

夏休みの楽しい思い出に！ 親子料理教室

親子での調理体験を通して、家庭での食生活を振り返る機会としてぜひご参加ください。

主催 高萩市食生活改善推進連絡会
日時 8月3日(金)、24日(金) 受付9時15分～
会場 高萩市総合福祉センター 2階 栄養指導室
対象者 親子(小学生と保護者)
参加費 親子1組700円

子どもが1人増えるごとに+300円
子どもだけの参加(高学年)は1人400円

持ち物 エプロン・三角巾・米0.5合・筆記用具

メニュー 豚肉と小松菜のまぜご飯・
焼き春巻き・フルーツパバロア

募集人数 10組(各日とも)
申込み 実施日の1週間前までに、
健康づくり課へ電話または直接

●申込み・問合せ
健康づくり課 ☎24-2121 (平日8:30～17:15)



ハッピースマイル

みんなの癒しです



お子さんの写真を
大募集!!
市役所企画広報課
info@city.takahagi.g.jp



H30.6

あかま 赤間 あおい 碧空くん(H30.2生まれ)

子育てカレンダー

7月

5日(木)	市報7月号発行 ☎ 簡単リンパマッサージ(10:30～11:00)※予約制
6日(金)	総 ぱぱママレッスン1回目(18:30～20:30)
7日(土)	
8日(日)	
9日(月)	
10日(火)	
11日(水)	
12日(木)	☎ レインボーおはなし会(10:30～11:00) ☎ ファミリーコンサート入場券配布開始(9:00～16:00)
13日(金)	総 健康相談(8:45～11:00) 総 ぱぱママレッスン2回目(18:30～20:30)
14日(土)	図 子ども映画会(14:30～)
15日(日)	
16日(月)	☎ 休館日
17日(火)	☎ 15:00まで開館
18日(水)	総 2歳児歯科健診(12:30～16:00)
19日(木)	☎ チェロとピアノのコンサート(10:30～11:00)
20日(金)	
21日(土)	図 おりがみ教室(14:30～)
22日(日)	
23日(月)	総 健康・歯科相談(8:45～11:00)
24日(火)	
25日(水)	
26日(木)	☎ 赤ちゃん教室(10:00～11:30) →参加者以外は11:30から開館
27日(金)	
28日(土)	図 おはなし会(14:30～)
29日(日)	
30日(月)	
31日(火)	

8月

1日(水)	総 1歳6か月児健診(12:30～16:00)
2日(木)	☎ 親子リトミック(10:30～11:00)
3日(金)	
4日(土)	総 ファミリーコンサート(11:00～) ☎ 13:00から開館
5日(日)	市報8月号発行日

白抜きは会場

- 総 総合福祉センター 詳しくは15ページ「すこやか」
- ☎ 萩っ子つどいの広場(総合福祉センター2F)
- 図 図書館 詳しくは12ページ「図書館だより」

総合福祉センター2F

萩っ子つどいの広場通信

●問合せ
子育て支援課
☎23-2129

小さなお子さん・お父さん・お母さん、みんなで
楽しく遊んで情報交換しましょう♪いつでも無料
ですので、お気軽に遊びに来てください☆
スタッフ一同お待ちしております！

[持ち物]

・子供の名札・飲み物(水・お茶)
※対象：未就学児



6月の活動

7 リサイクルイベント『とり+かえっこ』
まだまだ使えるものを持ち寄り、
まず、子どもたちからほしいものを1
つ選んでとりかえっこ。次はママの
番。子どももママもあれこれ迷いな
が楽しい時間を過ごしました☆



7月の予定 子育てカレンダーも見てね♪

赤ちゃん教室

26 『離乳食の
進め方と試食』

もよおし

5 『簡単リンパマッサージ』
12 『レインボーおはなし会』
19 『チェロとピアノのコンサート』

開館時間のご案内(通常9:00～16:00)

【休館日】

・7/16(月)

【変則日】

・7/17(火) 15:00まで

・7/26(木) 11:30から

※赤ちゃん教室参加者以外



♪ ファミリーコンサートを開催 ♪

日時 8月4日(土) 11:00～11:45(開場10:30)

会場 福祉センター多目的ホール

チケット 無料※入場には整理券が必要です。

【配布期間】 7/12(木)～7/18(水)

9:00～16:00※整理券がなくなり次第終了

※7/16は休館日、7/17は15:00まで

【配布場所】 萩っ子つどいの広場



夏風邪って どんな風邪?

夏の暑さと湿気を好むウイルスが引き起こす風邪の総称です。子どもがかかりやすい疾患に、咽頭結膜熱(プール熱)、ヘルパンギーナ、手足口病などが挙げられます。

1 咽頭結膜熱 (プール熱)

アデノウイルスによって引き起こされる病気。38度~40度の熱が4~7日間続き、のどの腫れ、痛み、結膜炎が起こります。プールに入ることによって流行することもあるためプール熱と呼ばれることもあります。タオルや食器などからもうつるので、共有しないようにしましょう。

2 ヘルパンギーナ

突然39度~40度の高熱が出て、のどが赤く腫れ、のどの奥に小さな水泡ができます。水泡がつぶれると強い痛みがあるため、食欲が落ちることがあります。熱と食欲低下による脱水症状には注意が必要です。



3 手足口病

手のひら、足の裏や甲、口の中などに水泡性の発疹が現れ、1~3日間発熱することがあります。下痢症状が出る場合もあり、無菌性髄膜炎などの合併症に注意しましょう。病原体のウイルスが複数あるので、何度もかかる場合があります。



7月10日は 納豆の日



7(なつ) 10(とう)の語呂合わせで、関西納豆工業協同組合によって1981年に制定された記念日です。1992年に全国納豆工業協同組合が改めて制定し直し、全国的な記念日になりました。

納豆を食べて暑い夏をネバネバパワーで乗り切りましょう。

孫育コラム

「おめでとう」けどリスクはあります

「できたみたい」と報告を受けても喜び過ぎには要注意。

待望のおめでた報告に一気に夢が広がるかもしれませんが、誰彼かまわず「孫ができた!!」と触れ回るのは控えましょう。もし、万一のことがあった場合、一番傷つくのは、お腹で赤ちゃんを育ててきた娘であり、お嫁さんです。 - 孫育ての新常識より引用 -



小学5年生が煎茶教室

秋山小学校で『家族が団らんして健康に良いお茶を飲む』という素晴らしい日本の伝統文化を若い世代に伝えようと「煎茶教室」が実施され、お茶の種類や淹れ方、ペットボトルのお茶と急須で淹れたお茶の栄養成分の違いなどについて学びました。



中学3年生が赤ちゃんふれあい体験

市内中学校で「赤ちゃんふれあい体験事業」が実施され、助産師の講話や赤ちゃんに触れ合うことで、思春期の心と体の変化や命の大切さについて学びました。

