

# 11

Nov.2020  
Calendar

- 11/4 WED 広報11月号、お知らせ版  
企画展「伊達氏の城」(12/13まで) ★
- 5 THU 4か月児健診 (R2年6月生、受付:13:15~13:30)、7か月児健診 (R2年3月生、受付:13:00~13:15)、ブックスタート ♥
- 6 FRI 桑折町表彰式  
ホールボディカウンタ測定日 ★◆
- 7 SAT 新庁舎町民向け内覧会  
◎伊藤皮膚科クリニック ☎551-1121
- 9 MON ♥
- 10 TUE 健康相談日
- 11 WED ★
- 12 THU
- 13 FRI ★◆
- 14 SAT 桑折学習塾 (中学)
- 15 SUN 第32回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会  
◎大木内科医院 ☎575-3343
- 16 MON ♥
- 17 TUE 1歳6か月児健診 (H31年3~4月生)  
(受付:個人通知に記入)
- 18 WED 献血 ★
- 19 THU 健診結果相談会 ♥
- 20 FRI 健診結果相談会 ★◆
- 21 SAT 桑折学習塾 (中学)
- 22 SUN ◎こぼやし子ども・内科クリニック ☎577-0663
- 23 MON 館長杯町民バウンドテニス大会 勤労感謝の日  
遊び場親子イベント ◎村上医院 ☎585-2152
- 24 TUE 健診結果相談会
- 25 WED ホールボディカウンタ測定日 ★
- 26 THU こおり友遊くらぶ
- 27 FRI ◆
- 28 SAT 体験チャレンジ活動・青少年教育講演会  
桑折学習塾 (中学)
- 29 SUN JR桑折駅前イルミネーション(~1/31)、町民バレーボール大会 ◎小野寺整形外科医院 ☎575-2001
- 30 MON ♥
- 12/1 TUE 4か月児健診 (R2年7月生、受付:13:15~13:30)、7か月児健診 (R2年4月生、受付:13:00~13:15)、ブックスタート
- 2 WED 広報12月号、お知らせ版 ★

●公民館 ●やすらぎ園 ◎休日当番医 ◆母子手帳交付日  
【子育て支援センター】:「イコーゼ!」10:00~11:30  
♥ベビールーム (1か月~1歳5か月ごろのお子さんと保護者)  
★キッズひろば (1歳6か月ごろ~就園前のお子さんと保護者)  
▶やすらぎ園 (☎582-6045) へ事前に予約してください。

Recipe

今月の健康レシピ

## ミルク卵の花

塩分  
0.7g



■材料 (4人分)

- おから …………… 200g
- 干しいたけ …………… 6個
- 牛乳 …………… 400cc
- 顆粒だし …………… 小さじ2
- サラダ油 …………… 小さじ2
- しょうが …………… 小1個
- にんじん …………… 1/3本
- ねぎ …………… 1/3本
- 油揚げ …………… 1枚
- 塩 …………… 少々

【1食分の栄養価】 エネルギー 190kcal / 脂質 10.0g / 鉄 0.9mg / たんぱく質 8.6g / カルシウム 181mg

■作り方

- ①しょうが、にんじん、油揚げはせん切り、ねぎは小口切りにする。
- ②鍋に牛乳・顆粒だし・干しいたけを入れて5分ほど煮る。しいたけがやわらかくなったら、取り出してせん切りにする (煮汁も使うので取っておく)。
- ③鍋に油を熱し、しょうが・にんじん・ねぎ・油揚げを炒める。おからを加えて炒め、干しいたけと②の煮汁を加えてへらで混ぜながら煮る。最後に塩で味を整える。

voice / おすすめポイント



おからは低エネルギーで、食物繊維を多く含みます。牛乳を加えると、カルシウムも摂れます。子どもと一緒に食べられるおすすめのメニューです。  
◎齋藤 美祐紀さん、◎采音ちゃん

野菜足りていますか?

### カゴメ(株)「ベジチェック」で確認

野菜の目標量は、「1日 350g」です。ベジチェックという機器に手のひらをのせるだけで推定野菜摂取量が分かります。この機会にお試しください。(①②ともに土日祝日は除く)

■測定方法

- ①やすらぎ園で測定できます。  
11月11日(☎)~30日(☎) 8:30~17:00
- ②お伺いして測定します。  
ある程度の人数が集まる所へ職員が伺って測定します。電話で日時を予約ください。  
12月1日(☎)~9日(☎)

■問い合わせ 健康福祉課 ☎582-1133

子どもにとって、親は一番身近で大好きな存在です。そのため、怒鳴られても、叩かれても「自分が悪い」と思い、自らSOSを出せるとは限りません。また、他の家庭の状況が分からないため、みんなも同じように怒鳴られたり、叩かれたりしているとは勘違いし、さらに、親が何気なく発した「言う事を聞かないと、施設にやるよ!」「お前なんか生むんじゃないか」などの言葉が子どもにとって強く印象に残り、親にほめられたい、愛されたいと、精一杯良い子になる

強要  
【性的虐待】性的な行為の強要  
【身体的虐待】打撲・あざ・やけどなどの暴行  
【心理的虐待】怒鳴る・無視・ののしる  
【ネグレクト】食事を与えない・長時間放置  
【性的虐待】性的な行為の強要

健康福祉課 子育て支援係  
☎582-1133

主な虐待の種類

## NEWS 11月は虐待防止月間!



子育てアドバイス

うと頑張る子どももいます。そうした子どもの態度を見て、親は「この子は強く言えば言う事を聞く」と捉えるかもしれませんが、それも虐待なのです。11月は、児童虐待防止推進月間。児童虐待は、社会で解決すべき問題です。虐待を早期発見するために、次のような行為を見たり、聞いたりしたときは、声掛けをしたり、専門機関に通告するなどして、地域のみならず虐待から子どもを守りましょう。

### 見逃さないで! 虐待のサイン

**子ども**

- ・子どもの泣き叫ぶ声がある。
- ・不自然な傷や打撲の跡がある。
- ・衣服や体がいつも汚れている。
- ・落ち着きがなく乱暴。
- ・表情が乏しく、活気がない。
- ・夜遅くまで一人で家の外にいる。

**保護者**

- ・地域などと交流が少なく孤立している。
- ・子どもを家に置いて外出する。
- ・子育てに否定的・無関心である。
- ・子どもの病気やけがについて不自然な説明をする。
- ・強い不安や悩みを抱えている。

**虐待Q&A**

Q、虐待かどうか分からず、判断できない! : A、それでも大丈夫です。町や児童相談所が、さまざまな調査を行います。虐待かどうかの判断は、それらを総合し、町や児童相談所が行います。

Q、間違っていたら、トラブルになるのでは : A、通告を受けた市町村や児童相談所は、通告者特定する情報を漏らしてはいけません。

Q、パパもママも虐待をするような人には見えない人だけ : A、子どもを「良い子」に育てようと、まじめで一生懸命な家庭が、ついでを越したしつけや教育を行ってしまう場合があります。あなたの一報が子どもだけでなく、保護者も救うことになりません。

国民には、虐待を受けたと思われる幼児や児童を発見した場合には、町や児童相談所などに通告をする義務があります (児童虐待の防止等に関する法律第6条)。もしかしてこれは虐待ではないのかな...と思い、通告しないでいるうちに、子どもが死亡してしまったり、支援の対応が遅れてしまったりと事態が深刻化してきます。虐待かな?と思ったら、すぐに通告しましょう。

### 虐待かも?!と思ったら...

● 児童相談所虐待専用ダイヤル

いち早く ☎189 (最寄りの児童相談所で専用スタッフが話を伺います。)

※プライバシーは守られます (匿名での通報もできます)。※たとえ虐待がなく、間違いであったとしても責任は問われません。事実の説明や証明の必要ありません。