

正月の遊びには、百人一首やカルタ、すごろくなど、古くから伝承されてきたものがたくさんあります。昔懐かしい遊びをみんなで体験してみませんか。

また、楽しく遊んだ後は、町女性会連絡協議会の皆さんの協力による、七草がゆの試食会を行います。

七草がゆを食べて、一年の無病息災を願いましょう。

**日時・内容** 1月5日(水)  
 ・正月遊び(9時30分)  
 ・七草がゆ調理実演(11時)  
 ・試食(11時30分ごろ)

**場所** 郷土資料館

※事前の申し込みは必要ありません。時間までに集まってください。

**照会先** 教育委員会生涯学習課 郷土資料館 ☎85-7601



**体験学習**  
お正月を  
楽しむ会

**日本脳炎の予防接種は  
済んでいますか**

日本脳炎予防接種については、新ワクチンによる接種が昨年度から開始されています。

今年度は、第1期の標準的な接種期間に該当する3歳児への初回接種に対し、積極的な勧奨を行うこととなりました。

3歳児以外の1期対象者についても、接種を希望すれば公費(無料)で接種できます。

また、第1期の対象年齢内(生後90か月未満)に接種できなかった児童については、当分の間、9歳から13歳未満に残りの回数を接種できます。

接種する際には、必ず取扱医療機関に問い合わせてください。

**照会先** さくら館 ☎85-0800



**親子でまめまきグッズを作ろう!**  
—子育て支援センターだより—

かわいい豆まきの箱とすてきなお面を作りましょう。

**日時** 1月28日(金)10時~12時  
**場所** さくら館2階訓練室  
**対象** 未就園児と保護者  
**照会先** 仙石原子育て支援センター ☎85-2300



**健康づくりから始める食育**

環境づくりから始める食育。日本の食料生産は、限られた国土や水資源といった自然の恩恵の上に成り立っています。「食」という行為は、動植物の命を受け継ぐことですが、それを実感しにくくなっています。健全で豊かな食生活を送るためには、できる限り自然と共存した環境づくりが重要です。

**「エコ・クッキング」のポイント**

①必要量だけ買う  
賞味期限、消費期限の確認や冷蔵庫の中の定期点検をし、こみを出さないようにする。

②旬の食材、地の食材を利用  
出回りの多い旬の食材の利用は、栽培時の水・光熱量の削減に、また、地域の食材の利用は、フードマイレージ(食料の輸送距離)が短くなり、CO2削減につながる。

③マイバックやマイ箸を使用

④省エネ  
炎は鍋底より大きくしない

**みんなで楽しく食育! エコクッキング**  
炊きこみエコめし

**【材料(約2人分)】** 米1合、大根・人参の皮(合わせて)30g、大根の葉1本、油揚げ1/4枚、酒大さじ1、だし汁200cc、塩ひとつまみ

**【作り方】** ①米1合をとき、ザルにあげ30分置く。  
②大根と人参の皮は拍子切りにし、油揚げは湯でおしぼりして縦半分に切り、幅5mmに切って水気をしぼる。  
③大根の葉はゆでて刻み、塩を振り合わせる。  
④①に酒とだし汁、②を入れ、炊く。  
⑤炊きあがったら、③を合わせる。

**【栄養価(1人分)】** エネルギー302kcal、タンパク質5.6g、脂質2.3g、食塩0.3g



**健康づくり・食育ひろば**

**照会先** 健康福祉課 ☎85-0800

- ・調理時間の節約や節水に蓋を利用
- ・魚などを焼くときホイルで野菜を包みいっしょに焼くなど、同時調理をする
- ②まるごと食材を使い切る
- ③片付け
- ①節水を心がけ、水を汚さない
- ・皿の汚れはヘラや古布でふき取ってから洗う
- ・米のとき汁やゆで汁を再利用
- ②こみ削減
- ・生ごみは水分をよく切って出すか堆肥などに再利用する
- ・ラップやアルミホイルの使用を少なくする

★私たちが安心しておいしい食生活を口にするためにも、日々の生活の中でできる環境づくりに取り組んでみませんか。

**子育て “みんな” で  
始めませんか**

～男女共同参画 家庭でも地域でも活躍するために～

だれもが生きやすく、男性も女性も一人ひとりが能力を発揮できる男女共同参画社会を進めるために、今年も講演会を開催します。

今回は、2児の父親であり、実際に育児休業を取得した経験がある方を講師に迎え、「地域と家庭での子育て」に関する講演を予定しています。

**子育てはだれができる?**

子どもは一人では育ちません。身近にいる大人の支えがあって、成長していきます。その中には、家族などのほかに、地域住民もいます。

皆さんの温かな目が子どもを守ります。

昔、いたずらをする子どもがいれば真剣に叱り、良い事をした子どもがいれば手放しで褒めてくれる大人が周りにたくさんいたのではないのでしょうか。

**「ガンゴコ」ママの思い**

この講演会で講師を務める渥美さんは、幼少のころ近所にいたとても頑固なおじいさん(ガンじい)がそのような大人だったことから、自身も「ガンじい」のようになりたいたいと思っている。

そうです。

そして実際に、地元で始めた子ども会にかつて参加していた少年が、中学にあがって不良になり、数々の悪事を理由に学校側から卒業式の参加を拒否されたことを、本人との偶然の再会で聞かされた渥美さんは、当時の子どもたちを集めて、同窓会を開き、乏しい財布をはたいて精一杯のこちそうをしたそうです。

「せめて社会人になる彼らの門出に「頑張れよ」と励ます立会人が必要だと思った・・・(略)地域の子どもを「叱り、励ます」男性の役割が重要である」と、渥美さんは自身のコラムの中で述べています。

**支え合いの輪**

支え合いの輪を広げることが、男性だから・・・女性だから・・・と、その性別によって自らの生活を制限されることなく、ともに生きていくための方法ではないでしょうか。

講師自身が大人になり、自身の子どもたちや近所の子どもたちとのふれあいを通じて得た、「地域―家庭―子育て」の関連性や大切さを聴いてみませんか。また、育児休業という、制度

としてはあっても実際には使えないといわれるこの休暇を利用した体験談なども、この講演の大きな柱となっています。

面白くするための内容が盛りだくさんですので、誘い合わせのうえ、ぜひ、参加してください。

託児の場も設けますので、子連れの方も安心して参加できます。

**●男女共同参画講演会日程**

**日時** 2月8日(火)14時~16時

**場所** 役場本庁舎4階会議室

**テーマ** 子育てにおける男女共同参画「地域と家庭でおこなう子育て」

**講師** 東レ経営研究所ダイバーステイ&ワークライフバランス研究部長 渥美由喜さん

**定員** 60人(申込順)

**申込方法** 1月31日(月)までに電話で申し込んでください。

※託児(対象は1歳~小学校就学前の幼児)が必要な方は、申し出てください。

**申込・照会先** 企画課 ☎85-9560



**消防出初式**

新春の恒例行事である消防出初式を次のとおり行います。

消防団員の表彰式と併せて、幼年消防クラブや消防隊などの演技、一斉放水などを披露しますので、ぜひ、見に来てください。

なお、駐車場はありませんので、来場の際は公共交通機関をご利用してください。

**日時** 1月12日(水)10時

**場所** 湯本小学校校庭(雨天の場合は同小学校体育館)

※一斉放水は湯本大橋下流、早川河川

その他 当日8時にサイレンを鳴らしますが、火災と間違えないでください。

**照会先** 消防本部消防総務課 ☎82-4512

