サポーターズ通信

サポーターズ通信はのんびりんこ利用者ママ・パパの協力で発行しています

62 号

令和 6 年
2 月発行

地域を知ろう！～中消防署見学～

年明けから能登半島での震災。横浜でも揺れを感じ、東日本大震災の記憶が一瞬にして蘇りました。
普段、何気なく歩いている自宅の周辺は災害時はどうなってしまうんだろう？避難場所はどこ？「もしも…」の時の備えはできているかな？と改めて確認をされた方もいるかと思います。
今回はボランティア記者の皆さんと『地域を知ろう』ということで「中消防署」に取材にいってきました。

消防車ってこんなに
たくさんあるんだね

消防車が停まっているガレージは普段はシャッターが下りています
見学も随時できるそうですよ！※消防車が全て出動している場合もあります

住宅火災の原因で多いものは？

住宅火災の多くの原因はキッチンコンロ・たばこ・ストーブ・電気機器(コンセントプラグからの発火)
日常的にコンセントやプラグにホコリがたまっていないかチェックできると良いですね

病院に連れて行くか救急車を呼ぼうか迷った時は？

急なけがや病気ですぐに救急車を呼んだ方がいいか、今すぐ病院に行った方がいいかなど、判断に迷った時は**「＃7119」**に電話してくださいね。

火災時の消防署への通報のタイミングは？ マンションでの火災時、避難はしごと非常階段のどちらを使えばいい？

火元に濡れた大きめの濡れたタオルをかぶせるなど初期消火をおこなってください
火が消えない場合はすぐに通報しましょう
煙の出ていない方の避難経路を確認し避難します
火災・救急・災害時などにどのように備えればよいか動画等でわかりやすく教えてくれます！**「よこはま防災 e-パーク」**を検索してみてくださいね

取材中も指令室から出動要請が入り救急車や消防車が出動していました

中消防署の皆さん
ありがとうございました

見学をしてみて ～ボランティア記者みなさんの感想～

中区の年間の火災件数やはしご車の仕組み、消防車の種類など多くのことを知ることができました。

はしご車の操縦席に乗せてもらったり、疑問に答えてもらい、消防隊員の方々の有難さを改めて感じました。

地元の消防士さんと会ってお話出来て、より身近に消防署を感じる事ができ、火事を起こさないようにより気をつけようと思いました！

消防車に乗ったり普段見られない物を間近で見たり子供も大人も楽しい貴重な体験になりました。

実物を目で見て、触れて体験できとてもいい機会をいただけました。子を通して母も学ぶとはこういうことなんだなと思いました。

編集後記

2 歳半になり走るのも早くなって毎日追いかけっこの日々…私も運動不足が解消されていいかも！と気持ちを切り替えてます☆ （ボランティア記者：Lovely train）

最近、急にトコトコ歩きだした 1 歳の娘！嬉しくてたまらないのか、ベビーカーも抜け出そうとするし、いろいろな物に興味津々でお出かけが大変になってきました。でもそんな姿を見られるのもいまだけ！成長の証だよね。そうプラスにとらえて日々過ごしています☆ (ボランティア記者：ゆいゆい)

ヘルスメイトからのお便り

マーブルマフィン

寒い日はまだ続きますが春の気配はそこまできてますよ。親子で楽しくお菓子作りをしてみませんか。
今回はホットケーキミックスを使用したマフィンを紹介します。
温かい飲み物とフワフワのマフィンで身も心も暖かくなりましょう。
“ハッピーバレンタイン♡”

【材料】5 個分　（1 個分　熱量 235kcal）
ホットケーキミックス…150ｇ
卵…1 個（室温に戻しておく）
砂糖…20ｇ
牛乳…70 cc（室温に戻しておく）
バター…60ｇ（電子レンジで溶かしておく）
ココア…大さじ 1/2
水…大さじ 1/2
マフィンカップ…5 個

【作り方】
① オーブンから天板を取り出し 180 度に温めておく
② ココアと水を混ぜておく
③ 牛乳に溶かしたバターを加えてよく混ぜる
④ ボウルに卵を割りほぐし砂糖を加え混ぜ、③を加えて混ぜる
　次にホットケーキミックスを加えてゴムベラで混ぜる
⑤ ②に④を大さじ 2 くらい入れてよく混ぜる
⑥ ④の生地に⑤をスプーンで所々おき、軽くひと混ぜする
⑦ ⑥をマフィンカップに入れて天板にのせ、予熱したオーブンで 20～23 分焼く

【美味しいマフィンができるポイント】
＊お菓子作りは分量を正確に測ることがとても大切です。ホットケーキミックスを使うとお手軽にできます。
＊ココアを使わないで作ると基本のプレーンマフィンができます。
＊お好みで最後に粉砂糖をかけたり、アーモンドスライスや製菓用のチョコチップを生地の表面に散らして焼くのもおすすめです。

絵本のある窓辺 「いちご」「はなをくんくん」「はるがきた」

立春を迎え、少しづつ春へと変わる季節となりました。冬から春にかけていちごが育っていく様子を描いた『いちご』は、いちごとのやり取りが楽しく、瑞々しいいちごの絵からは甘い香りがしてきそうです。『はなをくんくん』では、冬眠から目を覚ました動物たちが、鼻をくんくんさせながら駆けていき、みんなで春の訪れを喜びます。白黒の絵の中で、春を知らせる花 1 輪だけが黄色で描かれているのも印象的です。春らしい色遣いが美しい『はるがきた』では、春を待ちわびる人々の姿からワクワクする気持ちが伝わります。ぜひ、春を待ちながら親子で絵本をお楽しみください。

(中図書館　有川さんより寄稿)

ルース・クラウス 文
マーク・シーモント 絵
きじまはじめ 訳
福音館書店

平山和子 作
福音館書店

ジーン・ジオン 作
マーガレット・ブロイ・グレアム 絵
こみやゆう 訳
福音館書店

子育ての疑問 Q&A

☆横浜市立みなと赤十字病院
小児科医師　藤井さんが教えてくれました

Q： 子どものスキンケアについて教えてください。入浴時、体の汚れをしっかりと落としたいのですが、大人と同じ石鹸やボディーソープをスポンジにつけて洗っても良いのでしょうか。また入浴後にクリームで保湿をしているのですが、乾燥しやすい時期はもう少しこまめに保湿した方が良いのでしょうか。

A： 使うのは、子供用の低刺激、弱酸性、無香料、無着色でなるべく防腐剤などが入っていないものが良いでしょう。そして、よく泡立てて、ブラシやスポンジなどは使わず、手のひらで優しく、こすらずに洗います。その後は、洗浄成分が残らないようにたっぷりの水できれいに流しましょう。その際に、シャワーの水圧が強すぎたり、温度が高すぎるとお肌のバリア機能を低下させることもあるので注意しましょう。きれいに流した後は、タオルで優しく、肌におしあてるようにして水気を拭き取りましょう。保湿は、入浴後 20 分以内に行うと良いでしょう。肌に優しく撫でるように、そしてむらなく、均一になるように塗りましょう。塗る量の目安としては「塗った部分にティッシュが張り付いて落ちない程度」です。皮膚からの水分の蒸発を減らすことは皮膚のバリア機能アップにつながりますので、乾燥が気になる場合は 1 日 2 回以上、こまめに保湿した方が良いでしょう。

お知らせ～2024 年 4 月から地域子育て支援拠点の利用方法が変わります～

2024 年 4 月より拠点利用の際は地域子育て支援拠点サイトへの登録が必要となります。3 月移行順次、事前登録のご案内をさせていただきます。詳細は後日お知らせいたします。ご協力お願いいたします。