



こもっ子mama

2020年冬号

発行: No.62 令和2年12月1日

社会福祉法人 菰野町社会福祉協議会
こもっ子mama編集委員会
〒510-1253 菰野町潤田1281
保健福祉センター「けやき」
Tel059-394-1294 fax059-394-3422

今年も寒い季節がやってきました。インフルエンザ、新型コロナの不安でお家時間が多くなってしまい
そんなこの冬…家の中で過ごす時間が増えると、今まで気にしていないことでも小さな子どもには危険
につながってしまうかも！そんなことにならないように今一度、お家の中を確認してみてください！

子どもの事故予防チェック

●階段
柵(ゲート)
をつける



●コンセント
感電防止キャ
ップをつける



●ベランダ
乗り越えられる
台を置かない

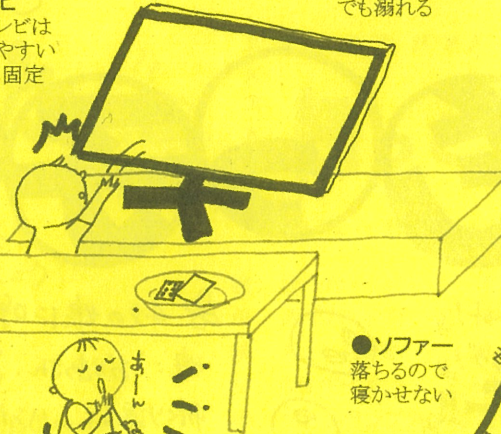
●バックのひも
首にひっかかる長
いひもは片付ける



●ドア・扉
指を挟まない
よう工夫



●テレビ
薄型テレビは
転倒しやすい
しっかり固定



●薬・化粧品
床面から1m以上
高いところに置く



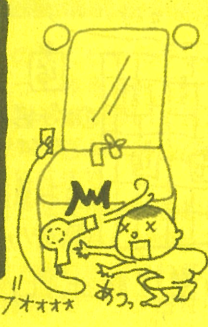
●細かいおもちゃ
どんぐりなど
鼻・耳にも入れて取
れなくて危険



●ドライヤー
コンセントを抜
いておく



●お風呂
水を入れておか
ない 10cmの水
でも溺れる



●洗濯機
ふたが開かない
よう工夫



●机の角
コーナークッシ
ョンなどで工夫



●ソファ
落ちるので
寝かせない



●細長い棒類
口に入れたまま
こげると危険



●ビニール袋
結ぶなどして片
づける



●ぬいぐるみ
口をふさぎ窒息
の危険

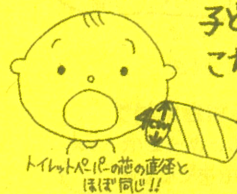


成長にともない動きが出てきて、行動範囲も興味関心も広がります。
そのため、事故が起きる危険も月齢によって変わってきます。

年齢	事故の種類
0か月～3-4か月	窒息
4か月～7か月	転落・窒息
7-8か月～1歳ごろ	溺水・窒息
1歳～2歳	誤飲・やけど

きけん! がいっぱい

子どもの口の大きさは 3歳児で直径4cm。
これより小さい物は、子どもの口にあまり入り、
窒息の原因になる危険があります。
出しっぱなしはダメ!
使ったら すぐ片付けよう!!



クリスマスにアドベントカレンダーを作ろう!!!



アドベントカレンダーって?

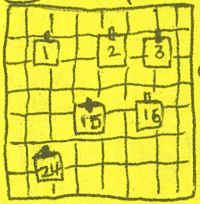
クリスマスの某期間限定の特異的なカレンダー。
紙や布製のカレンダーに24個のポケットがあり、毎日1つずつ開けると
小さなお菓子が入っていて、1日1つ開けて、クリスマスまでの日数を楽しく
海外文化で、近年では日本でも流行しています!

クリスマスツリーを飾るお家は、
直接ツリーにぶら下げるのもいいですね!
それぞれの楽しみ方で、
好きなクリスマスを
過ごして下さい! (笑)



ジンジャー
ワッキー

100円SHOPのワイヤーネットを使って...



- ① ポチ袋に白付けをかく
- ② お菓子をを入れる
- ③ クリソフでとめる

立てかけたり壁に飾ったりしてね (笑)



こんな時だからこそ...
海に流木さがしに行きませ
んか?! いい木が見のかったら
持ち帰りようー♡

茶封筒に
お菓子入れて
麻ひもで
しばる

○ まるいシールに
数字を書いて袋に
貼る!!

24個だから
きんぎょんに
なるけど見ため
かわいい♡



好きな色・柄の折り紙に
1~24の数字を書こう
お菓子を包んで、マステで貼った
ツリーの好きな所にピンでとめる!

壁にマスキング
テープで
ツリーの形を見とろ!!

コモっ子ランド

お母の息子と
お風呂で英単語クイズ!!
母:「おは英語?」 息子:「キャット!」
「ピシポーン! イヌは?」 :「ドッグ!」
「ピシポーン! 蛙は?」 :「フー!!」
「フー... (笑)」
P.N. はるま-ま

4枚の娘に呼ばれて...
娘:「おおあさん. おめがししたよ!」
振り返ると、ハンカチで目を隠していた娘。
めがくしをして嬉しそうでした♡ P.N. おめがししたママ

① ちょい寝るがして、朝なほたか起きない物娘。
母:「おそくまで起きているからでしょ!!」
娘:「だいいいよ! だいいいよ!」

ようちえんで寝てるから!!

いやいや... 幼稚園では
たこさん遊んできてたよ!!
P.N. 鹿っママ

② 化粧をしながら私(母)が「おっ!
母:「なんで」シワ。てできるのどう? 年がはあ...」
娘:(小3)「おおさん. たくさん笑ったからだよ!」
ありがとう♡ それを聞いて笑顔になれるよ!!♡
P.N. 笑いシワ たくさんママ

③ 遊園地にて.. 身長制限のある乗り物の前で
母:「残念.. あと1cm 足りないなあ〜」
娘:(小1)「OK! 次来るまで=」
伸ばしとくから大丈夫!!
娘の頼もしい言葉♡ 次は一緒に乗ろうね!
P.N. 高竹恐怖症ママ





冬の季節にぴったりの読み聞かせ絵本。

ページをめくるたびにわくわくする楽しい絵本を、年齢別にチョイスしてみました！

ツリーさん

012歳～

新井洋行/作・絵
(講談社)



今日は楽しいクリスマス。「ツリーさん」のもとに、さまざまなオーナメントが集まってきて、クリスマスツリーらしく、どんどんにぎやかになっていきます。でも何かが足りない気がしてツリーさんとオーナメントたちが首をかしげていると…？クリスマス気分をさらに盛り上げてくれる1冊です。

100人のサンタクロースが住む町には、100人色々なサンタクロースがいるのです。サンタクロースたちは、1年間かけて特別な日「クリスマス」に向けて大忙しに準備します。いったいどんな準備をしているのでしょうか？個性と愛嬌たっぷりのサンタさんと温かな雰囲気イラストが魅力的な一冊です。

100にんのサンタクロース

3歳～

谷口智則/作 (文溪堂)



おふろだいすき

年長～

松岡享子/著 林明子/絵
(福音館書店)



男の子のまこちゃんがりとりでお風呂に入って体を洗っていると、お風呂の底から亀が浮いてきました。続いて、ペンギン、あしか、かば、そしてくじらまで！みんなで体を洗って湯船に浸かっていると、お母さんがやってきて…？お風呂で繰り広げられるファンタジーの世界にワクワクさせられます！

おいしいもの
みつけた



Poka Poka

知っとる!? 菰野弁

おなじみ一家の花のJK末娘。もうすぐ修学旅行です。

「生姜」は107で身体をポカポカにして寒い冬を乗り越えましょう!!
↳ 血行促進作用
殺菌作用があるんです。

ポカポカしょうが鍋 (4人分)

材料 → 豚肉、水菜、お好みの野菜 + 餅2類
*水1L * だし汁 100cc * うすくち醤油 10cc * しょうが(すりおろし) 大3

- 作り方 ① 材料をすべて鍋に入れてだし汁を作り出す
② だし汁に水菜、お好みの野菜を入れ豚肉をしきりにしゃぶしゃぶして食べ下す
③ 締めはうどん、雑炊とちらしでもOK



107107食べゆる混ぜごはん (4人分)

材料 → 豚ひき肉 200g、小松菜1袋、しょうが(すりおろし) 小1、だし汁(すりおろし) 小1、ごま油大1 * 醤油大2 * 油大1 塩はしょうが、ごま油 2合

- 作り方 ① 小松菜をみじん切りに、塩を少々振り3分ほど待つその後水気をしっかりとしきる
② フライパンにごま油を入れ豚ひき肉、しょうが、だし汁を入れて炒め煮る
③ 肉の色が変わってきたら小松菜を入れしきりに炒め煮る * しょうがを炒め煮る
④ しょうがは③と一緒に混ぜて完成です。

おにぎりにして食べるとおいしいよ!

娘： なーなー トランプしよ
母： めずらしいな。そういや もうじき 修学旅行やでか
娘： ちょっと練習しとこと思って。ポーカーってどうやるんやった？
父： 5枚ずつ配って、そろりまで かつためっこ にめくるんやろ
娘： あと トランプかする ときさあ マジックの人みたいに半分に分けてしやらしやら〜してるやつやりたいんやんな
母： あーあれな 上手に出来ると かつこええよな
娘： (しばらくせつせと練習しています) ちょっと見とって (バサバサー …バラバラです…)
母： ひどいな… 父： いっこのもん やな…
娘： しょうないやん！ 手がちっこいで やりにくいんやって
父： まあその手では どだい 無理やわな (手が本当に小さい…)
母： それよか お小遣いどんだけ持ってくるの？
娘： うーん そんなに使う 暇ないけどな
父： なんぞあるとあかんで ようけ 持ってた方が またいぞ
母： それと ホテルで着る服どうすんの？ 明日 買いに行く？
娘： そんなん ジャージでええやろ
母： それはない！ トランプより そこもつと頑張るとこやろ！
せつかくの修学旅行なのに…(涙)
相変わらずおしゃれに興味のない娘を嘆く母なのでした

では解説はこちら…
かつためっこ → かわりばんこ どだい → 元々、全く
トランプをかする → トランプをきる ようけ → たくさん
いっこのもん → 残念な出来栄 またい → 確実な



忘れていませんか？ 予防接種

ワクチンデビューは生後2か月の誕生日！そこから半年間は、ほぼ毎月予防接種があります。ついつい忘れがちな予防接種ですが、母子手帳を今一度チェックしてみてくださいね。



今回のスケジュールは一例です！かかりつけ医と相談して受けてね。

ワクチン名	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	1歳0か月	1歳6か月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	
B型肝炎		① ②				③																		
ロタウイルス (1価・5価どちらか)	1価	① ②																						
	5価	① ② ③																						
ヒブ		① ② ③							④															
小児用肺炎球菌		① ② ③							④															
定期接種 四種混合(DPT-IPV) ジフテリア(D)、百日せき(P) 破傷風(T)、ポリオ(IPV)			① ② ③						④												DT ①			
BCG				①																				
MR (麻しん風しん混合)									①					②										
水痘 (みずぼうそう)									① ②															
日本脳炎												① ② ③									④ (2期)			
HPV (ヒトパピローマウイルス)																							①②③	
任意 おたふくかぜ									①					②										
インフルエンザ																								

予診票、母子手帳を持っていこう。



「予防接種スケジュール」便利なアプリもあるよ！



※ロタウイルスワクチンは、令和2年8月以降生まれのお子さんは、定期接種に変更されました。

※インフルエンザワクチンの一部助成は以下の通りです。

1歳～小学6年生：1回目 3000円、2回目 2000円

中学1年生～高校3年生相当の年齢の方：1回 3000円

お問合せ先：子ども家庭課 TEL391-1124

こもっ子パパ

「パパ、あと何回寝たらお休み？」娘が早起きした時に聞かれる質問です。

「あと3回寝たらお休みやから、何したいか考えといて～」と言ってギュッと抱きしめてチューをして(笑)家を出ます。

私の職業は早朝に出勤し、夜遅くに帰宅することが多いです。また、休日は仕事で家にいないことがほとんどです。それにより4歳の娘と2歳の息子と接する時間は短い朝の15分、一週間で子どもと過ごす時間は12時間程度でしょうか。

そんな中、大好きなわが子と接する時に大切にしていることがあります。一緒にいる時は身体を動かす遊びをたくさんすること。できるようになったことをたくさん褒めてあげること。たくさん抱きしめてあげること。抱っこしてあげること。「大好きだよ」と言ってあげること。これが私なりの愛情表現であり、「今しか出来ないことやなあ」と思っています。

また、妻が架け橋になってくれています。毎日の子どもの様子を伝えてくれ、その出来事に対して私が言ったことを子どもたちに伝えてくれています。やはり家族の絆ってこうやって深まっていくんだなって思います。

家族のために働く忙しいパパたち。今後も私たちなりに家族に愛と感謝を伝えていきたいですね。

ペンネーム ウタマロ剣士



子育てサロン 12～2月の日程

菰野	10:00～11:30	ミセシ	12/4,16、1/20、2/5,17
千種	10:00～11:30	ミセシ	12/2,16、1/20、2/3,17
鵜川原	10:00～11:30	ミセシ	12/10,23、1/14,27、2/24
朝上	10:00～11:30	ミセシ	12/3,17、1/7,21、2/4,18
竹永	10:00～11:30	ミセシ	12/3,17、1/7,21、2/4,18

編集後記

ながなが外出しなく、最近引きこもりから...こもっ子会議でのおしゃべりが楽しみです。お家時間、たまたませず、イベントを盛り上げるために頑張るつもりです!! たまたまママ

初めこもっ子mamaの編集に参加しました! 決断の情報が飛び交い、参考にしたいことばかり!! 待ち遠しいクリスマスがあと楽しみにはまりをクリスマスイベントカレンダー作成がんばらさせていただきます!! もりもママ

