



北九州市立 子どもの館 ほっぷ・すてっぷ・キッズ

第12号 平成24年3月20日 発行

所在地 〒806-0021
北九州市八幡西区黒崎3丁目15-3
コムシティ7F(黒崎駅西隣)
発行者 子どもの館 キッズハウス編集部
連絡先 TEL093-642-5555 FAX093-642-5677
<http://www.kodomo-how.com>

子育てを楽しもう

「予防接種」--良く考えて受けよう--

予防接種については受けた方が良いか受けなくても良いか、または受けない方が良いかなど議論のあるところですが、

まず予防接種の役割と種類についてみてみましょう。予防接種は病原体（細菌やウイルス）の病原性を弱くしたもの（抗原＝生ワクチン）または病原性を無くしたもの（抗原＝不活化ワクチン）を注射や口から直接体内に入れて病気への抵抗力（抗体＝免疫）を作ろうとするものです。

ではなぜ議論があるかと云うと、いずれの場合も強制的に異物（ワクチン）を体内に入れることになるからです。そのことの善し悪しと、そのために起こりうる害（副反応）をどの程度受け入れることが出来るかという議論です。ワクチン接種によって病気に対する抵抗力を得ることの利益（メリット）と副反応という不利益（デメリット）を天秤にかけて判断しなければならないところが親の悩みとなるわけです。そこが、受けるなら「良く考えて受けよう」という意味なのです。

情報はたくさんあります。かかりつけ小児科医にもよく相談してください。インターネットで「国立感染症研究所の感染症情報センター」にもアクセスを。

子どもの館 子育て相談医 廣澤 元彦
(市立医療センター前院長 小児科医)

キッズハウスの1年

「ほっぷ・すてっぷ・キッズ」を発行するようになって、1年が経ちました。この間、キッズハウスにもたくさんの方が来て下さいました。ご家族で来られる方、お友達同士で来られる方。先日は「会社の同僚です」とお父さん4人と子どもたちというグループも……。お絵かきや、絵本を読んだり、楽しい時間を過ごされました。



子育てサークルの集まりや「赤ちゃん同窓会」でお友達になられた方同士のグループも多く見かけられるようになりました。同じ経験を持つ親同士で、夜泣きや離乳食の進め方などを話し合ったり、おすすめのお出かけスポットなどの情報交換をして、日頃のストレスを解消し、リフレッシュされています。



平日に行っている「お楽しみタイム」のエプロンシアターや絵本の読み聞かせを楽しみにしてくださる方も増えてきました。

これからも、たくさんの方にご利用いただき、みなさんの子育てのサポートをしていきたいと思っています。



入園までに、こんなことができるといいな。



4月に入園予定のお子さまがいらっしゃるご家庭では、いろいろな準備で慌ただしく過ごされているのではないのでしょうか？

初めての幼稚園生活、ちゃんと過ごせるか心配になるものですが、一通りの生活習慣を身につけているか親子で確認してみませんか。

どれも幼稚園生活の中で欠かせないものですが、あせらずにゆっくり、子どものペースで練習を始めてみましょう。

1. 着替え…スモックなどを1人で脱ぎ着できますか？
2. あいさつ…お返事はできますか？ お名前が言えますか？
3. 早寝・早起き…夜は9時には寝て、朝は7時には起きられるといいですね。

余裕があれば、次のこともチェックしてみましょう。

4. トイレ…1人でできますか？尿意・便意を伝えられますか？
5. 食事…スプーンやお箸は使えますか？お弁当箱や水筒を自分で開けられますか？

※子どものストレスにならないように、くれぐれも無理は禁物です。



節電・省エネメモ

1年間、家庭で出来る身近な「節電・省エネ」をご紹介してきましたが、いかがでしたか？

今回はこれまでに紹介したものを空間別にまとめてみました。

リビング

エアコン…室温は夏 28℃、冬 20℃に設定しましょう。

照明…省エネ型に替え、点灯時間を短くしましょう。

テレビ…つけっぱなしは、要注意です。

パソコン…使うときだけONにしましょう。

キッチン

冷蔵庫…詰め込みは大敵です。扉の開閉は短時間にしましょう

電子レンジ…下ごしらえに上手に利用しましょう。

ガスコンロ…鍋の大きさに合わせて炎を調節しましょう。

生活

風呂…間隔をあけずに入浴しましょう。

洗濯…まとめ洗いをしましょう。

掃除…整理整頓をしましょう。(片付けてから掃除機をかける)

自動車

運転…エコドライブを心がけましょう。

出典：財団法人省エネルギーセンター「家庭の省エネ大事典」



キッズ関連 4月スケジュール

月曜日～金曜日

らくがきタイム 10:00～16:00

お楽しみタイム 13:00～

3日(火)・22日(日)…13:00～15:00
個別子育て相談(小児科医)

12日(木)…14:00～15:00
子育て勉強会(小児救急看護認定看護師)
テーマ「予防接種・アレルギーについて」

15日(日)…①13:00 ②15:00
手作りおやつ試食会「春のブラマンジェ」

19日(木)…13:30～16:30
栄養相談(栄養士) 子育て相談(保育士)

23日(月)…プレイルームにて
13:30～ベビーマッサージ
14:30～パパママ救命救急教室

子どもの館

開館時間 10:00～19:00

休館日 4月11日・25日

キッズハウス(未就学児とその保護者)入場料金 大人200円・小人50円(1歳未満は無料)

子どもの館では、楽しいイベントがたくさん！

HPやイベントカレンダーなどでお知らせしています。

詳しくはお電話でお問い合わせください。