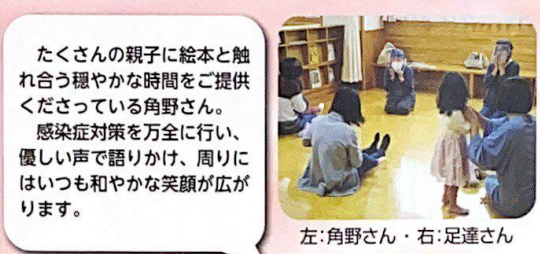


ゆうゆう一家 No.27 たまみ



左:角野さん・右:足達さん

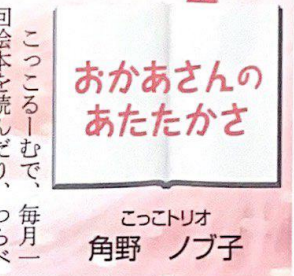
たくさんの親子に絵本と触れ合う穏やかな時間をご提供くださっている角野さん。感染症対策を万全に行い、優しい声で語りかけ、周りにはいつも和やかな笑顔が広がります。

こっころーむで、毎月一回絵本を読んだり、わらべうたで遊んだりしています。絵本は何冊か持っています。その時の子どもさんの様子を見てから、どの本を読むか決めていきます。子どもさんに楽しんでもらうことが一番ですが、お母さんにも絵本を読んでもらう楽しさを知ってもらえたらと思っています。

平成18年、食育基本法に基づき「食育基本計画」が作成され「食育の日」が定められました。「食(しょく)」が「しよ↓初↓」、「く(く)に繋がることや、「育(いく)」の読みが「19」になることから、毎月19日を「食育の日」としています。食育は「知育・徳育・体育の基礎」と位置づけられていて生きる上での基本とされています。

わらべうたは、ちよつとした時、子どもさんが膝や肩に乗ってきたとき等に簡単に遊べてお母さんの温かさが子どもさんに伝わればうれしいなと思っています。でも一番は、私たちが楽しませてもらっています。

「食(しょく)」が「しよ↓初↓」、「く(く)に繋がることや、「育(いく)」の読みが「19」になることから、毎月19日を「食育の日」としています。食育は「知育・徳育・体育の基礎」と位置づけられていて生きる上での基本とされています。



食生活の乱れなどが原因となる生活習慣病が増加の傾向にあります。自宅で過ごす時間が増え、運動不足になりがちで、昨今、ぜひ毎月19日は自分や家族の「食」について考える1日にしてみてはいかがでしょうか。なお、現在の状況下、食事において自らが周囲に感染を拡大させることがないように、心がけて食事をしましょう。

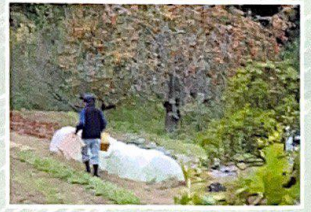
- ◆きちんと朝食を食べよう
- ◆栄養バランスを考えよう
- ◆孤食をせず、家族や仲間など、誰かと食卓を囲もう
- ◆料理を一緒に作ってみよう
- ◆食べ物や作る人に感謝の気持ちをもって「いただきます」を言おう

きみつの風景 Vol.5

～自然美～



写 楽
チョウゲンボウ 小糸川上空
(長元坊:ハヤブサの一種)



君津写真サークル
すずなりの柿 三舟の里

編集後記

何気なく文房具店をのぞくと、色彩豊かな来年の手帳が並んでいました。もうそんな時期なのだと思感すると同時に、今年使っている手帳の真っ白さが思い浮かびました。スケジュール欄に空白が目立つ綺麗なま

まのお気に入りの手帳。願わくば、新しく購入する令和3年の手帳には、友人との食事会や旅行、地域のボランティア活動、もちろん仕事も、そして何より東京オリンピック、たくさん書き込んで、空白を埋め尽くしたいですね。(美)



災害時など避難所として機能する際、体温測定をいち早く行えるよう、公民館の窓口横にサーマルカメラが設置されました。玄関を入ると正面にあり、37・5度以上を感知するとアラームが鳴ります。また音声でマスク着用を促しています。

なお、サーマルカメラ前の混雑回避とご自身の体調把握のため、来館する前自宅での体温測定にご協力をお願いします。

体表面温度測定

サーマルカメラの設置