

2015年11月号
(NO.117)

おやまにあつまれ!
11月5日(木) 11時~11時45分

天候によっては翌日に延期
万願寺中央公園 向かいのおやまにて
*そり遊びなどで、体を動かそう。

小児科専門医 中村 敬先生の
「子育て健康相談」

11月10日(火) 10時30分~11時45分

「みんなのはらっぱ」南平にて
身体のことはもちろん、何でも相談にのってくれます。

ち っ 台 事 う
は 秋 て が そ 途 す 葉
い の い 上 う そ 中 い っ
つ の た り 手 に で 色 ば
も の り にな 見 み にな の
の り が っ せ っ け っ っ っ
よ が っ っ っ っ っ っ っ
う が っ っ っ っ っ っ っ
元 っ っ っ っ っ っ っ
気 っ っ っ っ っ っ っ
で す っ っ っ っ っ っ っ
す っ っ っ っ っ っ っ
ち っ っ っ っ っ っ っ
も た す べ り 大 ら

「みんなのはらっぱ」子育て講座

「イライラの消しゴムを手に入れよう」

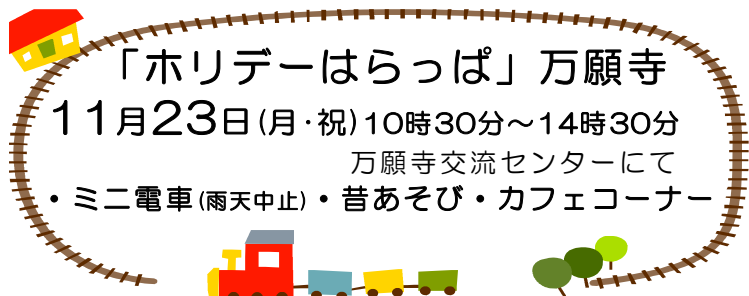
~子育てのためのアンガーマネジメント~

11月12日(木) 10時30分~11時30分

講師 高田しのぶ氏(日本アンガーマネジメント協会認定ファシリテーター)

「みんなのはらっぱ」万願寺にて

*離れられるお子さんは、パートナーと遊びます。



「ホリデーはらっぱ」万願寺

11月23日(月・祝) 10時30分~14時30分

万願寺交流センターにて

・ミニ電車(雨天中止)・昔あそび・カフェコーナー

☆ 11月の
製作
[落ち葉]

10/7 しゃぼん玉で遊ぼう
in 万願寺



風が強くて、空に高く飛んだよ。



まあるいうちわみたいなのは、
振ると泡みたいになって、
いっぱい飛んだね。



簡単!安い!おいしい!《連載》わが子の大好きな一品
(ゆうきちゃん3歳、さよこちゃん1歳の巻)

「お麩の卵とじ」

- 【材 料】 ・車麩など ・卵 ・だし汁、醤油、みりん
【作り方】 ① だし汁を煮立て、醤油、みりんを同量入れる。
② お麩をもどさず、固いまま入れる。
③ お麩が柔らかくなったら、溶いた卵を入れる。



お母さんから...

お麩を水でもどさずに作れるので、手軽に作れるお助け副菜です。歯が8本の下の子でも食べられます。

<お知らせ>

ホームページの「はらっぱ日記(写真)」と「お知らせ」の更新は、10月末までとなります。

なお、11月中旬までは閲覧することができます。ご了承ください。

新ホームページを準備中です。

お楽しみに!

「おからと人参のケーキ」
(10月号)追加

- 【分量】 ・おから140g
・人参100g ・砂糖100g
・卵 2個 ・小麦粉70g
・オリーブオイル150cc
・BP小匙2

発行: NPO法人 日野子育てパートナーの会

Tel/ Fax :042-587-6276

Mail : info@hino-harappa.net

URL : <http://hino-harappa.net/>

「みんなのはらっぱ」南平... 火曜日(南平駅西交流センター) 9:30~

「みんなのはらっぱ」万願寺... 火~金曜日(万願寺交流センター) 14:30

「話しあいましょう、 聞きあいましょう、子育てのこと」 ～ 恵良具子さん と ～

参加者の声・こえ・コエ in 子育て講座

「子どもにルールを決めさせる」という話に、目からうろこ。考えてみたら、いつもあんなさい、こうしなさいと自分が押し付けていたんじゃないかなと思った。この方法を試してみようかと思う。(0, 2歳)

まだ話が通じないからと思って、難しいことは言っておかなかったが、こちらが思っていることを素直にコツコツと、たくさん子どもと話すことが大事なのだと思った。(1歳)

我が子の「困ったこと」を、「とってもいいエネルギー」と言ってくれて、ホッとしたというか、そう思えばステキだなあと思った。(3歳)

「泣くこと、怒ることは、言葉がうまく使えない子どもにとってお話をしていること」と聞き、なるほどと思った。そういう時は通訳をしてあげると良いと聞いたので、実践しようと思う。(0, 2歳)

おもちゃの取り合いになった時の声のかけ方など参考になった。実践してみようと思う。(今回の講座について) テーマを決めるか、子どもの数や悩みによって、参加者を絞った方が、もう少し突っ込んだ話が出るのではと感じた。(2歳)

物を投げたりする時の子どもの気持ちなどは、全く考えていなかった。少しでも、子どもの気持ちを考えてあげられたらと思う。(2歳)

子どもの生活リズムについて、子どもの寝る時間が遅いのが気になっていた。早め早めに寝かせようとしても、上手くいかないのが悩みだった。今日、先生や皆さんの意見を聞いて、今以上に、「昼はたくさん遊ぶ!!」「夜は静かに過ごす!!」を意識していこうと思った。いい時間だった。(2歳)

いろいろなお母さんが、同じことを悩んでいると思うだけで、少し気持ちが軽くなったような気がする。解決するまで時間がかかるが、あせらず、気長に、子どもと向き合っていきたい。(1歳)

自分が気付かない視点での話が聞けて良かった。また、先生が「こうしたらどうですか?」というアドバイスを、自分ができている、と少しだけ自信が持てた。(2歳)

小児科専門医 中村 敬先生の 健康 豆知識(1)

☆ <RS(アールエス)感染症とは>

RSウイルスによる急性呼吸器感染症のことである。症状は、細気管支炎や肺炎を起こしやすく、乳児期前半に感染すると無呼吸発作などの重い症状を示すことがある。

インフルエンザが流行し始める少し前(11月ごろ)から流行り出す。低出生体重児など免疫力が弱い乳児では重症になることがあり、感染の予防として、「シナジス」の投与がある。これはワクチンではなく、前もって作っておいたRSウイルスに対する抗体を流行り始める季節に、間隔をあけて筋肉内に注射し、血液中の抗体の濃度を上げておき、かからないようにするのが「シナジス」である。これは、ワクチンと違って、一定の期間がくると効果がなくなってしまう。

RSウイルスの感染経路は、感染している人の咳やくしゃみを吸い込んだり、感染している人との直接の接触や、ウイルスがついている手指や物品を通じた接触で感染する。

☆ 【予防】『手洗い』が一番!!

☆ <今年のインフルエンザ流行の傾向>

☆ * 今年の「インフルエンザ」のワクチンは、含まれるウイルスのタイプが3種類から4種類に増えた。効果が高まると期待されているが接種料が値上がりする可能性がある。

変異をおこす法則があるので、今年の主流を予想してワクチンを作っていく。

☆ * ノロウイルス感染(感染性の胃腸炎)は、今年、流行るかもしれない。新型のノロウイルスが出現しているという報告があり、以前感染した人にも免疫がなく流行が拡大する恐れがあるという。ノロウイルスは、食物を通して感染することもあるが、人の吐しゃ物や糞便から、人の手を通して感染することが多い。

☆ * ノロウイルスは、アルコールには強いので消毒効果がない。塩素系の殺菌剤が良い。