました

Well Being
健康で幸せになろう



教室に参加して運動してみる

体を動かそう！そう強く思ってもなかなか一人では動き出さず、たとえ動き出せたとしても三日坊主で終わってしまい続かない――そんな経験をされた方も多いと思います。そんな方には、各区の公会所等で実施する「元気づくり運動教室」「介護予防運動教室」などの健康づくり運動教室や、保健福祉センターけやきなどで開催する健康づくり運動事業に参加してみたいかがでしょうか。教室に参加し、講師の指導を受けることで自分のレベルに合った適切な運動を覚えてもらうことができます。どの教室も1か月に1回程度の開催なので、負担も少なく参加することができます。

日頃の取り組み

教室に参加していると自分が衰えていっている部分があるので、教室の開設以来ずっと参加しています。85歳を超えてからは自分の体力を維持することに重点をおき、衰える速度が少しでも遅くなるよう、できるだけ多く歩くことを意識して努めています。教室では私の体力にあった指導をもらえるので、91歳になった今でも続けられています。

いん なみ え
院南きみ江さん
菰野第二区



日頃の取り組み

今年の夏は暑くてなかなか外に出られず、運動不足になったと感じていました。そんな折に友人に誘われて健康ウォークデーに参加し、参加者の皆さんと楽しく歩くことができました。普段は地元の菰野富士を20～30分かけて登ることで、ウォーキングでは鍛えられない足腰の筋力をつけるように意識しています。景色もいいためお勧めです。

みなみかへてる こ
南川輝子さん
神明



- ①健康ウォークデーのコースを歩いていると自然に汗が流れます
- ②健康づくり運動事業ではコースごとにリラクゼーションや筋力トレーニングも織り交ぜて実施
- ③健康運動指導士を中心に各教室では笑顔が絶えません
- ④体に無理のない範囲で運動

元気づくり運動教室 介護予防運動教室

町内20か所の公会所で健康運動指導士・介護予防運動指導員によるストレッチ等の運動指導を行っています。

会場 各地域の公会所

※詳しい内容や日程は、おしらせ版をご確認ください。



申込
不要

健康ウォークデー

仲間づくりを目的に年8回、第1水曜日に所要時間約1時間、約4kmのコースを歩く健康ウォークデーを開催しています。

会場 役場本庁西玄関に集合し出発

※詳しい内容や日程は、おしらせ版各月前半号をご確認ください。



申込
不要

健康づくり運動事業

健康運動指導士による軽体操、有酸素運動、エアロビクスなどを1か月に1回のペースで開催しています。

会場 保健福祉センターけやき

※令和5年実施分の申し込みは終了しました。令和6年実施分の申し込みは、おしらせ版3月後半号に掲載予定です。



笑顔で
楽しく！



日頃の取り組み

どうしても楽な生活をする方向に流れてしまうので毎日、地元を中心に歩き、1日7,000～8,000歩は必ず歩くようにしています。ゴルフに行ってもカートには乗らずに歩き、意識的に歩くようにしてからは体が軽くなったように感じています。令和2年から健康ウォークデーにも毎回参加し、全てのコースを先頭で案内できるほどになりました。

きたおか え
北岡きく江さん
菰野第一区



日頃の取り組み

家にいても休んでばかりになってしまうので、介護予防運動教室に参加しました。座ってできる運動が多いので、体への負担もそこまで大きくなく、先生のわかりやすい指導で楽しみながら取り組んでいます。普段の農作業で腰を痛めてしまいましたが、教室に参加してからは以前より体の柔軟性が向上したような気がしています。

かなづ まさあき
金津正昭さん
千草



日頃の取り組み

近年は、地元の公会所で開催される介護予防運動教室に参加するだけですが、月に1度、必ず参加しています。先生の指導がよいので、10年以上お世話になっています。自分の体は自分で何とかしないと変わらないと思い、正月でもいつでも欠かさず毎朝ラジオ体操をして運動をするように心掛けており、88歳になった今でも元気です！



やまもと たつお
山本達雄さん
菰野第三区



日頃の取り組み

退職してから始めた趣味の手品で手先を動かしたりすることを心掛けています。参加する教室では、健康運動指導士の先生の明るくわかりやすい指導が大好きです。男性はなかなか参加しにくいかもしれませんが、教室後は体の動きが全然違うので、普段体を動かさない方もぜひ退職してからの時間などを有効活用して参加してみることをお勧めします。

気持ちが切り替わるきっかけになるかも

運動教室に参加し、みんなで集まってしゃべりながら体を動かすだけで気持ちが切り替わったり、安心感が生まれたりすることもあります。先月は上がらなかった腕が上がるようになる、先月できなかった動きができるようになる、教室に参加して体にそういった変化があるかもしれません。興味がある方はまずは参加する一歩を踏み出してみてください。

健康運動指導士
かどやきけい こ
門脇圭子さん



オクトーバー・ラン・ウォーク

募集期間	令和5年10月1日～ 令和5年10月31日
コース	自由
参加費	無料
参加方法	【ウォーキングの部】 「スポーツタウン WALKER」 をダウンロード 【ランニングの部】 「TATTA」をダウンロード

INFORMATION お問い合わせ

コミュニティ振興課
TEL 391-1160 FAX 328-5995

2022年 菰野町が全国一位

2022年の全国市町村対抗ランキングで300以上の自治体に参加する中、ウォーキングの部で菰野町は全国1位を獲得しています。今年もみんなで歩いて走りましょう！

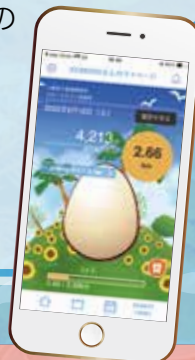
まずはアプリをダウンロードして準備！

オクトーバーラン
アンドウォーク HP



EVENT OVERVIEW

スマートフォンのアプリで1か月間の歩いた歩数や走った距離を計測して競い合います。結果は個人や自治体ごとにランキングで発表され、普段のウォーキングやジョギングの追加要素として臨むことができます。



イベント1

今年の秋は体を動かして参加するイベントを多数開催します。イベントの参加をきっかけにして皆さんも体を動かしてみませんか。

体を動かせる秋のイベント

秋来る——スポーツの秋、健康のために参加する

秋のウォーキング大会

募集期間	令和5年10月1日～ 令和5年10月25日
持ち物	飲み物・タオル・雨具・ 帽子・おしらせ版10月 前半号折り込みチラシ
集合場所	役場本庁西玄関
参加費	無料
参加方法	①元気アップこものスポーツ クラブへ電話申し込み ②折り込みチラシに記入 して当日持参

INFORMATION お問い合わせ

元気アップこものスポーツクラブ
TEL FAX 394-5018

こもの歩きパスポート 配布中

秋のウォーキング大会で歩くコースも含め、花や景色とともに楽しめる町内のウォーキングコースを掲載した「こもの歩きパスポート」。パスポートを片手に町内を歩いてみてはいかがでしょうか？



配布場所

- ▶ 役場本庁1階 健康福祉課
- ▶ 各地区コミュニティセンター
- ▶ 元気アップこものスポーツクラブ

全34コース
掲載

EVENT OVERVIEW

半年に1度、100名以上が参加するウォーキング大会です。役場本庁を出発点として南部公民館までのショート約5km、池底区までのロング約10kmの自分に合ったコースを選んで完歩を目指します。



秋のウォーキング大会

イベント2

今年、秋の訪れとともに町内で開催されるイベントも盛りだくさんとなっています。特に10月中は歩いたり走ったりすることを

イベントへの参加で健康に

的とするイベントが3つ予定されており、スポーツの秋に体を動かすきっかけとしては絶好の機会となっています。それぞれのイベントは事前申し込みや手続きが必要になります。参加を検討される方は、お申し込みをお忘れなく、ご参加ください。

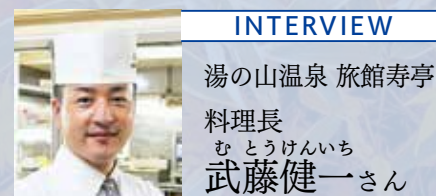
Well Being
健康で幸せになろう

第4回 ONSEN・ガストロノミーウォーキング in 湯の山温泉

募集期間	令和5年9月28日～ 令和5年11月12日
募集人数	300名
参加費	大人（中学生以上） 3,500円 小人（小学生） 2,000円 ※小学生未満参加不可
参加方法	公式HPで事前に 参加申し込み

INFORMATION お問い合わせ

（一社）菰野町観光協会
TEL 394-0050 FAX 394-0779



INTERVIEW

湯の山温泉 旅館寿亭
料理長
むとうけんいち
武藤健一さん

寒い時期の開催なので温かい料理を提供したいと現在考えています。施設ごとに工夫した料理を提供するので、コースをめぐるだけでさまざまな味を楽しめます。地元食材を生かしつつ、新しい味わいを創意工夫して作っているので、皆さんに参加して体感してもらいたいです。



EVENT OVERVIEW

食を味わい、歴史や文化を歩いて学び、温泉を楽しむ体験型イベント。コースは湯の山温泉街を巡る約8kmで、途中には菰野町の食や地酒等でおもてなしを受けられるガストロポイントなどが設置されています。



ONSEN・ガストロノミーウォーキング

祝・木
11/23

イベント3



新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金事業

おむつ配付中

Diapers for parents

菰野町では現在、2歳児までの子どもを対象に、各子育て支援センターで紙おむつを配付しています。

希望サイズの紙おむつ
配付物(メリ+ズ「花王」)
1人1パック×3回

配付期間 令和5年 令和5年 9月1日～11月30日 ※日曜日、祝日は休館日	配付対象 0～2歳の子ども (令和2年4月2日～ 令和5年11月30日生まれ)
配付場所 町内子育て支援センター (子育て支援センターけやき・ 北部子育て支援センター)	配付時間 10:00～12:00 13:00～15:30

注意点

- ▶ 混雑緩和のため子どもの誕生日が属する週にご来所をお願いします。
【例】10月10日が誕生日の場合、10日の属する週(10月10日～14日、11月6日～11日)に配付。
- ▶ 紙おむつの引き換えには、郵送でお送りしている「紙おむつ引換券」が必要です。
- ▶ 事前に「紙おむつ引換券」の「希望するおむつ」欄と裏面の「保護者名」「連絡先電話番号」のご記入をお願いします。
- ▶ 町内の私立保育園、こども園に通っている子どもは園からの案内をご覧ください。
- ▶ 町内の公立幼保園、こども園に通っている子どもは、おむつサブスクリプションを無償とするので、対象外となります。

子ども家庭課 子育て支援係

お問い合わせ TEL 391-1124 FAX 394-3423

スウェーデン発祥のスポーツでまちをきれいに

9月16日 プロギング大会を開催

大羽根運動公園内を走り回り、ごみを見つけて拾う参加者

大羽根運動公園や三滝川河川敷をコースにプロギング大会を開催しました。プロギングとは、ジョギングしながらごみを拾い、集めたごみの量を競う新しいスポーツです。参加した子どもたちは、ごみを見つけると宝物を見つけたかのように走り寄り、競技を楽しみながらごみを集めていました。当日に集めたごみの総量は約20kgにもなり、参加した約40名の親子は競技に取り組みながらごみの分別や環境保全について学んでいました。

9月16日 歴史愛好家たち75名が参加

よもやま歴史教室を開催

集まった参加者を前に、丁寧な解説を交えながら講演を行う上野さん

皇學館大学名誉教授の上野秀治さんを招き「伊勢国をめぐる豊臣と徳川」と題してよもやま歴史教室を開催しました。上野さんは、町が発行する歴史こぼし第7集に寄稿いただいたこともある歴史学者で、今回はかつての伊勢国領主たちをたどり、覇権を握った豊臣家や徳川家との関係性などについて講演いただきました。

8月31日 防災週間に伴い関係機関と連携して消火訓練

宿泊施設で特別消防訓練

雨が降る中、訓練の最後に行った消防署、消防団による一斉放水

特別消防訓練を湯の山区のオテル・ド・マロニエ湯の山温泉で実施しました。今回は、従業員、湯の山温泉協会、消防署、消防団から約100人が参加し、大きな地震により施設内で火災が発生したという想定で訓練が行われました。訓練が始まると従業員の方々が初期消火や避難誘導を行い、逃げ遅れた宿泊客をはしご車で屋上から救出し、消火訓練を行いました。

9月2日 社会福祉活動等に功績があった方を顕彰

社会福祉大会を開催

4年ぶりに参加人数を縮小することなく開催した大会の様子

社会福祉大会を町民センターで開催しました。障がい克服し自立更生された方や社会福祉の発展に寄与された団体、社会福祉のために多額の寄附をいただいた団体など、46の個人や団体に表彰状や感謝状が贈られました。また、NPO法人ほがらか絵本畑の三浦伸也さんに「子どもから学ぶ しあわせのを見つけ方」と題して講演いただき、三浦さんは東日本大震災で被災した子どもたちに絵本を届け、読み聞かせを行った体験談などを伝えました。

8月27日 もしもの大地震を想定して

総合防災訓練を実施

菰野第二区で実施された負傷者搬送訓練の様子

菰野町民総ぐるみ総合防災訓練を町内全域で実施し、町民15,272人が参加しました。区ごとの訓練では、避難訓練のほか、さまざまな訓練が実施されました。各区で防災リーダーや消防団員などが指導を行い、災害に備えて要配慮者の安否確認や負傷者搬送、初期消火、水のう作成訓練などを実施し、参加した町民たちは真剣に取り組んでいました。

役場本庁では、南海トラフ地震が発生してから1時間後を想定し、災害対策本部運営訓練を行いました。訓練では、各区の避難状況等を取りまとめる無線連絡訓練や断水を想定した給水車の取り扱い訓練などを実施しました。参加した職員は各自の役割分担を再確認し、業務の優先順位など具体的な活動内容を改めて見直ししながら、連携して訓練に取り組みました。

役場本庁での職員による円滑な避難所運営を行うための図上訓練

4年間の任期で新たに任命

新教育委員を紹介

新たに教育委員として佐藤久美さん(吉沢)が就任されました。佐藤さんは、前任の近藤保則さん(池底)が退任されることによる新任で、任期は令和5年10月1日から令和9年9月30日までの4年間です。

教育委員 佐藤久美さん

イベント えほん広場

- ▶と き 10月18日(水) 10:30～10:50
▶ところ 保健福祉センターけやき 子育て支援センター
▶対 象 就園前の子どもとその保護者
▶内 容 絵本の読み聞かせ、手遊び
〓 子育て支援センターけやき TEL 391-2214 FAX 394-3423

講座 パパママ教室

- ▶と き 10月17日(火) 13:30～15:30
▶ところ 保健福祉センターけやき 健診コーナー
▶対 象 妊婦とその家族
▶内 容 沐浴実習、妊娠中の歯の話

イベント 赤ちゃん和産後ママのほっとサロン

- ▶と き 10月30日(月)
9:30～11:30 身体計測、各種相談
10:00～10:30 (1回目) 赤ちゃん体操
ママのリラックス体操
10:30～11:00 (2回目) 赤ちゃん体操
ママのリラックス体操
※体操は同じ内容で2回実施します。都合の良い時間帯に動きやすい服装でお越しください。
▶ところ 保健福祉センターけやき 2階 健診コーナー
▶対 象 生後6か月までの子どもとその保護者
▶持ち物 母子健康手帳、飲み物、バスタオルまたはおくるみ

情報 季節性小児インフルエンザワクチン接種費用の一部助成

- ▶助成期間 10月15日(日)～令和6年1月31日(水)
▶ところ 三重県内の医療機関
※予約が必要な医療機関もありますので、事前にご確認ください。
▶対 象 接種当日、町内に住民登録のある1歳～高校3年生に相当する年齢の方
※対象者には10月上旬に助成券を送付します。

対象年齢	助成回数	助成額の上限
1歳～小学6年生	2回	1回目 2,000円 2回目 2,000円
中学1年生～ 高校3年生相当の年齢の方 (平成17年4月2日～ 平成23年4月1日生まれ)	1回	2,000円

- ・接種を希望する場合は、三重県内の医療機関に直接予約し、助成券を持参して接種を受けてください。接種後の還付はありませんので、ご注意ください。
・今回助成の対象である予防接種は、接種を強制するものではありません。保護者の判断で接種をしてください。

〓 上記共通情報
〓 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

イベント すくすく広場

- ▶と き 10月24日(火)
9:30～11:00 随時身体計測、各種相談
11:00～11:20 お楽しみ会(紙芝居など)
▶ところ 北部子育て支援センター
▶対 象 就園前の子どもとその保護者
▶持ち物 母子健康手帳、バスタオル(計測時に使用)
〓 北部子育て支援センター TEL FAX 396-0707

イベント わくわく広場

- 子育て支援センターのスタッフと一緒に園庭やホールで楽しく遊びましょう。
▶対 象 町内に在住する就園前の子どもとその保護者
▶申込方法 保健福祉センターけやき 子育て支援センターへ電話で申し込み(受付開始は9:00～)
▶持ち物 飲み物、帽子、着替え
▶定 員 菰野こども園20組、その他25組(全て先着順)
※定員に達し次第、締め切ります。

ところ	と き	申込期間
朝上幼稚園	11月1日(水)	10月18日(水)～ 10月31日(火)
菰野幼稚園・ 菰野東保育園	11月2日(木)	10月19日(木)～ 11月1日(水)
菰野こども園	11月6日(月)	10:00～ 11:30 10月23日(月)～ 11月4日(土)
竹永幼稚園	11月10日(金)	10月27日(金)～ 11月9日(木)
千種幼稚園	11月13日(月)	10月30日(月)～ 11月11日(土)

〓 子育て支援センターけやき TEL 391-2214 FAX 394-3423

相談 ファミサボ相談・登録会

- ファミリーサポートセンターのスタッフ、サポート会員に利用方法等の相談ができ、その場で依頼会員の登録もできます。
▶と き 10月21日(土) 10:00～11:30
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 子育て支援センター
〓 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

相談 クペリの子育て無料相談

- ▶と き 10月21日(土) 13:30～16:00
▶ところ 北部子育て支援センター
▶相談員 あおい・桜あおい幼稚園園長 松永高弘氏
▶相談内容 子育てへの自信、親子関係、不登校等への悩み
▶申込期間 10月10日(火)～10月16日(月)
〓 (一社) 子ども子育て・教育研究所(クペリ)
TEL 090-9184-7088 E-mail info@cperi.net
子ども家庭課 391-1124 394-3423

イベント 「千草街道」探訪ハイキング 参加者募集

- 鉱山跡などの遺跡が残り、かつて近江商人や織田信長が通ったとされる千草街道を探訪しませんか。朝明深谷を出発し、根の平峠、杉峠を通り、東近江市甲津畑まで、歩行時間約8時間の健脚コースを巡ります。
▶と き 10月28日(土)
6:30 朝明深谷大駐車場で受付
7:00 朝明深谷出発 8:20 根の平峠
11:00 杉峠 15:30 甲津畑到着
17:00 朝明深谷大駐車場到着 解散
▶対 象 中学生以上の健康で体力に自信のある方
▶参加費 3,000円/人(当日徴収)
▶持ち物 雨具、懐中電灯(ヘッドランプ)、防寒具、軍手、タオル、弁当、飲み物、着替え、非常食など
▶定 員 50名(申込者多数の場合は抽選、結果は申込代表者に文書で通知)
▶申込方法 10月18日(水)までに観光産業課(役場本庁2階)に備え付けの申込用紙に必要事項と代表者を記入して提出(1枚で4名まで応募可能)
・全行程約15km、標高差約600mで、コースには川を渡る箇所があります。天候等により中止する場合があります。
〓 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

講座 申込不要 第6回よもやま歴史教室

- ▶演 題 古代の女帝～なぜ女帝が誕生したのか～
▶講 師 京都女子大学 名誉教授 瀧浪貞子氏
▶と き 10月21日(土) 14:00～16:00
▶ところ 役場本庁4階 会議室
▶受講料 200円(受付時徴収)※高校生以下無料
・詳しくはおしらせ版9月前半号折込チラシをご覧ください。
〓 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

イベント 申込不要・参加無料 アチラとコチラ in 菰野

- 主催 / みえ社会的処方研究所、キャンナスこもの
後援 / 菰野町
「あの世」と「この世」を「アチラ」と「コチラ」と表現し、在宅医療や看取り、人生の最終段階の過ごし方やその先にある「死」をテーマにしたイベントです。
▶と き 10月28日(土) 10:00～16:00
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 けやきホール、運動指導室
▶内 容 看取りをテーマにした映画「うちげでいきたい」上映会、講演会、納棺体験、棺おけデザインワークショップなど
〓 みえ社会的処方研究所
E-mail achiratokochira@gmail.com
〓 健康福祉課介護高齢福祉係
391-1125 394-3423
LINE アチラとコチラ LINE アカウント

・.....> 広報こもの <.....

おしらせ版

2023年10月 後半号

「募集」「イベント」「おしらせ」など町からの暮らしに役立つ情報を紹介します。

編集・発行 企画情報課

10月1日発行
No. 902

イベント ～ふれあう住民、つながりあう地域～ 第25回 千種地区ふれあいまつり

- 共催 / 千種地区、千種地区ふれあいまつり実行委員会、菰野町
▶と き 10月22日(日) 10:00～15:00
10:00～15:00 作品展示
10:00～14:00 芸能発表
11:00～ 模擬店
▶ところ 千種小学校(運動場、体育館)
・駐車場は千種小学校西運動場、千種地区コミュニティセンター、千種保育園、JA みえきた千種支店、おぐら歯科医院です。
〓 千種地区公民館(月・水・金) TEL 394-1830 FAX 391-2034

イベント ～ふれあいの場を広げ地域の絆をつくろう～ 第29回 竹永ふれあいまつり

- 共催 / 竹永地区、竹永地区公民館、菰野町
地域の皆さんのふれあいの場として、作品展示、芸能発表のほか、バザー出店を行います。
▶と き 10月22日(日) 10:00～15:00
8:50～ 学校参観
10:00～ 一般作品展示
10:20～ 開会式・芸能発表
10:30～ 各種団体バザー
▶ところ 竹永小学校(運動場、体育館)
・駐車場は竹永小学校運動場、竹永地区コミュニティセンター、竹永保育園、JA みえきた竹永支店、しばた内科循環器科です。
〓 竹永地区公民館(月・水・金) TEL 390-3177 FAX 399-2082

イベント ～みつめあおう 鷺の里～ 第32回 鷺の里まつり

- 共催 / 鷺川原地区、鷺の里まつり運営委員会、菰野町
地域の交流がより活発になることを願って開催する、年に一度のイベントです。ぜひお越しください。
▶と き 10月22日(日) 10:00～15:00
10:00～ 開会式・作品展示
(開会式後、池底区歴史発表)
11:00～ 各種団体バザー
▶ところ 鷺川原地区コミュニティセンター、鷺川原小学校
〓 鷺川原地区公民館(月・水・金) TEL 324-7044 FAX 391-2036
《各まつり共通事項》
・駐車場に限りがありますので、車の乗り合わせや自転車、徒歩での来場にご協力ください。
〓 上記共通情報
〓 コミュニティ振興課 TEL 391-1160 FAX 328-5995

10月	菰野町おしらせカレンダー Information Calendar in Komono Town
17 火	パパママ教室 / 元気づくり運動教室（杉谷） お元気サポーター養成講座 / みえ高校生就職ガイダンス みんなの運動サロン（千種地区） / 手話講座
18 水	えほん広場 / 元気づくり運動教室（田光） 料理教室 / わくわく広場（鶴川原幼保園） 介護予防運動教室（田口新田） / SS ピンポン体験 心配ごと相談 / 行政相談 / 人権相談
19 木	乳がん集団検診（けやき） / 介護予防運動教室（宿野） みんなの運動サロン（鶴川原地区） / 民事介入暴力弁護士相談会
20 金	みんなの運動サロン（竹永地区） / 一般何でも相談
21 土	第6回よもやま歴史教室 ファミサポ相談・登録会 / クペリの子育て無料相談
22 日	千種地区ふれあいまつり / 鶴の里まつり / 秋季テニス大会 竹永ふれあいまつり / リサイクルフェア
23 月	けやき健康相談、歯科相談 / 乳がん集団検診（朝上地区） 健康づくり運動事業（体脂肪燃焼コース）
24 火	すくすく広場 / 手話講座 / 元気づくり運動教室（吉沢） みんなの運動サロン（菰野地区）
25 水	わくわく広場（菰野西こども園） / 心配ごと相談 介護予防運動教室（谷） / 人権相談 健康づくり運動事業（エンジョイフィットネス）
26 木	朗読会「おはなしの小箱」 / 精神保健福祉促進研修会 介護予防運動教室（池底・菰野第二区） みんなの運動サロン（朝上地区）
27 金	乳がん集団検診（竹永地区） / 転倒予防運動教室 元気づくり運動教室（潤田） / 介護予防運動教室（奥郷） 上級救命講習 / 音訳ボランティア養成講座 子育てキーパーソン養成講座 / 精神保健福祉促進研修会
28 土	「千草街道」探訪ハイキング / 秋のウォーキング大会 菰野横山邸園見学会 / アチラとコチラ in 菰野
29 日	菰野横山邸園見学会
30 月	赤ちゃんと産後ママのほっとサロン 健康づくり運動事業（初級コース②） 子育てキーパーソン養成講座
31 火	お元気サポーター養成講座 / 手話講座

各種相談コーナー	Your worries...
相談は無料で秘密を厳守します。気軽にご相談ください。 ふれあい相談センター	
▶ところ けやき1階	
一般相談	専門相談
種別・時間	相談日時
一般何でも相談	20 日
10:00～15:00	行政相談
10:00～15:00	18 日
心配ごと相談	18日、25日
10:00～15:00	人権相談
10:00～15:00	18日、25日
電話福祉相談	毎週月～金
8:30～17:00	10:00～15:00
※ご相談いただけるのは町内在住の方となります。 土日、祝日はお休みです。	
TEL 394-5294（直通）	FAX 394-3422
三重県北勢福祉事務所の相談	
女性相談：夫婦問題、離婚、職場の人間関係など 月～金 8:30～16:00（年末年始、祝日除く）	
TEL 352-0557	
津地方法務局四日市支局による人権相談	
月～金 8:30～17:15（年末年始、祝日除く）	
TEL 353-4365	FAX 353-4367

10月の納付	町県民税 3期、国民健康保険税 4期
--------	--------------------

情報	令和5年度菰野町太陽光発電設備等 設置費補助金の受付を開始します
----	-------------------------------------

再生可能エネルギーの利用促進と温室効果ガスの排出削減を図るため、個人が住宅の屋根等に太陽光発電設備を設置する場合に補助金を交付します。

▶**申込期間** 10月20日（金）～12月28日（木）
※予算上限に達し次第、締め切ります。

▶**対 象** 町内にある自らが所有し、居住する住宅の屋根等に太陽光発電設備（太陽光発電設備と併せて設置する場合は蓄電池）を設置する方

※以下の場合は対象外です。

①町の交付決定前に設置工事に着手したとき
②国や県から別の補助金の交付を受けて設置するとき
③工事完了後、期日までに実績報告書を提出できないとき
④町税等の滞納がある方

・詳しくは、町ホームページをご覧ください。

問 環境課 TEL 391-1150 FAX 391-1193

相談	相談無料・申込不要 民事介入暴力に関する弁護士相談会
----	-------------------------------

暴力団による違法、不当な要求などに関する無料弁護士相談会です。気軽にご相談ください。

▶**と き** 10月19日（木）13:30～16:00
▶**ところ** 保健福祉センターけやき1階 第1相談室

問 安全安心対策室 TEL 391-1102 FAX 394-3199

相談	ご利用ください 行政相談
----	--------------

「行政相談」をご存知ですか？行政相談とは、国や特殊法人等の仕事について、皆さんの意見や要望を聞き、その解決を図る制度です。

町では、毎月第3水曜日に「行政相談所」を開設しています。年金、保険、税金、登記、道路、福祉など役場の仕事について分からないこと、困っていることがある方は、気軽にご相談ください。

▶**と き** 10月18日（水）10:00～15:00
▶**ところ** 保健福祉センターけやき1階 ふれあい相談センター

問 総務課 TEL 391-1100 FAX 394-3199

情報	相談無料 菰野町空き家個別相談会
----	---------------------

主催 / 四日市不動産事業協同組合 後援 / 菰野町協力 / （公社）三重県宅地建物取引業協会 四日市支部

空き家に困っている方や心配ごとがある方へ個別相談会を開催します。ぜひご相談ください。

▶**開催期間** 10月16日（月）～10月31日（火）
※開催期間の範囲内で日時を調整し、個別で相談に応じます。

▶**ところ** 役場本庁 会議室（予約日時により調整します）

問 甲 四日市不動産事業協同組合 TEL FAX 059-355-0440
掲 安全安心対策室 TEL 391-1102 FAX 394-3199

募集	第56回フリーマーケットinこもの 出店者募集
----	----------------------------

▶**と き** 11月5日（日）9:00～14:30
▶**ところ** 菰野町文化祭 食と文化のフェスティバル会場内
▶**対 象** 町内在住の方 ▶**出店料** 700円
▶**申込期限** 10月15日（日）

問 甲 菰野町消費生活くらしの会 北岡フミ子さん
TEL 393-1697
掲 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

情報	みえ高校生就職ガイダンス
----	--------------

雇用のミスマッチを防ぎ、職場に定着することを目的に、「みえ高校生就職ガイダンス」を開催します。県内に安定した就業場所がある地元企業が参加します。ぜひご来場ください。

▶**と き** 10月17日（火）13:30～15:00 受付13:00～
▶**ところ** 四日市市文化会館2階 展示棟（四日市市安島2丁目5-3）

▶**対 象** 令和6年3月新規高等学校卒業予定者、3年以内既卒者

▶**参加企業** 四日市・桑名・鈴鹿公共職業安定所管轄事業所を中心に40社

▶**形 式** ブースで事業担当者と面談

問 四日市公共職業安定所 求人企画部門
TEL 059-353-5566 FAX 059-354-1921
掲 観光商工推進室 TEL 391-1129 FAX 391-1193

講座	甲州・東海ブロック家族会 精神保健福祉促進研修会 三重大会
----	----------------------------------

▶**と き** 10月26日（木）13:30～15:30
10月27日（金）9:30～11:30
▶**ところ** 四日市市文化会館（四日市市安島2丁目5-3）
▶**内 容** 基調講演「こころの病は、あなたの人生のどこかで出会う病気です」、分科会

▶**参加費** 無料
▶**資料代** 1,000円（障がいのある方、学生は500円）

問 NPO法人 三重県精神保健福祉会（さんかれん）
TEL FAX 059-271-5808（火・木 10:00～17:00）
掲 健康福祉課社会福祉係 TEL 391-1123 FAX 394-3423

相談	相談無料・要予約 精神科医師による精神保健福祉相談
----	------------------------------

▶**と き** 10月25日（水）13:30～15:30
▶**ところ** 三重県桑名庁舎（桑名保健所）
▶**申込期限** 10月18日（水）15:00
※必ず予約をしてください。
※保健師によるこころの健康相談は随時承ります。

問 甲 桑名保健所 地域保健課
TEL 0594-24-3620 FAX 0594-24-3692
掲 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

情報	特定健康診査の電話勧奨について
----	-----------------

特定健康診査を受けられていない方を対象に、町が委託する受診勧奨コールセンターから、電話で受診を呼びかける場合があります。ご了承ください。

相談	申込不要・参加無料 けやき健康相談、歯科相談
----	---------------------------

▶**と き** 10月23日（月）10:00～12:00
▶**ところ** 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー和室
▶**内 容** 血圧測定、身体の心配相談、栄養士による食事の相談、歯科衛生士による歯科相談

▶**持ち物** 健康手帳、健診結果（受診された方）

健康	乳がん集団検診 マンモグラフィ（レントゲン撮影）
----	-----------------------------

と き	ところ
10月19日（木）	保健福祉センターけやき
10月23日（月）	朝上地区コミュニティセンター
10月27日（金）	竹永地区コミュニティセンター

▶**受付時間** 9:00～11:00、13:30～15:00
▶**対 象** 町内在住の昭和58年4月1日以前生まれの女性
※30歳～39歳の方を対象とした超音波撮影（エコー検査）は11月から実施します。詳しくはおしらせ版11月後半号をご覧ください。

※乳がん個別検診の受診券をお持ちの方で、集団検診を希望する場合は当日金額を変更するので、そのままお持ちください。

※大腸がん検診も同時に実施します。ご希望の方は検便容器（2日分）、受診券、受診票をお持ちください。

《注意事項》

- 各種検診料金は下記の料金表を確認してください（生活保護世帯の方は無料です）。
- 持ち物等の詳細は、個人通知の案内文書をご覧ください。
- 健康手帳をお持ちでない方には当日交付します。
- 検診日は、混雑が予想されますので、できる限り個人通知指定日の受診をお願いします。
- 発熱や咳、倦怠感などの症状がある方は、受診を見合わせてください。
- マスクの着用を推奨します。
- 検診を希望する方で、申し込みをしていない方は健康福祉課までご連絡ください。

検診料金表	課税世帯		非課税世帯
	69歳まで	70歳以上	
	一般	国保	
乳がん（マンモグラフィ）	1,400円	500円	200円
大腸がん	900円	500円	200円

上記共通情報	
問 甲 健康福祉課健康づくり係	TEL 391-1126 FAX 394-3423

第115回 郷土史・風俗

横山家住宅主屋の変遷

菰野横山邸園の主屋は、江戸時代末期に安政伊賀地震で倒壊し、再建されたものであると伝わっています。屋根の南面西寄りに千鳥破風を設け、玄関には切妻の庇を付けており、重厚な外観をしています。大正8年に屋根を茅葺から棧瓦葺へ改修し、昭和前期には厨房を、昭和40年頃には浴室を増築した記録が残っています。

また、昭和43年頃の作庭の際に増築したとされる書院および渡廊下は主屋の西側に接続しており、重森三玲が作庭した庭の枯山水を悠々と眺めることができます。



▲南面から望む横山家住宅主屋

DATA 8月のデータ

	件数	1月からの累計
火災発生	0	12
救急車出動	176	1,194
交通事故	5	76
急病	133	870
一般負傷	25	176
その他	13	72
救助出動	2	18
交通事故	103	750
物損事故	99	730
人身事故	4	20
死者	0	2
傷者	4	21

	数	増減
総人口	41,049人	－25人
男	20,347人	－30人
女	20,702人	＋5人
総世帯数	17,150世帯	＋5世帯



ありがとう
ございます

社会福祉のために▶図書ボランティア
「こもりぶサポーター」児童書ふるほん市実行委員会から38,710円
▶匿名で米3俵▶菰野郵便局（三重部会）から食品

お詫び

広報こもの令和5年9月号9ページの「PHOTO NEWS」内の記事で「永田準太」さんの表記は正しくは「永田隼太」さんでした。お詫びして訂正いたします。

 西警便り nishikei dayori

問い合わせ
四日市西警察署 ☎394-0110

全国地域安全運動

運動期間 10/11 ▶ 10/20

「全国地域安全運動」では、三重県内各地の防犯協会や防犯ボランティア団体とともに地域安全活動の強化や相互間連携など緊密化を図って活動を行います。

特殊詐欺の
被害防止

自動通話録音警告機の普及や留守番電話設定での被害防止のほか、「電話やメールでのお金のお話は詐欺を疑う」など防犯意識の向上を図る運動を推進します。

県内特殊詐欺
被害件数

184件

被害額

約3億8,073万円



子ども・女性の
犯罪被害防止

子どもや女性への声かけやつきまとい等の不審者情報を多く認知しています。県警HP等での情報発信や見守り活動といった防犯対策を推進します。

地域の一体化
による防犯

県内では、自転車の盗難が多発しています。あいさつを交わすなどコミュニティの繋がりを強くして各種防犯対策を推進します。



俳句

冬日句会 会員互選

田の中の窠小屋夜業の人影
新米を供へて妻の忌を修す
カネタタキひたすら闇へ刻刻と
何処から何時とは知らず風は秋
村しづか百舌の高音の遠くより
瀬戸川に秋雨流るる陶器市
邯鄲や落人墓石凭れ合ふ

南川 恵津子
鈴木 秋翠
諸岡 さとの
奥崎 富子
進士 順子
南川 祐作
金津 やよい

10月

図書館カレンダー

CALENDAR

1日	
2月 休館日	
3 火	
4 水	
5 木	
6 金	
7 土	
8 日	
9 月	
10 火	展示 「子どもと楽しむ秋」 ▶ 10月22日まで
11 水	
12 木	
13 金	
14 土 14:00～	楽しいおはなし会
15 日 休館日	
16 月 休館日	
17 火	
18 水	
19 木	
20 金	
21 土 11:00～	朗読劇
22 日 9:30～	リサイクルフェア
23 月 休館日	
24 火 休館日	
25 水	
26 木 10:00～	大人のための朗読会
15:30～	英語と日本語の読み聞かせ
27 金	
28 土 14:00～	楽しいおはなし会
29 日	展示 「トイレから世界をのぞく」 ▶ 10月25日から
30 月 休館日	
31 火	

としょかん
月刊 いんぷお

菰野町図書館

開館時間

9:30～18:00

TEL 391-1400

FAX 394-4433

http://www.town.komono.mie.jp/library



2023 第77回 読書週間 10/27 ▶ 11/9

標語 私のペースでしおりは進む

今年も秋の読書スタンプラリーを開催します。お題に沿った本を読んだ方にはスタンプを押し、5個スタンプを集めた方にはプレゼントを差し上げます。

受付 10月7日から図書館窓口で受付

定員 中学生以上 50名 小学生以下 70名



展示
「子どもと楽しむ秋」

▶ 10月22日まで

町内の読書推進活動を行っている中高生グループ「リトルライブラリアン」と小学6年生の子ども司書が協力して作り上げた展示コーナーです。秋を彩る紅葉やおいしい食べ物の本、家族と一緒に秋を感じる絵本など、秋を楽しむための本を用意しました。



新着図書から



『幕末維新解剖図鑑』

▶ 山村竜也 / 著
▶ エクスナレッジ (281 / ヤ)

動乱の幕末維新期の流れを解説しながら、魅力的な男女100人の登場人物を選び、その人となりや交友関係、思想の変遷、歴史に果たした役割を深掘りしています。豊富なイラストで海外列強、志士どうしの関係も一目でわかります。

一般書



『恐竜がもっと好きになる化石の話』

▶ 木村由莉 / 著
▶ 岩波書店 (J457 / キ)

世界各地で恐竜や太古の哺乳類の化石発掘を行う研究者が、「化石ハンター」アンドリュースの探検エピソードを紹介するとともに、絶滅動物の姿や進化をわかりやすく解説しています。『毎日小学生新聞』に連載されたものを加筆修正した書籍です。

ティーンズ



『かっぱまきください!!』

▶ まつながもえ / 作
▶ 小学館 (E / マ)

人間にばれないように頭のお皿を帽子で隠して、回転寿司にやってきたかっぱの親子。かっぱまき、ぎゃくかっぱ、まるごとかっぱなど、たくさんのかっぱ巻きに大満足だったけど、頭のお皿が見つかってしまい…。愛らしい親子のかっぱをぜひ応援してください。

児童書



食と文化のフェスティバル

KOMONO CULTURE FESTIVAL 菰野町文化祭

11/5日

9:00-
15:00

⚠ CAUTION 菰野町芸文祭のみ 11/4 も開催

× イ フ 会 場

会場 町民センター、体育センター周辺



- ・町芸術文化協会等々の作品展示
- ・ステージ発表
- ・はたらくくるま大集合
- ・フリーマーケット

ほか

子どもからお年寄りまで楽しめる
催し盛りだくさんのメイン会場！

ふるさと味まつり

会場 JA みえきた菰野支店



- ・16の団体が自慢のメニューを出品
- ・味のスピードくじ

ほか

商工会加盟の飲食店などがこ
でしか食べられない特別限定メ
ニューを多数用意！満足、満腹間
違いなしの会場です！

東町・旭町イベントゾーン

会場 東町・旭町商店街



- ・大道芸人によるバルーンアート
- ・路面上落書きコーナー
- ・商店街各店のワゴンセール
- ・バナナ抽選会

ほか

上記を中心に商店街を彩るイベン
ト多数開催予定！

特別企画 大名行列に八重姫登場！

文化祭恒例の菰野藩土方大名行列に菰野町偉人マン
ガの題材となった「八重姫」が登場！菰野藩初代藩
主 土方雄氏とともに菰野高校の生徒が演じます。



11/5 10:00
菰野地区コミュニテ
ィセンター出発



菰野町文化祭
の詳細は QR
コードの特設
サイトでご確
認ください。

