

# 子育て中の お母さん、お父さんへ

子どもたちが遊び  
親たちも楽しめる  
そんな交流の場があります。  
親子で手をつないで  
ぜひ遊びに来てください。



ひだまりっこ  
「三世代交流おやつ作り」  
5月28日(東原児童館)



## 御代田町子育て支援事業 7月の予定 児童館事業の紹介

### 夏のつどい

毎年恒例となりました、夏のつどいを各館で開催します。

- 東原児童館 7月25日(金)
- 平和台児童館 7月29日(火)
- 大林児童館 7月29日(火)

参加費 一人100円

\*開催時間や締め切り等詳しい内容は各児童館にお問い合わせください。

### 三館合同ひだまりっこ

7月8日(火)

リズムあそび

受付 10時～10時30分

場所 エコールみよた

あつもりホール

講師 牛草超子先生

持ち物 飲み物(お茶か水)、

タオル

運動のできる服装でお越しください。素足になって遊びます。

### 「ひだまりっこ」の予定

#### 平和台児童館

7月1日(火)午前10時30分から

《ママと一緒にABC》

7月4日(金)午前10時30分から  
《輪なげ遊び》

7月11日(金)午前10時30分から  
《ほんほん釣り》

7月15日(火)午前10時30分から  
《身体測定》

7月18日(金)午前10時30分から  
《お水あそび》

持ち物 水着・タオル・飲み物

7月22日(火)午前10時30分から  
《お話し会》

#### 東原児童館

7月2日(水)

《英語でわらべ歌遊び》

7月16日(水)

《レッツフォークダンス》

曲ののって体を動かしましょう

7月23日(水)

《ボール遊び》

持ち物 水着、タオル、飲み物

#### 大林児童館

7月3日(木)

《七夕飾りを作ろう》

7月17日(木)

《シャボン玉遊び》

7月24日(木)

《水あそび》

持ち物 水着、タオル、帽子、  
飲み物

## 先生の 今月のひょうと



今回は  
東原児童館  
尾臺館長です

### 子どもの姿から学ぶ

前館長櫻井雄一先生の後任として、四月から児童館に勤めている尾臺良左です。よろしくお願ひします。  
子どもと遊んでいると、いろいろなことを学びます。

一、目標に向かってなわとびに挑戦

二重回しができるまでハアハア肩で息をし、汗びっしょりになって何十回、何百回と挑戦するS君。苦しい、辛いことから逃げないたくましい精神力には驚かされる。この頑張っている姿を皆に紹介したところ、なわとび挑戦者が続出した。

二、温かい言葉がけが心に元気を

集団生活の中では、その場に応じたルールがある。お掃除のとき、雑巾がけの手順がわからない一年生に周りの子が注意する。ときには強い口調で指摘することもありますが、すると注意された子どもは、シユンとしてしゃがみ込んでしまう。二年生の女の子が側に行つて何やら声をかけている。しばらくすると元気に仲間と雑巾がけをし始めた。女の子に「何を話したの」と聞くと「やさしく声をかけてあげた。みんなが待っているよ。」と励ましたと答えてくれた。  
温かな心から素敵な言葉が発せられる。

### 問い合わせ先

- 町民課(ども係) (32)3111(内線47・74)
- 平和台児童館 (32)5800
- 東原児童館 (32)5769
- 大林児童館 (32)0154



# Kids generation



## 家庭でできる食中毒予防

腹痛や下痢、おう吐などの症状が急に起こったことはありませんか。そんな時に疑われるもののひとつが「食中毒」です。高温多湿となる7月から9月にかけて、細菌性の食中毒の発生が最盛期を迎えます。今回は、家庭でできる食中毒予防の6つのポイントをご紹介します。

### ポイント① 食品の購入

- 賞味期限などの表示をチェック
- 肉や魚などは汁が他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる
- 買い物帰りは、寄り道しないでまっすぐ帰る

### ポイント② 家庭での保存

- 持ち帰ったらすぐに冷蔵庫へ
- 冷蔵庫は10℃以下に、冷凍庫はマイナス15℃以下に維持
- 冷蔵庫や冷凍庫に、食品を詰めすぎない

### ポイント③ 下準備

- 調理前にせっけんで丁寧に手を洗う
- タオルやふきんは清潔なものに交換
- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫を利用し、自然解凍は避ける
- 野菜もよく洗う
- 肉や魚は生で食べるものから離しておく
- 包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と別々にそろえて、使い分けると安全
- 包丁などの器具、ふきんは洗って消毒する

### ポイント④ 調理

- 作業前に手を洗う
- 肉や魚は十分に加熱する  
目安は中心部分の温度が75℃で1分間以上
- 電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

### ポイント⑤ 食事

- 食事の前に手を洗う
- 盛り付けは、清潔な器具、食器を使う
- 作った料理は、長時間室温に放置しない

### ポイント⑥ 残った食品

- 残った食品を扱う前にも手を洗う
- 清潔な容器に保存する
- 早く冷えるように小分けにして保存する
- 温め直すときも十分に加熱する
- 時間が経ちすぎたものは思い切って捨てる
- ちょっとでも怪しいと思ったら食べずに捨てる

### ★食中毒予防の3原則

食中毒の原因を

「付けない、増やさない、やっつける」

### ◎食中毒かな？と思ったら

市販の下痢止めなどをむやみに服用せず、早めに医師の診断を受けましょう。

●10か月健診時に撮影した写真を2か月に分けて紹介しています。

