我が家のアイドル

96

3歳未満のお子さんの写真を募集しています。

住所、氏名（ふりがな）、生年月日、続き柄、両親の氏名（ふりがな）、電話番号を明記の上、本庁政策企画課広聴広報係へ。応募順に掲載します。

鈴木 さくらちゃん（2歳2カ月）
＝前沢区字高畑＝
（修さん・美由紀さんの長女）

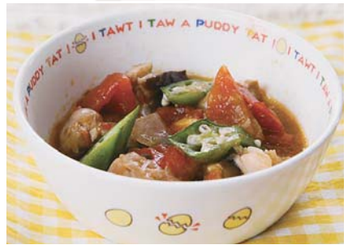
千田 妃奈乃ちゃん（8カ月）
＝胆沢区若柳字寺下＝
（正義さん・舞さんの長女）

熊谷 帆華ちゃん（2歳11カ月）
＝水沢区太日通り二丁目＝
（秀樹さん・牧子さんの長女）

栄養士オススメ！

子ども喜ぶ人気メニュー 42

『鶏肉のさっぱりトマト煮』



栄養士オススメ！

～材料（４人分）～

- 鶏もも肉 ……120 g
- オクラ★ ……４本
- 玉ネギ★ ……1/4 個
- トマト★ ……1/2 個
- 干しシイタケ★ ……４g
- 水 ……100 cc
- トマトケチャップ……大さじ１強
- コンソメ ……４g

★奥州市産の食材です

～作り方～

❶オクラは 1/4 に乱切りし、下茹でしておく。
❷玉ネギは千切り、トマトは乱切りに。干しシイタケは水で戻して８等分に、鶏もも肉は一口大に切る。
❸鍋に水を入れて熱し、沸騰したら玉ネギ、鶏もも肉を入れて煮る。
❹③に火が通ったら、干しシイタケを入れ、ひと煮立ちしたら、トマトケチャップとコンソメで味を調える。
❺オクラとトマトを入れて出来上がり。

夏野菜で彩りも鮮やかな人気メニュー。干しシイタケの旨味が効いています。

今月のおいしい顔

前沢保育園のみんな

広告

Child-nurturing plaza

子そだて広場 vol.48

おうしゅう子育てガイド→http://www.city.oshu.iwate.jp/htm/kosodate/

子どもたちを「虐待」から守ろう

児童虐待とは、保護者などが子どもに対して行う次の行為で、子どもの心や体を傷つけ、健全な成長や発達を妨げる、重大な人権侵害行為です。

【身体的虐待】身体に傷を負わせたり、生命が危険に及ぶような行為をすること
【性的虐待】わいせつな行為をしたり、見せたりすること
【ネグレクト】衣食住の世話をしなかったり、病気の治療を受けさせなかったりするなど、健康を損なうような放置をすること
【心理的虐待】ひどい言葉で傷つけたり、極端に無視したりすること

子どものサインを見逃さずに

虐待を受けている子どもは、何らかの合図（サイン）を発していることがあります。子どもたちを虐待から守るためには、次のようなサインに気付くことが大切です。

▼不自然な傷や打撲の痕がある
▼服や髪の毛がいつも汚れている
▼表情が乏しく、元気がない
▼おどおどしていて、視線を合わせない
▼落ち着きがなく、乱暴
▼夜遅くまで一人で遊んでいる

おかしいなと感じたら

児童虐待は、子育てや人間関係などの悩み、ストレスなどが影響しているといわれています。「しつけのつもりだった」と話す保護者も多く、皆さんの身の回りでも起こる可能性があります。

「児童虐待ではないか」と感じたら、次の窓口へ連絡してください。市職員などが家庭訪問し、子どもの安全を確認します。秘密厳守で、匿名での連絡も受け付けています。

■児童虐待に関する連絡先

◇本庁子ども・家庭課家庭福祉係（内線232）、各総合支所健康福祉課
◇市子育て総合支援センター（☎㉔6405）
◇児童相談所全国共通ダイヤル（☎0570－064－000）※近くの児童相談所に転送されます。

子そだて 行事予定

９月の市内の主な子育て支援情報をお知らせします。
なお、この内容は、市子育て総合支援センター発行の「こっころだより」に掲載しています。

★問い合わせ★
市子育て総合支援センター「こっころ」（☎㉔6405）

◇水沢区◇

■子育てひろば
毎週火 10:00～11:30 会常盤地区センター、毎週金 10:00～11:30 会水沢南地区センター 問市教育委員会事務局水沢支所（内線 285）

◇江刺区◇

■愛宕保育園「手作りおもちゃを作ろう・のんのんサロン」
16日火 9:30～11:00 問☎㉟ 3197

■稲瀬わかば園子育て支援センター「お散歩に行こう」
29日月 10:00 センター発 問☎㉟ 0286

◇前沢区◇

■前沢子育て支援センター「にこにこひろば・運動会ごっこ」（２歳児）
16日火 9:30～11:30 問☎㊻ 4515

◇胆沢区◇

■胆沢保育園子育て支援センター「あそびの広場つくしんぼ・お誕生会」（就学前の幼児）
24日水 9:30～11:30 問☎㊶ 4141

「あそびの広場子育てさろん・お誕生会」（０・1歳児）
26日金 9:30～11:30 問☎㊶ 4141

◇衣川区◇

■衣川保育所地域子育て支援センター「わんぱーく・秋の遠足」
25日木 10:00～12：00 ※要申し込み 会東北ニュージーランド村 問☎㊷ 3131

※会は会場、問は問い合わせ先を表します
※会場名の記載がない場合は、表題の会場で開催

★「こっころだより」の主な配置場所★
市役所、各総合支所、水沢保健センター、市内図書館、市内地区センター、児童センター、子育て支援センターなど

広告