

## さあ！ 元気に出かけましょう。お友達も待ってるよ！

参加の申し込みはいりません。気軽に参加してください。活動時間10:30～11:30

いつ	何を	どこで	
7月 3日(火)	おはなしひろば	親子で絵本を楽しもう	やしろこどものいえ
4日(水)	こどものいえひろば	レッツ楽しく親子体操	
6日(金)	七夕会	七夕まつりをしよう	
7日(土)	かみしばいとおりがみのひろば 14:00～ 小学生以上対象		やしろこどものいえ
10日(火)	おはなしひろば	親子で絵本を楽しもう	やしろこどものいえ
11日(水)	0歳児ひろば	ママとスキンシップ	
13日(金)	リズムであそぼう	親子でリズムあそび	滝野児童館きらら
17日(火)	おはなしひろば	親子で絵本を楽しもう	やしろこどものいえ
18日(水)	つくってあそぼうひろば	どうぶつうちわをつくろう	
20日(金)	あそびのポケット	親子でふれあいあそび	滝野児童館きらら
24日(火)	つくってあそぼうひろば	どうぶつうちわをつくろう	やしろこどものいえ
25日(水)	こどものいえひろば	親子でリズムあそびを楽しもう	
31日(火)	おたんじょう会6月・7月生まれ	みんなでお祝いしましょう	

参加の申し込みをしてください

### かとう子育てセミナー

～子育てに自信をもつために～

と き/7月14日(土)10:00～11:30  
講 師/小崎恭弘さん(常盤短期大学准教授)  
場 所/滝野児童館きらら  
託児あり

### アンティママの巡回相談(10:00～14:00)

実施日 7月12日(木) 東条鯉こいランド  
18日(水) 滝野児童館きらら  
25日(水) やしろこどものいえ

やしろこどものいえ ☎42-8543(FAX兼)  
開館/9:30～17:30 休館/毎週月曜・祝日

滝野児童館きらら ☎48-0765(FAX兼)  
開館/9:00～17:00 休館/毎週月曜・祝日

東条鯉こいランド ☎46-0576(FAX兼)  
活動日/火・水・木曜日 10:00～14:00



## 食中毒を予防しよう！

夏季は家庭においても食中毒の危険が最も高くなる時期です。

生活の中に細菌やウイルスを撃退する『つけない』『増やさない』『やっつける』の3原則を取り入れて、食中毒からからだを守りましょう。

### 増やさない

冷蔵庫内は10℃以下を保ち、ドアを15秒以上開けておかないようにしましょう。

冷蔵庫外での自然解凍はさげましょう。

料理中の物や残り物は放置しないようにしましょう。

### つけない

調理前や食事前には、必ず石鹸で手を洗いましょう。

傷のある手で調理するときは、ゴム手袋をつけましょう。

調理器具は汚れを落として定期的に消毒しましょう。

### やっつける

食品はしっかり加熱し、殺菌を徹底しましょう。

調理済みのレトルト食品や冷凍品もよく加熱してから食べるようにしましょう。

残り物を温めるときも十分火を通すようにしましょう。

