

ちびこみ



第 72 号
【2017年 7月 10日発行】

◎発行／北海道新聞林販売所
西区二十四軒4条3丁目3-5
TEL：011-631-3804
FAX：011-642-5586



http://www.kotoni-doshin.com/community.html
E-mail: do-hayashi@aurora-net.or.jp

ドキドキ
ワクワク

はじめての川あそび

川遊び、何が必要？

帽子

つばがひろく、通気性のいい素材のもの。UV加工・防水加工がされていればなおGOOD!

靴

サンダルは脱げやすいので、できるだけ足全体を覆っていて簡単に脱げないものを。

その他

着替え、タオル、水筒、サンシェード(子どもの着替え隠しや親の陽避けに)おもちゃ(水鉄砲、ペットボトル等)、虫除け、絆創膏など

水着

川遊びは通常の水遊びよりも冷えるので、できれば保温性・速乾性が高いラッシュガードの着がおすすめ。

ライフジャケット

万が一溺れてしまったらライフジャケットがあれば安心!



水遊びが楽しい季節がやってきました!公園のちやぶちやぶ池に少し飽きたら、ちょっと冒険心をくすぐる川遊びにでかけてみては?…とはいえ、自然の川は危険が多くて心配…。そんなお父さんお母さんに、川遊びの際の注意ポイントや小さな子どもでも遊ばせられるオススメスポットを紹介します♪。

何をして遊ぶ?

魚つり

釣り竿やタモ、飼育ケースを持ってGO! ヤマメやウグイが釣れるかも? 簡易な釣り竿やタモ、飼育ケースは100円ショップでも購入できます♪



石あそび

お気に入りの石を探したり河原で石を積み上げたり投げたり…。石投げ(水切り)をする時には人のいない場所を選ぶこと。



生き物かんさつ

水中を覗く箱メガネは飼育ケースでも代用OK。捕まえた生き物も中に入れて一石二鳥!でも帰りは川に戻してあげよう。



川遊びの注意点

目を離さない!

自然の川は危険がいっぱい。水深が急に深くなったり、雨の翌日は増水していることも。子どもから目を離すことがないように十分注意して下さい。また、親は必ず子どもの川下に立つように心がけて。

紫外線対策をしよう

紫外線が強い川遊びでは日焼け止めは必須!汗や水で流れやすいので、こまめに塗りなおしてあげましょう。川に入っていると冷えるので、長袖の羽織ものがあると安心。

水分補給を忘れずに

川遊びをしているとつい水分補給を忘れがちなので、気をつけてあげましょう。また川遊びは体力を奪いやすいので、こまめな休憩も忘れずに。

南区

真駒内曙公園

南区真駒内緑町3丁目



危険度… ☆
お手軽度… ☆☆
安全度… ☆☆☆
充実度… ☆☆☆

自然流水の遊水路は園内を横断するように流れており、未就学の子どものでも気軽に川遊び気分を楽しむことができます。芝生広場やコンビネーション遊具が充実しているのも魅力的。

西区

発寒川緑地親水広場

西区西野4~8条1



危険度… ☆☆☆
お手軽度… ☆☆☆
安全度… ☆☆☆
充実度… ☆☆☆

琴似発寒川にはいくつかの川遊びスポットがありますが、なかでもこちらの親水広場付近は水深が浅く流れもゆるいため、安心して川遊びが楽しめます。魚や野鳥、水辺の生き物も多いので、生態観察にも◎。

中央区

鴨々川遊水場

中央区中島公園1



危険度… ☆☆☆
お手軽度… ☆☆☆
安全度… ☆☆☆
充実度… ☆☆☆

中島公園の南側に位置する自然の川を利用した水遊びスポット。護国神社~自由広場~白鶴橋あたりまでは水深も浅く、安全に水遊びが楽しめます。アクセスは地下鉄幌平橋駅から徒歩からが便利。

◆二十四軒の夏祭り
・子供七夕盆踊りまつり
日時 7月29日(土)
【予備日】30日(日)
14時~20時
※盆踊り17時15分~
会場 さいわい公園
(西区二十四軒3条6丁目)
・二十四軒親子盆踊り祭り
日時 8月11日(祝)
13時~20時
※雨天中止
※子ども盆踊り16時30分、大人と盆踊り18時30分
会場 二十四軒公園
(西区二十四軒3条4丁目)

◆山の手図書館
絵本の読み聞かせ会
日時 7月11日(火)、18日(火)、25日(火)
15時~15時30分
「にひきのかえる」
「青いかいじゅう」ほか
・たのしいおはなし会
「おはなしかご」
日時 7月15日(土)
幼児向け:14時~14時20分「サラダでげんき」ほか
小学生向け:14時30分~15時「ふしぎなたいこ」ほか
会場 山の手図書館
2F多目的室(西区山の手4条2丁目)
申し込み・費用 不要
問い合わせ 011-644-6822

◆「夏だーさんかくやま(ベエまつり)」
赤ちゃんコーナー、幼児向けのゲームコーナー、水を使った遊びほか。子育て中の親子や地域の方、学生ボランティアがあそびを通して楽しく交流します。
日時 7月28日(金)
10時~11時30分
会場 西保健センター
入口、さんかくやまベエ広場(西区琴似2条7丁目)
対象 0歳~未就学児とその保護者、学生、地域にお住まいの方
費用 無料
申し込み 当日、会場受付
その他 保護者同伴で参加して下さい。
イベント参加のためはご遠慮下さい。
※雨天時の場合、室内のみの開催となります。
問い合わせ 西区健康・子ども課子育て支援担当係
011-644-16954

◆第42回三角山市場
着物リメイクに編みぐるみ、布小物、手作りアクセサリーなど作家さん自慢の作品が満載します。自家焙煎コーヒー、アッシュブルーもおすすめです!
日時 7月15日(土)
10時~15時
会場 レンガの館ホール(西区八軒一西一)
入場料 無料
主催・問い合わせ 三角山放送局
011-644-0333

◆「夏だーさんかくやま(ベエまつり)」
赤ちゃんコーナー、幼児向けのゲームコーナー、水を使った遊びほか。子育て中の親子や地域の方、学生ボランティアがあそびを通して楽しく交流します。
日時 7月28日(金)
10時~11時30分
会場 西保健センター
入口、さんかくやまベエ広場(西区琴似2条7丁目)
対象 0歳~未就学児とその保護者、学生、地域にお住まいの方
費用 無料
申し込み 当日、会場受付
その他 保護者同伴で参加して下さい。
イベント参加のためはご遠慮下さい。
※雨天時の場合、室内のみの開催となります。
問い合わせ 西区健康・子ども課子育て支援担当係
011-644-16954

◆「夏だーさんかくやま(ベエまつり)」
赤ちゃんコーナー、幼児向けのゲームコーナー、水を使った遊びほか。子育て中の親子や地域の方、学生ボランティアがあそびを通して楽しく交流します。
日時 7月28日(金)
10時~11時30分
会場 西保健センター
入口、さんかくやまベエ広場(西区琴似2条7丁目)
対象 0歳~未就学児とその保護者、学生、地域にお住まいの方
費用 無料
申し込み 当日、会場受付
その他 保護者同伴で参加して下さい。
イベント参加のためはご遠慮下さい。
※雨天時の場合、室内のみの開催となります。
問い合わせ 西区健康・子ども課子育て支援担当係
011-644-16954

※諸事情により、事前の予告なく変更される場合があります。





ねないこだれだ
せな けいこ / 福音館書店

なかなか寝てくれない2歳の娘のために購入。想像力をかきたてられるのか、すぐに布団に入ってくれるようになりました(笑)。怖いはずなのに、毎日読んでと持ってきます。



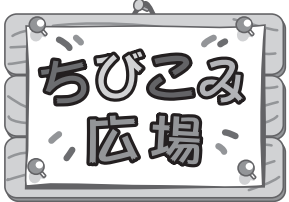
今月のおすすめ人
看護師
ミキさん

夜の9時、こんな時間におきているのはだれ？ふくろう、くろねこ、どろぼう…いえいえ、夜中はおばけの時間。あれ？まだ寝ていない子がいます。おばけになってとんでいけ！おばけがなかなか寝ない子をおばけの世界に連れていってしまいます。シンプルながら絵と独特のストーリーで、子どもたちをひきつけてやまない赤ちゃん絵本です。



優花ちゃん

パパの抱っこが大好き！
あぐにやあや眠って
くれます。



地域の皆さんの掲示板です。身近なイベント紹介、サークル募集、投稿、質問等、なんでも自由にご利用下さい！

美術館ボランティア募集

一般社団法人北海道美術協会は、美術館でのボランティア活動員を募集いたします。一緒に美術に関わるお手伝いをしてみませんか。

- 募集期間 2017年7月14日(金)まで。
郵送の場合、7月13日(木)の消印まで有効。
- 募集人数 30名程度
- 活動期間 2018年3月から2年間(更新可能)、週1~2回程度
- 活動内容 事業部、広報部、売店部、資料部、解説部、研修部、特別活動部の7部があります。
2017年8月~2018年3月の間において、美術館ボランティアとしての基本的な研修や各部の実習を行います。



申し込み・問い合わせ

一般社団法人 北海道美術協協会 事務局
〒060-0003 札幌市中央区北3条西18丁目 新田ビル2F
電話 011-644-4025
HP: <http://www.artepia.or.jp>
E-mail: artepia@artepia.or.jp



札幌剣心会

- 活動場所 発寒東小学校体育館、発寒北児童会館、八軒児童会館
- 活動日時 毎週火曜日、土曜日 18:00~20:30
※低学年は剣士の様子に合わせ稽古時間を調整します。
- 対象 性別不問、幼稚園年長~中学生
(※大人は要相談)
- 入会金 不要
- 月会費 2,500円、兄弟割引あり
- その他必要な経費 竹刀購入費2,000円程度、道着・防具レンタル(数に限り有)、中級者以上は道着、防具購入
- HP等
<https://sapporo-kenshinkai.jimdo.com/>
<https://www.facebook.com/sapporokenshinkai/>
https://twitter.com/sapporo_kenshin
- 問い合わせ・申し込み
鈴木 011-688-5132
酒井 011-667-5682
E-mail: sapporo-kenshinka@excite.co.jp

「札幌剣心会」は昭和57年に西区発寒で創設された剣道教室です。『正しきを学べ』『己に克て』『文武両道に励め』の3つの柱を道場訓に、常に礼儀を重んじながら、基本に忠実な稽古に励んでいます。指導者は剣道を通じて相手を思いやり、感謝の気持ちを持つような指導を心がけており、子どもたち同士も、先輩が後輩の面倒を見ることで互いの信頼を強めています。
幼稚園の年長から、小・中学生までとレベルは様々ですが、全体でトレーニングをしたり、時には年長者が小さな子どもの指導をしながら、楽しく稽古をしています。
最初はジャージと竹刀1本で始められ、防具や胴着もサイズが合えばレンタルが可能ですので、初心者でも気軽に始めることができます。体験・見学は随時実施中です。楽しい仲間たちと一緒に剣道をしましょう！

【投稿規定】
『我が家のアイドル!』、親子で楽しめる簡単レシピ、紹介『ハッピーレシピ』、地域の掲示板『ちびこみ広場』への投稿や情報をお待ちしています。住所、氏名、電話番号を明記の上、(北海道新聞林販所)※1面上部に連絡先記載)までご応募下さい。ハガキや封書、FAXやe-mailでもOK。採用された方には粗品を進呈致します。なお、いただいた写真は返却されませんので、あらかじめご了承の上ご送付下さい。

【編集部より】
もうすぐ夏休みが始まります。子ども達がまだかまらだかと楽しみにしている一方、普段と違うペースに書いでもお母さん多から憂鬱な促すチャンス。特別なことしなくても、例えばゴミ出しやお風呂掃除など、普段はしない毎日の家事を分担してもらうのも一つの手です。母の仕事も減って一石二鳥?

食育応援! 親子で♪

HAPPY COOKING!

キャベツよりも柔らかくって食べやすい! レンジでできる時短レシピです。

レンジで! やわらかロールレタス

【材料(約4個分)】

鶏挽肉...200g	<ソース>
レタス...4枚	水...200cc
玉ねぎ...1/2個	顆粒コンソメ...小1
卵...1個	塩・こしょう...適量
パン粉...大2	ケチャップ...大1
塩・こしょう...適量	

- レタスは耐熱皿に乗せ、ラップをかけてレンジで1分半~2分ほど加熱しておきます。
お手伝いポイント!
- ビニール袋にみじん切りした玉ねぎと鶏挽肉、卵、パン粉、塩こしょうを入れてしっかりと込みます。
- レタスの水気を吹いてから、中央に2の挽肉を俵型に乗せます。左右の葉をたたみ、くるくると奥に向けて巻き上げてロール型に成形します。
お手伝いポイント!
- 耐熱容器に水、ケチャップ、コンソメ、塩こしょうを入れて混ぜ合わせ、3を入れてラップをし、600Wのレンジで8分加熱します。
- お皿に持って完成!

ひとくちメモ
レタスの葉をはがす時は破かないように慎重に! 固いと包みづらいので、少ししんなり目に加熱して。

~古新聞リサイクル~

古新聞7kgにつきスタンプ1個押印。貯まったポイントに応じて「生活用品」と交換いたします。

毎月決まった日に回収に伺います。
(お住まいの地域によって回収日が異なりますのでご確認ください)

お申込は販売所までご連絡ください。

24日 二十四軒 1~2条 (1~7丁目)	25日 二十四軒 3~4条 (1~7丁目)	26日 琴似 1~4条 (1~7丁目)
---------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------