体験しながら障害者の介助について学ぶ

自分の職業を通じて世界の人々へ奉仕することを目指す「大網ロータリークラブ」が7月21日と8月11日の例会で、障害者の介助について学びました。

中部コミュニティセンターを会場に行われたこの例会には、延べ約40人が参加。10月に行われる全国障害者大会で大網ロータリークラブがボランティアとして参加することから、さまざまな障害者に対応できるようにと、実際の体験を通じて階段の上り下りの方法や段差の対処方法などを細かに学びました。

福祉業を営みながら大網ロータリークラブの会長をこなす佐藤廣子さんを講師に、7月21日は車椅子の構造や操作方法などを学習。初めて車椅子を扱う会員も多いことから、実際に乗って介助される側の気持ちも経験しました。会員は、「車椅子に乗って体験したが、真っ直ぐ自走するのも難しい。介助となるともっと難しいが、この経験を生かしたい」と話していました。

また、8月11日には視覚障害の歩行介助について学習。介助の基本姿勢や声のかけ方などをそれぞれが実際に体験し、考えられる危険性についても熱心に意見を交わしました。

佐藤会長は「これから駅や道路で困っている障害者に積極的に手を貸し、社会貢献につなげてほしい」と語ってくれました。

▶車椅子の介助実習

▶視覚障害者の介助を体験する会員

食育を学びながら親子で楽しく調理

夏休み親子クッキング

夏休み期間中に親子のふれあいを深めながら、食について楽しく学んでもらおうと8月4日、「夏休み親子クッキング」が中部コミュニティセンターで行われ、9組の親子が参加しました。

大網東小学校の猪野栄養教諭による食育講義の後、カルシウムたっぷりの「お麩のグラタン風」と、ロールパンを使用した「パーティーサンド」に挑戦。町食生活改善協議会員の手ほどきを受けながら、楽しく調理が進められました。

お母さんと一緒に参加した大網小学校3年の渡辺蒼唯ちゃんは、ジャガイモの皮むきに初挑戦。慣れない手つきながらも笑顔で、「大好きなグラタンに入れるジャガイモだから頑張ります」と話してくれました。

約2時間の調理の後、できあがった料理をみんなで試食。調理中の苦労話などを参加者同士で話しながら、完成した料理に舌鼓を打っていました。

▲協力して調理する参加者たち

キーワードは「入りやすい場所で見えにくい場所」

瑞穂小4年生が安全マップを作成

子どもたちの犯罪被害防止のために、子どもたちの思考力や判断能力の向上を図ろうと、ちばっ子地域安全マップ作成推進拠点校である瑞穂小学校の4年生たちが、安全マップを作成しました。

犯罪に巻き込まれそうな危険な箇所を探し出し、完成された安全マップには、「電車の音で声がかき消される場所や落書きのある場所、死角となりそうな草木の生い茂る場所」などが写真付きで細かに記されているほか、見やすいものとなるように子どもたちのアイデアが多く盛り込まれました。

7月13日には「地域安全マップ発表会」として授業公開も行われ、瑞穂小の保護者や町内各校の教員など約30人が見守る中、4年生が2年生に安全マップをもとに危険な場所とはどういう場所なのかを発表。「入りやすい場所で見えにくい場所」をキーワードに、2年生にも分かりやすいように、劇やクイズを交えて説明しました。

そして、授業最後には、4年生から教わった内容の復習として、2年生が理解した事柄をそれぞれ発表。2年生たちの理解度の高さに、4年生たちは笑顔で拍手を送っていました。

▶作成した安全マップを基に発表する4年生

休日当番医

診療時間は9時～17時までとなります。

なお、都合により、当番医が変更になる場合もあります。休日当番医テレホンサービス（☎0475－50－2531）もあわせてご利用ください。

月日	内科系		外科系
9／5（日）	橋本医院（大網白里町）☎0475(72)0134	鈴木医院（横芝光町）☎0479(82)0126	季美の森整形外科（大網白里町）☎0475(70)8951
9／12（日）	西田医院（東金市）☎0475(53)1393	原田医院（芝山町）☎0479(77)0056	季美の森整形外科（大網白里町）☎0475(70)8951
9／19（日）	板倉内科医院（大網白里町）☎0475(72)6174	鈴木医院（山武市）☎0475(89)1002	とし整形外科クリニック（横芝光町）☎0479(82)7770
9／20（月）	日吉台クリニック（東金市）☎0475(53)0510	成東医院（山武市）☎0475(82)2235	東葉クリニック大網脳神経外科（大網白里町）☎0475(73)7011
9／23（木）	佐久間医院（大網白里町）☎0475(72)0638	京葉内科クリニック（山武市）☎0475(82)2400	古川医院（山武市）☎0475(82)2202
9／26（日）	高橋医院（九十九里町）☎0475(76)3101	よしみ医院（山武市）☎0475(82)8676	山崎医院（横芝光町）☎0479(82)0561

・夜間急病診療所（東金市）　☎0475(50)2511　20時～23時
・休日救急歯科診療所（東金市）　☎0475(50)2512　休日のみ9時30分～16時
※時間外の受診については消防本部　☎0475(52)4137

料理　ほんのりクリーム

大根としめじのチーズカレー

お子様と一緒に楽しく調理でき、乳製品を使っているのでカルシウムをおいしくたくさんとれます。

材料6人分

- 大根……400g
- ぶなしめじ……1パック
- 豚薄切り肉……250g
- 玉ネギ……1個
- しょうが……1かけ
- サラダ油……大さじ1
- 水……800ml
- カレールウ……100g
- A
  - スキムミルク……大さじ2
  - 粉チーズ……大さじ2
  - トマトケチャップ……大さじ4
  - 水……大さじ4
- ごはん……6皿分
- 福神漬……適宜

作り方

①大根はいちょう切り、ぶなしめじは石づきを取り小房に分け、豚薄切り肉は2cm幅に切る。
②玉ネギは薄切り、しょうがはみじん切りにする。
③鍋にサラダ油を入れ熱し、②を炒め、玉ネギがしんなりしたら、豚肉、大根、しめじを加え炒める。
④豚肉の色が変わったら、水を加え、沸騰したらあくを除き、中火で煮る。
⑤大根がやわらかくなったら、1度火を止めカレールウを割り入れ溶かす。再び火にかけ、よくかきまぜる。
⑥【A】の水でスキムミルクを溶かし、トマトケチャップと粉チーズを混ぜて⑤に加えて、全体をまぜ火を止める。
⑦皿にごはんを盛り付け、⑥をかけ、お好みで粉チーズ（分量外）をふり、福神漬を添える。

1人分　433キロカロリー　食生活改善協議会山辺支部

安心生活　応援ニュース

誰もが住みよい生活環境を築くことができるように次のことに注意しましょう。

●ごみのポイ捨てはやめましょう

自分たちの街をきれいにしようと、地域のボランティアの方々や商店街などの皆さんが清掃活動に取り組んでいます。

その反面、空き缶やペットボトル、たばこの吸いがら等のポイ捨てが後を絶ちません。

ポイ捨てはごみを散乱させ、街を汚す原因となります。快適な生活環境を維持するためにも、ごみは持ち帰るなどして、正しく処分しましょう。

●地域ぐるみで子どもたちの安全を

夏休み期間を終え、学校が再開しました。

通学中、子どもたちに危険が及ぶことのないよう地域ぐるみで見守り、安全確保に努めましょう。

●飼い主のご協力を

犬が散歩中にふんをした場合は、飼い主の責任できちんと始末しましょう。