



おててつないで



発行・問合せ先…
 神戸市地域子育て支援センター兵庫
 ☎ 682-7830
http://www.city.kobe.lg.jp/child/grow_chiiki/hyogo.html
 兵庫区社会福祉協議会 (Facebook 有)
 ☎ 511-2111
<http://hyogoku-shakyo.or.jp>
 兵庫区まち育てサポーター
 兵庫区こども家庭支援室
 ☎ 512-2525
http://www.city.kobe.lg.jp/ward/kuya_kusho/hyogo/kosodate/

夏だよ!!

「おててつないで」は各ホームページにも掲載しています。

おまつりいっぱい! 兵庫区

兵庫区では地域の方々により、様々なおまつりが開催されます。おまつりに出かけて、夏の暑さを吹き飛ばしませんか。詳しくは地域のポスター等をご覧ください。

(※雨天等事情により、日程等は変更になる場合があります。)



地域のおまつり



| イベント名 | 日 程 | 場 所 |
|-----------------|-----------------------------|------------|
| 水木夏祭り・ふれあい盆踊り大会 | 7月22日(土) 16:00~21:00 | 水木小学校 |
| 浜山校区ふれあい夏祭り | 7月22日(土) 17:00~21:00 | 浜山小学校 |
| 湊山ふれあいこども夏祭り | 7月29日(土) 17:00~19:30 | 雪御所公園 |
| 会下山 WaiWai 夏祭り | 7月29日(土) 17:20~20:30 | 会下山小学校 |
| 荒田おたのしみ会 | 7月30日(日) 10:00~12:00 | 荒田地域福祉センター |
| 兵庫大開夏まつり | 7月30日(日) 16:30~20:00 | 兵庫大開小学校 |
| 神戸祇園小学校夏祭り | 8月3日(木) 16:00~18:30 | 神戸祇園小学校 |
| 明親ふるさとの夏祭り&盆踊り | 8月6日(日) 16:00~20:00 | 須佐野中学校 |
| 菊水ふれあい夏祭り | 8月19日(土)・20日(日) 17:00~21:00 | 菊水公園 |
| 平野盆おどり大会 | 8月20日(日) 17:00~20:00 | 神戸祇園小学校 |
| 和田岬下町ふれあい夏まつり | 9月2日(土) 16:00~20:00 | 笠松商店街 |



児童館のなつまつり

※詳しくは、各児童館だよりをご覧ください。

| 場 所 | 日 時 | 対 象 | 申 込 み | 住 所・ 問 合 せ 先 |
|--------|--------------------------------------|--------------------|-------------------------------|-----------------------|
| 雪御所児童館 | 7月27日(木)13:30~15:00 | 0歳児以上親子200人 | 7/3(月)より 来館申込み開始 | 雪御所町1-8 521-7602 |
| 平野児童館 | 7月28日(金)13:30~15:30 (受付13:20~) | 概ね1歳半以上親子先着 50人 | 7/5(水)より 来館申込み開始 (電話不可) | 下祇園町6-22 371-6167 |
| 夢野児童館 | 7月27日(木)10:00~12:00 ダンボール王国であそぼう! | 0歳児以上親子 | 申込不要 | 湊川町7-6-5 531-2198 |
| 湊川児童館 | 7月26日(水)14:00~16:00 | 1歳児以上親子100組 | 児童館に 来館の上申込み | 東山町4-20-1 521-9115 |
| 中道児童館 | 7月22日(土)11:00~11:45 (幼児の部) | 0歳児以上親子150人 | 7/1(土)より 来館申込み開始 | 中道通4-2-9 577-4599 |
| 兵庫児童館 | 8月5日(土)10:30~11:30 (幼児の部) | 0歳児以上親子100組 | 7/12(水)より 来館申込み開始 | 駅前通4-3-6 576-4072 |
| 松原児童館 | 8月24日(木)13:30~15:00 | 0歳~ 未就学児は保護者同伴 | 申込不要 | 松原通4-2-27 651-5522 |
| 御崎児童館 | 7月27日(木)13:30~15:30 | 1歳児以上親子170人 | 7/3(月)より 来館申込み開始 | 御崎町1-3-2 651-5903 |



熱中症を予防しよう!



こまめな水分・塩分補給

- のどの渇きを感じる前にこまめに水分を補給しましょう。寝る前にも水分補給を!
- たくさん汗をかいたら水分だけでなく塩分も補給しましょう。
- 外出時は飲み物を持ち歩きましょう。



お部屋を涼しく



- 体感温度に頼るのではなく温度計で室温を確認しましょう。
- すだれやカーテンで直射日光をさえぎり、扇風機やエアコンを上手に利用しましょう。
- 室内温度は28℃が目安です。

外出時の工夫

- できるだけ炎天下の外出は控え、外出時は帽子や日傘で暑さを避けましょう。
- 通気性がよく涼しい服装をこころがけましょう。
- 保冷剤や冷たいタオルを活用しましょう。
- 子どもは地面から輻射熱を受けるので要注意
- 車の中に子どもを残さず、必ず連れて出ましょう。



日頃の体調管理

- 暑さに注意し、特に暑い時は無理をしないようにしましょう。
- バランスの良い食事と睡眠を上手に取りましょう。

バランスよくたべよう



家庭でできる

食中毒予防の3原則



食中毒菌が増殖しやすくなる6月から9月の時期に、細菌性食中毒が多く発生します。家族やご自身の健康を守るためにも、食中毒予防の3原則をしっかり守りましょう。

①食中毒菌をつけない

- 手洗いを徹底しましょう
 - 調理前生肉・生魚・生卵などに触れた後、用便後等作業がかえある時には、手洗いし、清潔なペーパータオルなどで拭きましょう。
- 調理器具はよく洗ってから、消毒しましょう。
- エプロンも清潔なものを使いましょう。



②食中毒菌をふやさない

- 調理後はできるだけ早く食べましょう
- 食品を保存する場合は、冷蔵庫で温度管理を。



③食中毒菌をやっつける

- 加熱はしっかりと、食品の中心部まで火を通しましょう
- 75℃で1分以上が目安です。

