



# こうめ ころころ



社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園 舞戸保育所  
子育て支援事業  
「こうめちゃんルーム」  
舞戸町字下富田29番地7  
0173-72-2277 (FAX 兼用)  
子育て支援担当：主幹保育教諭  
吉田 美恵 (よしだ みえ)

園庭ではトンボが飛び交うようになり、肌に触れる心地よい風が秋の訪れを感じさせてくれます。朝晩は涼しくなりましたが、まだまだ残暑が厳しいこの頃。気温の寒暖差で体調を崩しやすくなるので、体調管理には十分注意しましょう。



9月は「防災月間」となっています。1927年に関東大震災がおこったこと、9月は災害が多いことから、災害に備えつつ知識を深めるために制定されました。台風や大雨といった自然災害による被害は毎年あり、身近なところでも万が一の事態が起こる可能性は少なくありません。だからこそ、災害に対する備えをしておくことがとても大切です。今回は、備えておくといものを紹介したいと思います。

## 〈非常食〉

災害用に特別な物を準備しなくても、**いつも食べ慣れている物を少し多めに備蓄**することを意識すれば災害時の食材として使えます。また災害時に頼りになるのが、**長期保存もできるレトルト食品やびん類・缶類の食品**です。普段から消費したら補充(ローリングストック)するようにすれば、特別な災害食を用意しなくても大丈夫です。

授乳中のお子さんがある場合は、乳児用のミルクも備えておくとういと思います。**液体ミルク**であれば、調乳が不要のため哺乳びんに移すだけで授乳ができます。少なくとも3日分は備えておくようにしましょう。



## 〈飲料水〉

**水**は多めに準備しておくようにしましょう。**一人あたり1日2~3ℓ**が目安になります。最低でも3日分×人数分を用意し、可能であればさらに1週間分ほど備蓄を行うようにすると安心です。

## 〈日用品〉

**ラップ・ポリ袋・ゴミ袋**は、日頃から多めに用意しておくとう用途に使えます。例えばラップは、包帯の代用にもなり、体に巻けば寒さをしのいだりすることができます。またお皿にかければ、ラップを交換するだけでまたすぐに使えるようになりお皿を洗う必要がありません。

停電に備えて**ランタン**や**ヘッドライト**、携帯電話を充電する**モバイルバッテリー**を準備しておくとう、もしもの時に慌てずに済みます。また、**ケミカルライト**(お祭りの時によく見かける**光るリング**)をお子さんに付けておくとう暗い場所でも居場所がわかり混乱した状況での助けになります。ガスが止まった時には、**卓上のカセットコンロ**があるとどこでも調理が可能です。**スベア**の**ガスボンベ**(一人1週間でおおよそ**6本必要**)を多めに用意しておくとうさらに安心です。断水の時に最も困るのが**トイレ**です。そんな時は**携帯トイレ**や**大判のゴミ袋**が役に立ちます。ゴミ袋は、便座にかけて**トイレ**として使うことができます。(1日に5回使用として家族3人が3日間過ごすとう、最低45回分は必要です)

その他、衛生用品(ウエットティッシュ・マスク・アルコール消毒液・歯ブラシ・石けんなど)・使い捨てカイロ・携帯ラジオも用意しておくとういいと思います。

### ケミカルライト↓



### ↓ゴミ袋使用トイレ



備蓄品だけではなく、非常用持ち出し品の準備もしておきましょう。リュックサックなど両手が使えるものに入れておき、すぐに持ち出せる場所に置くようにしておきます。また、この機会に災害時の避難の仕方や災害グッズの使い方などを家族で話し合ったり確認しておいたりするようにしましょう。

# 幼保連携型認定こども園 舞戸保育所 地域子育て支援事業 こうめちゃんルーム

社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園  
舞戸保育所  
地域子育て支援事業  
「こうめちゃんルーム」  
舞戸町字下富田29番地7  
0173-72-2277 (FAX 兼用)  
子育て支援担当：主幹保育教諭  
吉田 美恵 (よしだ みえ)

舞戸保育所では、地域子育て支援事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実を図る取り組みを実施しています。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願ひします。

●日程：年5回程度の活動を予定しています。活動予定日は、舞戸保育所ホームページ・子育て通信「こうめこころ」・年間行事予定・園だより等にてご確認ください。

- 活動予定日の他、園の行事（なつまつり、運動会など）に体験参加する形で行うこともあります。その場合は別途ご案内します。
- 園で感染症等が流行している場合には延期または中止させていただくこともあります。

●時間：10：00～11：30

●場所：舞戸保育所ホール 他

●対象：未就園児とそのご家族、妊婦さん、在園児とそのご家族

●お申し込み：お電話、または舞戸保育所ホームページのお問い合わせにて事前にお申し込みください。

※利用料金はかかりません。

※お子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等を持って、時間までにお集まりください。

※駐車場は舞戸保育所園庭をご利用ください。



●こうめっこくらぶ●

お子さんのお遊びが中心の日

園庭や園舎を開放します。  
広いホールや園庭でのびのび遊ぼう！  
いろいろなおもちゃを用意してお待ちしています。

また、製作をしたり歌を歌ったり、親子でふれあい遊びをしたり、楽しい時間を過ごしましょう。



●子育て講座●

子育てに関する知識やスキルを高める勉強会や、お母さんのリフレッシュを図る楽しい体験講座などを行います。



●活動内容●

●世代間交流●

学生ボランティアを受け入れ、乳幼児の保育を体験してもらいます。  
(対象：子育てや保育に興味がある中学生・高校生・大学生)



●まいサークル●

お母さん達の活動が中心の日

子育てサークルを開催します。  
サークルの主役はお母さん方です。  
工作や手芸など、得意なこと・やってみたいことがあるお母さん、集まれ～。  
お母さんだけの参加もOKです！



●子育て相談●

子育てについて知りたいことや相談したいことに子育て支援担当者が答え、不安の解消を図ります。  
どんなことでも、お気軽にご相談ください。

日程：月曜日～金曜日  
(祝日・年末年始除く)

9：00～14：00

※事前にご予約をお願いします。

場所：舞戸保育所

対象：地域で子育て中の保護者の方

