



## 絵本〇×クイズ

図書館で絵本についての〇×クイズ大会を開催します。参加賞としてペーパーバックがもらえます。

▶**と き** 6月13日(土) 10:30～11:30  
10:00 受付開始

▶**ところ** 図書館2階 催事室

▶**対象** 小学生以下の方

▶**定員** 30名(当日先着順)

岡図書館 TEL 391-1400 FAX 394-4433



## 禁煙週間

5月31日～6月6日は禁煙週間です。今年度のテーマは「みんな知っている?たばこのルール」です。

たばこには有害物質が多く含まれており、たばこを吸っている本人だけでなく、周りの方の健康にも悪影響が及びます。ご自身の健康と、大切なご家族のために、禁煙にチャレンジしませんか。



## 歯と口の健康週間

6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です。今年度のテーマは「歯みがきは 体を守る 最前線」です。

日頃からむし歯や歯周病を予防して、いくつになっても楽しみながら食事ができるよう、歯と口の健康について心掛けましょう。



## 申込不要・参加無料 健康ウォークデー

第1水曜日を「健康ウォークデー」とし、ウォーキングを行っています。仲間を見つけて、ウォーキングを楽しい習慣にしませんか。気軽にご参加ください。

▶**と き** 6月3日(水) 9:00 集合

▶**集合場所** 役場本庁 西玄関前

▶**持ち物** 飲み物、タオル、帽子、雨具(雨天時)、こもの歩きパスポート(持っていない方には当日配布)

※雨天の場合は集合時に判断します。防災ラジオでのお知らせはありません。

上記共通情報

岡健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423



## 受講料無料 普通救命講習 I

▶**と き** 6月21日(日) 9:00～12:00

▶**ところ** 竹永地区コミュニティセンター

▶**内容** AEDの取り扱い、心肺蘇生法

▶**対象** 町内に在住・在勤・在学の中・小学生以上の方

▶**定員** 20名 ▶**申込期限** 6月7日(日)

岡消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766



申し込みはこちらから

## 広報こもの

# おしらせ版

2026年6月 **前半号**

「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



## 菰野町芸術文化協会 虹の祭典 2026 梅雨だ! 夏だ! 芸文祭だ!

菰野町芸術文化協会の舞台部門による合同発表会です。コーラス、津軽三味線、日本舞踊や民話語り、バンドなど全24団体が舞台発表を行います。

▶**と き** 5月31日(日) 12:30～16:00

6月14日(日) 9:30～19:00

※14日は抹茶の呈茶(500円)があります。

▶**ところ** 町民センター ホール ▶**入場料** 無料



## 入場料無料 第5回 歌謡部門発表会

菰野町芸術文化協会の歌謡部門によるカラオケの大会です。全86曲を熱唱します。

▶**と き** 6月7日(日) 9:30～16:00

▶**ところ** 町民センター ホール

上記共通情報

岡スポーツ・文化振興会 TEL 394-3930 FAX 394-1517



## 菰野町70周年事業 けやきフェスタ 2026 福祉と健康のフェスティバル

共催 / 菰野町、菰野町社会福祉協議会

今年は「ほっと de ホット」をテーマに、世代の違いや障がいの有無に関わらず、みんなが一堂に集い、互いに関心や理解を深めあう「ふれあいの場」となることを目的に開催します。

▶**と き** 6月7日(日) 9:30～14:30

▶**ところ** 保健福祉センターけやき、福祉公園

▶**内容**

【福祉コーナー】ふくし体験、バザー販売、活動発表

【保健コーナー】血管動脈硬化検査、体脂肪測定、入れ歯クリーニング、モバイルファーマシー(移動薬局車両)、ベジチェック

【子育てコーナー】乳幼児身体計測、妊婦体験、親子工作

【健康コーナー】体力測定、ポッチャ体験

【ふれあいコーナー】eスポーツ体験会、大きな段ボール迷路

【フードコーナー】キッチンカー

【その他】ステージ発表

※詳しくは、社会福祉協議会広報紙「みんなのふくし」

5月号の折込チラシをご覧ください。

岡社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

おしらせ版の内容は  
菟野町のホームページでも  
ご確認いただけます。



## イベント どろんこであそぼう

砂や水や泥の感触を楽しみましょう。  
▶とき 6月2日(火) 10:00~11:30  
▶ところ 北部子育て支援センター 砂場  
▶対象 就園前の子どもとその保護者  
▶持ち物 帽子、着替え、飲み物、タオル  
※雨天の場合は中止とします。



## イベント おはなし広場

親子で一緒に絵本の世界を楽しみましょう。  
▶とき 6月11日(木) 10:30~11:00  
▶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  
▶内容 図書ボランティアによる絵本の読み聞かせ



上記共通情報

☎ 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707

## イベント ぐんぐん広場

助産師、保健師、栄養士に育児に関する相談ができます。また、保育士と一緒に遊びを楽しむ時間もあります。  
▶とき 6月4日(木)  
9:30~11:00 身体計測、各種相談  
10:30~11:00 お楽しみ会、お誕生会  
▶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  
▶対象 就園前の子どもとその保護者  
▶内容 身体計測、手遊び、親子ふれあい遊び等

## イベント わくわく広場

保育士と一緒に園庭やホールで楽しく遊びましょう。

ところ	とき
竹永保育園	6月10日(水)
千種保育園	6月12日(金) 10:00~11:30
朝上こども園	6月15日(月)

▶対象 町内在住の就園前の子どもとその保護者  
▶持ち物 帽子、着替え、飲み物、タオル

上記共通情報

☎ 子育て支援センター TEL 391-2214 FAX 394-3423

## 健康 申込不要・参加無料 みんなの運動サロン

運動が苦手な方でも安心して取り組める介護予防運動を主目的としたサロンです。介護予防運動ボランティアのお元気サポーターと一緒に介護予防運動を行います。

とき	ところ
6月2日(火)	千種地区コミュニティセンター
6月4日(木)	鷺川原地区コミュニティセンター
6月5日(金) 10:00~11:00	竹永地区コミュニティセンター
6月9日(火)	菟野地区コミュニティセンター
6月11日(木)	朝上地区コミュニティセンター
6月12日(金)	竹永地区コミュニティセンター

▶対象 運動制限がない方  
▶持ち物 セラバンド(ない方は貸し出し可)、飲み物・お住まいの地区の運動サロンへ参加してください。

## イベント 申込不要・参加無料 けやきでお茶飲み会

認知症予防のためのレクリエーションや簡単な体操をしたり、おしゃべりをします。  
▶とき 6月9日(火) 13:30~15:00  
▶ところ 保健福祉センターけやき  
▶内容 脳トレや簡単なレクリエーションなど  
▶持ち物 飲み物



## イベント 申込不要・参加無料 子育てサロン ここっと。

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。参加された方には、ささやかなプレゼントがあります。

とき	ところ
6月3日(水)	千種地区コミュニティセンター
6月4日(木)	朝上地区コミュニティセンター
6月5日(金) 9:45~11:00	菟野地区コミュニティセンター
6月11日(木)	鷺川原地区コミュニティセンター
6月25日(木)	竹永地区コミュニティセンター

上記共通情報

☎ 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

## 健康 参加無料 女性のための健康づくり体験

女性を対象に健康運動指導士によるポールエクササイズでシェイプアップ体操を行います。  
▶とき 6月1日(月) 10:00~11:15  
▶ところ B&G 海洋センター 体育館  
▶申込期限 5月28日(木) 17:00  
▶持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル  
※託児をご希望の場合は、5月28日(木) 17:00までお問い合わせください。

## 健康 申込不要・参加無料 元気づくり運動教室

健康運動指導士によるストレッチ体操などを行います。

地区	とき	ところ
千草	6月4日(木) 13:30~	千草公会所
下村	6月12日(金) 15:00	下村公会所

## 健康 みんなで一緒に! SSピンポン

音の出るボールを卓球台のネットをくぐらせるように打ち合います。  
▶とき 6月10日(水) 13:00~16:30  
▶ところ 保健福祉センターけやき2階 運動指導室  
▶参加費 100円  
▶持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル



## 健康 申込不要・参加無料 介護予防運動教室

健康運動指導士による椅子に座ってできる筋力アップ体操や認知症予防体操などを行います。

地区	とき	ところ
福村	6月3日(水) 9:30~11:00	福村公会所
大羽根園	6月3日(水) 13:30~15:00	大羽根園自治会公会所
菟野第一区	6月4日(木) 9:30~11:00	菟野第一公会所
音羽	6月5日(金) 9:30~11:00	音羽公会所
竹成	6月11日(木) 9:30~11:00	竹成公会堂
永井	6月11日(木) 13:30~15:00	永井公会所
菟野第三区	6月12日(金) 9:30~11:00	菟野第三区民栄会館

上記共通情報

☎ 元気アップこものスポーツクラブ TEL/FAX 394-5018

## 健康 乳がん個別検診

下記に該当する方は乳がん個別検診(マンモグラフィ)を受けられます。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(役場本庁1階)までご連絡ください。  
▶実施期間 6月1日(月)~令和9年2月28日(日)  
▶ところ 四日市市、三重郡内の指定医療機関  
▶対象 40歳~58歳(昭和42年4月2日~昭和61年4月1日生まれ)かつ、令和8年4月1日時点で偶数年齢の女性  
※40歳(昭和60年4月2日~昭和61年4月1日生まれ)の方には申し込みの有無に関わらず、6月上旬に無料クーポン券を送付します。

## 健康 胃がん(集団)、肺がん・結核、大腸がん検診

▶とき 6月11日(木)、12日(金)  
受付時間 8:30~11:00  
▶ところ 鷺川原地区コミュニティセンター  
▶対象 町内在住の30歳以上の方(平成8年4月1日以前生まれ)

《各検診共通事項》

- 検診料金は、下記の検診料金表をご確認ください。生活保護世帯の方は無料です。
- 今年度から国の指針により肺がん検診の喀痰検査は行いません。
- 今年度から国の指針により肺がん検診の喀痰検査は行いません。
- 持ち物や注意点等の詳細は、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。
- 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歳まで一般	70歳以上 国保	
胃がん(集団)	1,400円	500円	200円
大腸がん	900円	500円	200円
肺がん・結核 X線検査	無料		

## 相談 申込不要・相談無料 健康相談、栄養相談、歯科相談

▶とき 6月8日(月) 9:30~11:30  
▶ところ 役場本庁2階 205会議室  
▶持ち物 健康手帳、健診結果(受診された方)  
▶内容 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

上記共通情報

☎ 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

6月

## 菟野町おしらせカレンダー

Information Calendar in Komono Town

1 月	女性のための健康づくり体験
2 火	どろんこで遊ぼう / みんなの運動サロン (千種地区) 健康ウォークデー / 心配ごと相談 / 人権相談
3 水	子育てサロンこっこ。 (千種地区) 介護予防運動教室 (福村・大羽根園)
4 木	ぐんぐん広場 / 元気づくり運動教室 (千草) みんなの運動サロン (鵜川原地区) 子育てサロンこっこ。 (朝上地区) 介護予防運動教室 (菟野第一区) みんなの運動サロン (竹永地区)
5 金	子育てサロンこっこ。 (菟野地区) 介護予防運動教室 (音羽) / 一般何でも相談
6 土	春季ソフトテニス大会 (中学生の部)
7 日	けやきフェスタ / 春季フットサル大会 / 歌謡部門発表会
8 月	健康相談、栄養相談、歯科相談
9 火	みんなの運動サロン (菟野地区) けやきでお茶飲み会 / 法律相談
10 水	わくわく広場 (竹永幼保園) SSピンポン / 心配ごと相談 / 人権相談
11 木	胃がん、肺がん・結核、大腸がん検診 おはなし広場 / みんなの運動サロン (朝上地区) 子育てサロンこっこ。 (鵜川原地区) 介護予防運動教室 (竹成・永井)
12 金	胃がん、肺がん・結核、大腸がん検診 わくわく広場 (千種幼保園) 元気づくり運動教室 (下村) みんなの運動サロン (竹永地区) 介護予防運動教室 (菟野第三区)
13 土	絵本〇×クイズ大会
14 日	虹の祭典 2026 / 春季ソフトテニス大会 (一般の部) 春季トリムバレーボール大会
15 月	わくわく広場 (朝上こども園)

## 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	種別・時間	相談日時
一般何でも相談	5日	人権相談	3日、10日
10:00 ~ 15:00		10:00 ~ 15:00	
心配ごと相談	3日、10日	法律相談 (要予約)	9日
10:00 ~ 15:00		9:30 ~ 15:00	
電話福祉相談	毎週月~金		
8:30 ~ 17:00			

※法律相談の予約の受付は6月2日(火) 8:30から、電話・受付窓口にて行います。

※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 9:15 ~ 16:00 (年未年始、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 9:00 ~ 17:00 (年未年始、祝日除く)

TEL 353-4365 FAX 353-4367

6月の納付 町県民税1期

情報

ハンセン病元患者家族に対する  
補償金制度

この補償金は、法に基づきハンセン病元患者家族の被った精神的苦痛を慰謝するためのものです。ハンセン病問題を正しく理解し、偏見や差別のない社会の実現を目指しましょう。秘密は守られますので、相談窓口にご相談ください。詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

▶補償金額 180万円または130万円

※一部同居等の要件あり

▶請求期限 令和11年11月21日まで

問甲 厚生労働省補償金相談窓口 TEL 03-3595-2262

問 健康福祉課健康づくり係

TEL 391-1126 FAX 394-3423

厚生労働省  
ホームページ

情報

救命サポート事業所  
標章交付制度

消防署では、不慮の事故などの緊急時に救命活動で使用するAED(自動体外式除細動器)の貸し出しに協力していただける事業所を募集しており、現在、町内81の事業所(82箇所)が登録されています。さらなる救命の輪を広げるため、ご協力をお願いします。



問甲 消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766

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 6月17日(水) 13:30 ~ 15:30

▶ところ 三重県桑名庁舎(桑名保健所)

・必ず予約をしてください。

・相談の時間や部屋は予約時に確認してください。

・保健師によるこころの健康相談は随時承ります。

問甲 三重県桑名保健所 地域保健課

TEL 0594-24-3620 FAX 0594-24-3692

問 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423

相談

相談無料・要予約・秘密厳守

弁護士による法律相談

▶とき 6月9日(火) 9:30 ~ 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

▶申込開始 6月2日(火) 8:30 ~

▶相談内容 交通事故、不動産売買、借地借家、相続、遺言、離婚、サラ金、金銭貸借などの民事事件、刑事事件などすべての法律問題



※定員に達し次第、締め切ります。

※弁護士の判断で相談をお断りする場合があります。

※相談時間の指定はできません。

※当日は町相談員、社会福祉協議会職員が同席します。

問甲 ふれあい相談センター TEL 394-5294 FAX 394-3422