

ポールのたなべ穴場めぐり

国際交流員のポール・フィンです。「ポール」と気軽に呼んでください。このコーナーでは、私が市内各地の穴場を巡り、見たもの・経験したことを皆さんにお伝えしていきます！



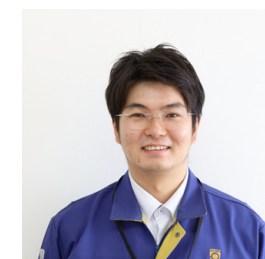
第17回 Who can? Mikan!

アイルランドは、岩が多く、年間を通して雨がよく降る小さな島国です。そのため、果物の多くは他の国から輸入しています。現在田辺に住んでいる私にとって、地域で採れた果物を食べられることはありがたく、特に冬になると、たくさんのみかんを食べることができてうれしいです。今回は上秋津のみかん畑で、みかん狩りを体験してきました。

私が訪問した前日に、修学旅行で100人以上の高校生がみかん狩りをした後だったので、大きなみかんがほとんどなく、残っていたのは小ぶりのものだけでした。でも、実は小さなみかんが一番美味しいらしく、とてもラッキーでした。今回私が採ったみかんは「宮川早生みかん」といって、皮が薄く、ジューシーで柔らかな食感が特徴的で、ジュースにするのに適しているそうです。ジュースにしてもよし、そのまま食べるもよし。今年の冬は、風邪をひかないよう、ビタミンCが豊富なみかんをたっぷりと食べましょう！



たなべスマイル



しゅん
芝本 駿さん

神子浜
会社員

生まれも育ちも東京でしたが、昔からいつかは東京を離れ、田舎で暮らすことに憧れがありました。そんな中、田辺出身の妻と結婚を機に田辺に移住することになり、昔からの憧れを実現する機会が訪れたと感じています。

最近はお義父さんから釣りを教わったり、会社の方にキャンプに誘っていただいたりとアウトドアにはまっています。次は、渓流釣りも挑戦したいと思っており、様々な楽しみ方で田辺の自然を満喫したいです。

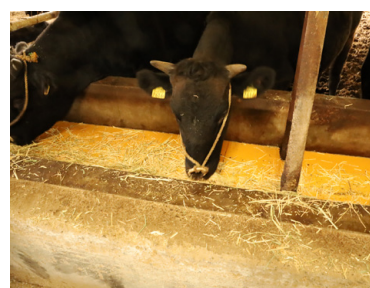
他に喫茶店めぐりも趣味で、休日には妻と新たなお店を訪ねてみたり、出勤前にもモーニングを食べたりしています。田辺の喫茶店は、気さくな方が多くて、とても居心地がよく、何度も訪れたいお店が多いと感じています。

また、妻とは趣味も合い、結婚前からいつか二人のお店を開いてみたいと夢を語り合っていました。将来的には、そんな夢もこの田辺で実現できればいいなと思っています。



青春キラリ！高校生レポーター

SDGs を考えて



田辺の『うし』～熊野牛～

写真・文 田辺高等学校 谷口 琴音

山道を抜け、見えてきたのは県内一の熊野牛飼育頭数を誇る本宮町の広々とした農場です。新年を迎え、丑にお鉢が回ってきたこの年、私は田辺市内の「牛」に関する記事を書きたいと思い、本宮町で石谷強さんと、そのご家族が経営している牧場を訪ねました。

26年前に家業を継いだ石谷さんは、90頭の熊野牛を飼育し、毎日の餌やり・個体管理を行っています。また、「地域循環型社会」を実践するため、堆肥を用いて、地元の学校給食用の米栽培もされています。「地域循環のためには、私たちのような“生産者”と、それを購入して食べる“消費者”が継続性のある関係を持つことが必要だ」と石谷さんは教えてくれました。今年一年、私たち一人ひとりがSDGsの「11.住み続けられるまちづくりを」「12.つくる責任・つかう責任」を意識し、実践する一年にしませんか。

備えて安心！防災コラム



第80回 外出時に地震が発生したら？

避難訓練の多くが、屋内での地震を想定し、まずは机の下に隠れ身の安全を確保、次に避難場所へ逃げるといった訓練を実施していると思います。しかし、地震はいつ、どこで発生するかわかりません。外出時、地震が発生した際に慌てないよう、場所ごと取るべき行動を日頃から考えておきましょう。

◇街中 窓ガラスや屋根瓦などが落ちてくるかもしれません。かばんなどで頭を守りましょう。また、ブロック塀などは、倒れる危険性があるので、揺れを感じたら離れましょう。

◇車の運転中 ハザードランプを点灯し、徐々

に減速しながら、左側に停車させ、エンジンを切りましょう。揺れが収まるまでは車外に出ないでください。避難する時は、キーを付けたまま、ドアをロックしないで、徒歩で避難しましょう。◇海岸付近 高台や津波避難ビルへ避難しましょう。津波注意報や警報が解除されるまでは、絶対に海岸付近には近付かないでください。

◇山間地付近 土砂崩れの危険があるので、速やかに斜面や崖から離れましょう。

◇エレベーターの中 行先階のボタンを全て押し、最初に停止した階で降りましょう。もし、閉じ込められたら、インターホンで通報しましょう。



図書館へ行こう



司書のおすすめ！新着図書



14歳からの哲学サロン～古きをたずねて新しきを知る～
著/板生 いくえ
発行/銀の鈴社

人生の中でのいろいろな疑問について、古の賢者たちの言葉を使って、分かりやすく解説してくれます。



きょうはなんの記念日？ 366日じてん
著/平野 恵理子
発行/偕成社

驚くことに毎日何かの記念日だそうです。自分や家族の誕生日がどんな日なのか調べてみるのも楽しいですね。

ひとことコラム

年頭にあたり、今年は良い年になりますようにと願うばかりです。今年の干支である丑とは、つまり牛のことで、昔は農業には欠かせない貴重な存在でした。しっかりと農業を手伝ってくれることから、粘り強さや堅実さ、誠実さを表すとされています。コロナウイルスに負けず、牛（ぎゅう）っと、盛りだくさんな話題がある1年になりますように！（雄）

休館日

本館＝毎週㊿（㊿を除く）、12/28㊿～1/5㊿（5日は整理日）、12㊿（祝日振替）、28㊿（整理日）
龍神分室＝第1・3・5㊿㊿、12/29㊿～1/3㊿、11㊿㊿
中辺路分室＝毎週㊿、12/29㊿～1/3㊿、11㊿㊿
大塔分室＝第1・2・3・5㊿、毎週㊿、12/29㊿～1/3㊿、11㊿㊿
本宮分室＝毎週㊿㊿、12/29㊿～1/3㊿、11㊿㊿

※移動図書館の運行日時は、下記へお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

市立図書館 ☎ 0739-22-0697 □ <http://www.city.tanabe.lg.jp/tosho/index.html>

お子さんと一緒に
おはなしのコーナー

★おはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居など（対象：4歳くらいから）
本館＝1/10・17・24・31 全㊿（11時～）
大塔分室＝1/23㊿（10時30分～）
中辺路分室＝1/23㊿（11時～）

★おはなしタイム

おはなしや絵本の読み聞かせなど（対象：4歳くらいから）
本館＝1/9・16・23 全㊿（11時～）

★ひよこタイム

絵本の読み聞かせやわらべうたあそびなど（対象：0～2歳くらい）
本館＝1/20㊿（11時～）
※定員5組（受付開始：1/6㊿～）
電話でお申し込みください。

★こぐまタイム

絵本の読み聞かせやわらべうたあそびなど（対象：2～3歳くらい）
本館＝1/20㊿（11時30分～）
※定員5組（受付開始：1/6㊿～）
電話でお申し込みください。

開館時間

本館＝㊿～㊿9時30分～19時30分
㊿・㊿9時30分～18時
分室＝9時～17時
※龍神分室は、㊿～㊿20時まで時間延長あり。中辺路分室は、㊿のみ16時45分まで。

我が家の愛ドル～1月生まれ～



太田 ^{りつき} 律絆ちゃん（1歳）
毎日元気いっぱいの律くん。いつもみんなを笑顔にしてくれてありがとう！これからもますます大きくなあれ♡



前地 ^{ふわり} 花羽莉ちゃん（1歳）
1歳のお誕生日おめでとう♪いつもよく笑うふわりの笑顔を見るだけで毎日幸せです！元気に大きくなっていてね。母より



竹中 ^{はるき} 遥輝ちゃん（2歳）
いつも明るく、ヤンチャな遥ちゃん。2歳のお誕生日おめでとう。これからも遥ちゃん節を楽しみにしてるよ♡

広報発行月に誕生日を迎えるお子さん（就学前まで）の写真を募集しています。氏名、住所、生年月日、電話番号、簡単なコメント（50字まで）を添えてください。2月生まれのお子さんの締切りは、1月8日㊿です。掲載できる枠に限りがありますので、先着順とさせていただきます。ご了承ください。
■宛先 〒646-8545 新屋敷町1 企画広報課 広聴広報係 ✉ kikaku@city.tanabe.lg.jp



すくすく子育てクラブ

第89回 親子で感染症予防



健康増進課
母子保健係
山本 美香

この冬には、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の同時流行が懸念されています。子供は大人に比べて免疫力が低いので、例年以上に感染症予防に努めるようにしましょう。

また、バランスのよい食事や運動、生活リズムを整えることが、感染症に対する免疫力を高めることにつながります。次の「感染症予防に大切なこと」を実践し、親子で元気にこの冬を乗り切りましょう。

■感染症予防に大切なこと

- ◇毎朝、体温測定と健康チェック
- ◇こまめな手洗いと手指消毒

- ◇マスクの着用
- ◇室内の定期的な換気
- ◇身体的距離の確保
- ◇バランスのよい食事や運動
- ◇毎日、親子で行動履歴を記録

■発熱などの症状が出てしまったら・・・

まず、かかりつけ医に連絡し、相談しましょう。かかりつけ医での受診が難しい場合は、受診・相談センター（田辺保健所）に連絡し、診察可能な医療機関を紹介してもらいましょう。
☎受診・相談センター（田辺保健所）
☎ 0739-26-7933