

2018 平成30年

2

第119号



2月3日の節分を過ぎると、立春。暦の上では春ですが一年で一番寒い時期がやってきました。でもあいあいホールに遊びに来てくれるお友だちの笑顔やあいさつしてくれる声を聞くと、元気をいっぱい貰い、寒さも吹っ飛んでいくようです。まだまだ気温が低く乾燥した日が続きます。また、インフルエンザやノロウイルス等による感染性胃腸炎も流行します。手洗い・うがいを習慣づけ、また、部屋の換気にも気をつけて、予防に努めましょう。

今月もたくさんの方の来館をお待ちしています。



- ・プレイルームでは、就学前までの親子が遊べます。
- ・子育てで困っていること、悩んでいることがあれば、お気軽にご相談ください。
- ・各事業の開催日は入館を制限する場合がありますので、ご了承ください。

開館時間

午前8時30分～午後5時

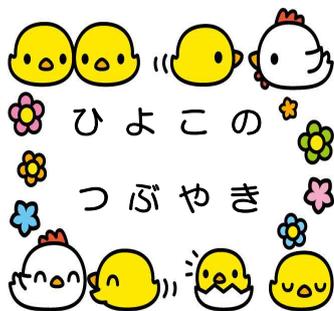
(プレイルーム利用時間 午前9時～午後4時)

休館日

月曜日・祝日・日曜日 (第2日曜日は開館)



【発行】 久御山町子育て支援センター「あいあいホール」  
TEL 0774(41)2263 / FAX 0774(41)2283



## インフルエンザ流行中！！

### ★インフルエンザって？

咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で、毎年多くの感染者が出ます。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、のどの痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かな？と思ったら医療機関で診てもらいましょう。

### ・・・子どもの急な病気に困ったら・・・

夜間・休日・早朝など病院の開いていない時間帯に、お子さんの急な発熱やけがなどで心配になったことはありませんか？受診したほうがよいのか、しばらく様子をもてよいか、不安になったときは〔#8000〕に連絡をしてみましょう。看護師または小児科医が電話でアドバイスしてくれます。

### ※小児疾患電話相談は・・・



#### 時間（年中無休）

平日・日曜・祝日（19：00～翌朝8：00）

土曜（祝日を除く）（15：00～翌朝8：00）

### 風邪からくる急性中耳炎に注意！！

風邪をひいた後、気をつけたいのが「急性中耳炎」。鼻水が耳管（鼻と耳をつなぐ管）を通して耳に流れ込み、炎症を起こします。子どもは耳管が短くて太いため、急性中耳炎になりやすいのです。

#### 症状

- ・ 高熱
- ・ 激しい耳の痛み
- ・ 一時的な難聴、閉塞感



#### 予防

- ・ 鼻水はこまめにとる
- ・ 鼻は強くかまない。片方ずつやさしくかむ

※繰り返しやすく、滲出性中耳炎に移行しやすいので、きちんと治すことが大切です。



## 節分と豆のおはなし

2月3日は節分です。寒い冬を終えて春を迎える前に1年間の邪気を払う行事です。節分には、豆まきをしますが、豆は当て字で「魔滅（まめ）」とも使われていたように、大豆には災いや病気などの、「魔を滅ぼす」力があると考えられていました。節分の夜に「鬼はそと、福はうち」と煎った豆をまいて、邪気（おに）を払い、福を呼び込もうというわけです。

ただし、豆まきに用いられる豆は煎り豆でなくてははいけません。

これは、生の豆を使って拾い忘れた豆から芽がでてしまうと縁起が悪いとされているからです。節分用に市販されている豆は煎ってありますが、一応確認してくださいね。



### ★豆のおはなし★

「だいず」は漢字で「大豆」と書きます。これは「大いなる豆」の意味から名づけられたとされています。「大いなる」とは、偉大な、りっぱな、という意味です。また、大豆には、形の大・小や色も黄色・緑色・黒色などたくさんの種類があります。お正月にかかせない「おせち料理」には入っている黒豆も大豆の仲間で、「今年もまめ（豆）に暮らせませうように」という願いがこめられています。また、大豆には肉に匹敵する量のたんぱく質を含んでいるため「畑の肉」とも呼ばれています。たんぱく質以外にも、食物繊維やカルシウム、ビタミンなどの栄養素が含まれます。

夏には、大豆を青いうちに収穫した爽やかな緑色の枝豆や、食欲のない時でもおいしく栄養が摂れる冷や奴。冬には厚揚げやきんちゃくなどが入ったおでんが体を暖めてくれます。

大豆のシンプルな味は様々な料理になじみやすく、大豆の加工品はバリエーション豊富です。豆粒いっぱい詰まったたくさんの栄養パワーを取り入れて、より豊かな食生活を送りたいですね。



サランラップの芯とペットボトルのキャップで手作りおもちゃをつくりました！！

当日は14組の親子が集まり、手作りおもちゃの制作におかあさんは大奮闘！

穴をあけたり、ひもを結んだり、子ども達もひざに座って楽しみにできあがりを待っていました。

最後は土台に親子でシールを貼って完成！！

嬉しそうに遊ぶ子ども達の姿が印象的でした。

おうちでも遊んでくださいね。

