



すこやかコラム

親子で食育

近年、食環境が大きく変化し、さまざまな問題が生じてきています。次のことに注意して、親子で食育に取り組んでみませんか。

- 生活リズムを整えましょう
- 1日3回の食事をおいしく食べるためには、しっかりと空腹を感じてから食事をするのが大切です。早寝早起きをし、できるだけ食事時間を定めましょう。
- 一緒に食べましょう
- 子どもは、家族や親しい人との楽しい食事を通して、安心感や信頼感を得ます。また一緒に食べることで、食事のマナーを身に付けることもできます。
- 食事づくりに関わりましょう
- 成長や興味に合わせて、子どもと一緒に食事の準備や後片付けなどをしましょう。料理や食べ物に対する興味が育ちます。
- 食べ物に感謝する心を育てましょう
- 野菜・魚・肉といった食材は、豊かな自然と生産者がはぐくんだ生命です。食べ物を無駄にしないよう、感謝しながら食べましょう。

食育は難しいことはありません。食べることの楽しさや喜びを感じ、心と身体を健やかに育てていきましょう。

原稿：市栄養士

地域子育て支援センター

センターの催し

- ◎子育て健康相談 by 保健師
～確かめて ホツと安心 健やか子育て～
- とき 4月2日(木)・5月7日(木)
午前10時30分～11時30分
- ※申し込みは必要ありません。
- ◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう！
- とき 4月15日(水)
午前10時45分～11時30分
- ※申し込みは必要ありません。
- ◎ママのミニ学習会「こころ編」
～乳児期ってどんな時期？～
- とき 4月21日(火)
午後1時45分～3時45分
- 講師 丸山隆氏
申込期限 4月20日(月)
- ※お子さんをお預かりします。

ゆかいなコンサート に行ってきました

3月1日(日)、家族みんなで楽しもう！
「ひなまつり会」ゆかいなコンサートが開催されました。今回は休日に開催したこともあり、多くのお父さんたちも参加していました。

子どもたちは、ひな祭りの歌やさまざまな動物の歌などを身振り手振りを交えながら歌ったり、ピエロが披露した皿回しなどに歓声を上げたりしていました。終了後には、お土産にお菓子をもらって、とてもうれしそうに帰って行きました。



- ◎お外であそぼう！「春の遠足」
バスで千手山公園(鹿沼市)へ行きます。
- とき 4月22日(水)
小雨実施
- 定員 親子22組(先着順)
- 参加料 無料
- 申込期間 4月1日(水)～11日(土)
- ◎パパもいっしょでうれしいな！
こいのぼり製作
- とき 4月26日(日)
午前10時15分～11時45分
- 定員 親子20組(先着順)
- 申込期間 4月13日(月)～18日(土)
- ※「お外であそぼう」以外は、会場はすべて地域子育て支援センターです。
- 申込先及びくわしくは すべて地域子育て支援センター
☎(22)2299

だよ図書館

ホームページアドレス

<http://lib.nikkocity.jp/>

携帯電話用アドレス

<http://opac.city.nikko.lg.jp/>



お問い合わせは

◇今市図書館 ☎22-6216

開館時間：午前9時～午後6時

休館日：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

◇日光図書館 ☎53-5777

開館時間：午前9時30分～午後6時

休館日：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

◇藤原図書館 ☎76-1203

開館時間：午前9時30分～午後6時

休館日：毎週火曜日(祝日の場合は翌日)

▼今市図書館

◎古典鑑賞教室「源氏物語鑑賞」
とき 4月18日(土)から毎月第3土曜日
午後1時30分～3時30分

対象 市内在住の方

定員 50名(先着順)

受講料 無料

※新規受講者のみ、テキスト代1,680円が必要です。

申込方法 電話か窓口で申し込む

申込期限 4月10日(金)

◎読書会(二水会)

とき 4月8日(水)午後1時30分～3時

内容 一冊の本を読み、お互いの読後感や意見を交換し(合同)会です。

題名 群青の湖(芝木好子)

◎おはなし会

とき 4月11日・25日(土)午後2時～3時
内容 絵本の読み聞かせや紙芝居、折り紙など

紙など

▼日光図書館

◎読書会(いずみの会)

とき 4月21日(火)午前10時～正午
内容 一冊の本を読み、お互いの読後感や意見を交換し(合同)会です。

題名 土の器(阪田寛夫)

◎おはなし会

とき 4月4日・18日(土)午後2時～3時
内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

◎赤ちゃんのためのおはなし会

とき 4月2日・16日(木)午前10時30分～11時
内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

▼藤原図書館

◎おはなし会

とき 4月1日(水)午前10時30分～11時30分
4月25日(土)午後1時30分～2時30分
内容 絵本の読み聞かせや人形劇など

城山三郎と文学

麻生太郎首相は、福岡県の出身ですが、もう一人同県出身の首相がいます。それは、広田弘毅元首相です。戦争防止に努めたにもかかわらず、東京裁判で死刑を宣告されました。

城山三郎は、小説「落日燃ゆ」で、一切の自己弁護を行わず、従容として死についた広田元首相の生涯を、抑制した筆致で描いています。

また、「男子の本懐」では、第一次世界大戦後の慢性的な不況を脱するため、多くの困難を克服して、金解禁(金の輸出を自由にすること)を断行した、浜口雄幸元首相と井上準之助元蔵相の生きざまを描いています。性格も境遇も正反対の二人が、いかにして一つの政策に生命を賭けたか、人間の生きがいとは何かを

図書館コラム



本を楽しもう！

静かに問いかけました。城山は、愛知学芸大学で教鞭を執り、景気論などを担当していました。が、「輸出」で文学界新人賞、「総会屋錦城」で直木賞を受賞し、経済小説の開拓者となりました。そして、前述の「落日燃ゆ」では、吉川英治文学賞と毎日出版文化賞を、「もう、きみには頼まない―石坂泰三の世界」では、菊池寛賞を受賞しました。

そのほか、大河ドラマの原作になった「黄金の日々」や「勇者は語らず」、「官僚たちの夏」などさまざまな作品を執筆し、平成14年には、経済小説を確立した業績が認められ、朝日賞を受賞しました。経済小説という新しい分野を開拓した、城山三郎。亡くなって、もう二年になりますが、この機会に、城山文学を読んでみてはいかがでしょうか。