

みんなで子育て No.8

バックナンバーは
こちらから▶



環境エネルギー生活部 県民生活課

家庭教育推進専門職 : 辻

Tel 058-272-8206



11月15日は「七五三」ですね。皆さんご存じのとおり、子どもが無事にその年齢を迎えられたことへの感謝と、今後の健やかな成長を祈念し、氏神様に参拝する風習です。その起源は、平安時代に貴族の間で行われていた儀式にあり、江戸時代に武家や裕福な商人の間でも行われるようになり、やがて庶民にも広がりしました。

七五三といえば千歳飴がつきものですが、その由来は江戸時代にさかのぼり、当時の浮世絵に千歳飴を持つ子どもの姿が描かれています。千歳飴は、米と麦芽から作られる細長い棒状の飴で、砂糖がとても貴重品であったこの時代、甘い千歳飴は七五三のお祝い菓子として大変人気がありました。名前にある「千歳」という言葉には、「長い年月」や「千年」という意味があり、この飴を食べると千歳まで生きられると言われました。また、その形状には「細く長く、粘り強く生きてほしい」という願いが込められています。子どもの長寿や健康、幸せを願う行事が、何世紀にも渡り、大切に受け継がれてきたということですね。

各務原市立那加第二小学校

「アレルギー」

9月4日(木)

講師 : 寺本こどもクリニック院長 寺本 貴英 氏



アレルギー疾患が増加した理由

- (1) 食生活の変化
- (2) 大気汚染
- (3) 住環境の変化
- (4) ストレスの増大
- (5) アレルゲンの増加 (スギやダニの増加)

令和6年度の応援通信No.11に、アレルギー情報を掲載していますので、こちらをご覧ください！

保護者の声

- ・うちの子は、アレルギーをもっているのですが、このようにアレルギーを学ぶ機会をつくっていただき、お友だちも理解を深めてくれて、とてもありがたいです。
- ・夫は、体調が悪いときや腸が弱っている時に、蕁麻疹が出るのですが、その理由、メカニズムが、今日の先生のお話から分かったのが良かったです。
- ・私たち夫婦はネコアレルギーなのですが、子どももネコアレルギーで、アレルギーは遺伝するというお話があり、納得できました。
- ・「ハンノキ」が、各務原市に果物のアレルギー疾患の人が多く要因という話があり驚きました。うちの子も少し心配なところがあるので、検査してもらいに病院へ連れていきたいと思っています。

※「ハンノキ」：「かばのきの科」の落葉高木で全国に分布しています。

5年生の児童と一緒に保護者も「アレルギー」について学ぶ機会を設けられました。アレルギー専門医・指導医の寺本氏が講師を務められ、「免疫」「アレルギー」「食物アレルギー」の3点について、お話がありました。

免疫には「自然免疫」と「獲得免疫」があるそうです。前者は、体内に侵入してきた異物や病原体（抗原）に素早く対応する生まれつきもっている防御システムであり、後者は、抗原に対応する抗体というものをつくり、同じ病原体の再侵入があった際、迅速かつ強力に攻撃するシステムだそうです。「ワクチン」は、このからだのはたらきを上手く利用したものということを教えていただきました。

この免疫システムが、環境や生活習慣の変化により異常を起こし、過剰に反応してしまうのがアレルギーだそうです。また、腸管内には、アレルギー反応を引き起こす肥満細胞が多く存在しており、特定の食べ物に対して反応してしまうのが、食物アレルギーだということです。乳幼児期の3大食物アレルギーは「卵」「牛乳」「小麦」ですが、近年は「フルーツ」「ナッツ類」が増えているそうです。年齢とともに、腸管のバリアーと消化酵素が成熟してくるため、乳幼児期の食物アレルギーは落ち着きをみせるのだそうです。

最後に、給食の牛乳パックを潰すときには、牛乳の雫が友だちの給食の中に入らないよう注意するようにとお話がありました。正しい知識の習得の必要性を考えさせられるお話でした。

巴産業株式会社 企業内家庭研修 「安全・安心な生活を過ごすために心がけたいこと！」 9月5日（金）

講師： 県民生活課 家庭教育推進専門職

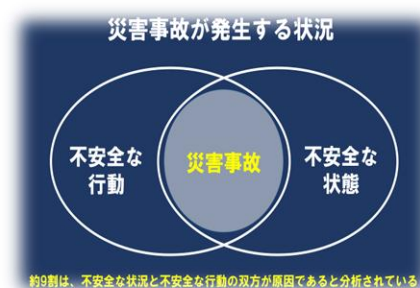
巴産業では、毎月「安全研修」を行っています。

今回は、研修時間の一部を使って、生活安全全般について理解を深めました。

はじめに、交通事故の状況について説明を聞き、小さな子どもの姿を見たら、「飛び出し」を想定して注視することが必要であることが確認されました。子どもは、大人に比べ、視野が狭く車を認識できていないことが多いこと。また、速さと距離の関係を的確に捉えることができず、飛び出すことがあることなど、子どもの特性を知ることの重要性について学びました。

災害や事故は、「不安全な状態」と「人間の不安全な行動」が重なった時に起きていることや、睡眠不足やストレス等が原因で認知機能が低下し、集中力・記憶力・思考力が落ちることで、過去の大きな事故が起きているということ学びました。

会の最後に、不安全な行動を厳に慎むことが、安全・安心な生活のために、最も重要であることが確認されました。



岐阜市立岩小学校 「親子で楽しむ 本と手遊び」 9月13日（土）

講師： おはなしパフォーマー かりんとう（芸名）さん （加藤 理香 氏）

岩小学校では、公民館講座とのコラボ企画として家庭教育学級を開催しました。「今年で3回目の講座ですが、毎回、内容が変わっており、大人も楽しめるように工夫されています。」と、公民館主事さんがおっしゃっていました。

この日は、「リズム遊び」「江戸時代に流行った早口言葉」「2本のスプーンを使っの楽器遊び」「もし、●●に顔があったなら、どんな顔！（下図）」「ペットボトルから音を出すには？」など、かりんとうさんのパワフルな話術とパフォーマンスに合わせ、声を出したり、手をたたいたりしながら親子で楽しい時間を過ごしました。

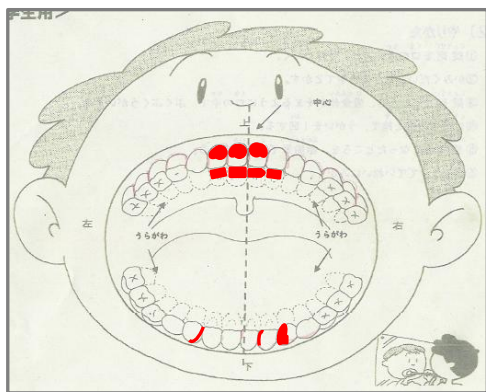
講座の後には、講座の中で使用した新聞紙折り紙パフォーマンスのやり方とペットボトル笛の作り方を教えていただく時間が設けられ、ものづくりにも挑戦し、お土産として、家に持ち帰りました。

※ 岐阜市の公民館は小学校と隣接した場所にあるため、休日開催の家庭教育学級は、公民館で行われることが多いです。



参加者の声

- ・早口言葉がむずかしかったです。ペットボトル笛は、音がちゃんと鳴ってうれしかったです。（子）
- ・早口言葉は、大人も真剣になってしまいました。子どもははじめ消極的だったのですが、どんどん引き込まれていった感じで、途中からは自分から進んで活動していました。
- ・ペットボトル笛が鳴らずにあせりました。お話の時に使われた新聞紙を折って作ったヨットが最後にTシャツの形になったのには感動しました。アレンジされた早口言葉もおもしろかったです。
- ・とても楽しかったです。思いのほか、早口言葉が言えなくて… 工作は好きで、テレビやYouTubeを見て親子でいろいろなものに挑戦しているのですが、今日は子どもが楽しめそうものを教えていただいたので、家でもやってみようと思います。
- ・身近なものを使っの楽しいことを考えられて、かりんとうさんは凄いです。家でも新聞紙を使っいろいろなものを作ったりしますが、ペットボトル笛は、簡単にできて新鮮でした。



<おうちの人から一言>

- ・思ったよりも赤くなってびっくりしたね。気をつけて磨かなければならないところがわかったから、一緒に気をつけていこうね。
- ・歯の裏は磨きにくいようでしたが、歯ブラシの持ち方や角度を一緒に考えながら正しいブラッシングできていました。
- ・いつもテレビを見ながら歯磨きしているの、磨いているようできちんとできていなかったのかなと思います。
- ・仕上げみがきをもっとしっかりしてあげないといけないなあと思いました。

笠松小学校では、PTAと協力して夏休み期間に、歯の健康維持・増進を目的した取組、「5日間 はみがきチャレンジ（在宅型の取組）」を実施しました。

- ① 1日目 親子で染め出し錠を実施。（左図に記録）
磨き残しの状態を知り、歯磨きの目標を立てる。
- ② 2～5日目 親子で決めた歯磨きの目標を意識して、
1日3回歯磨きを行う。

※保護者も子どもと同様に、染め出し錠を実施し、図に記録します。

2. 2日目～5日目 : 「はみがきの目標」を意識して1日3回歯を磨こう！

	2日目 8月21日	3日目 8月22日	4日目 8月23日	5日目 8月24日	5日間 5日間
【目標】 歯の一本一本を意識して、 特に裏側をていねいにみがく。					よくがんばりました！
「はみがきの目標」 を意識し みがけたか	◎	◎	△	◎	これから歯みがきで ぴかぴかな歯を 目指しましょう！
1日3回 みがけたか	◎	◎	◎	◎	

「5日間 はみがきチャレンジ！」をふりかえって感想を書きましょう。

お母さんに、歯ぶらしの持ち方と動かし方などをおしえてもらったので、つぎから気をつけてみがきたいです。

おうちの人からひとこと

ふだんはあまり意識してみがけていないので、この機会にもう一度みがき方を教えることができて良かったです。これからも1本1本を意識してがんばってほしいです。

穂積北中学校PTAでは、生徒自身が自分のお弁当をつくり持参する「お弁当の日」の取組みを行っていましたが、新型コロナウイルス感染症の流行により、自宅で料理をつくり、報告書を提出する「私が作るお家ごはん（在宅型の取組）」に形を替え、継続した取組みとして実施しています。

皆さんには夏休みを利用して、「私が作るお家ごはん」にチャレンジしていただきたいと思います。朝ごはん、昼ごはん、夜ごはん、どの時間帯のごはんでも構いません。一食でなくて、一品でも構いません。ご家族からアドバイスをもらいながら、是非楽しんでください。

★活動のルール 「自分の力で作る」（失敗を恐れない 安全に取り組む）

（PTAより、生徒に向けて出された案内文書より 抜粋）



とてもおいしくできました。思ったより時間がかかりましたが、家族が楽しみに待ってくれていたのうれしかったです。小食の妹が「おかわり」というぐらい大好評でうれしかったです。（1年生）

家族が多いため、みんなの分をつくるのが大変でした。こんなに大変なのに、いつも家族のために食事を作ってくれるお母さんに、感謝しかありません。（1年生）



とても難しかったし、大変だったけどお母さんに教えてもらいながらできたのでよかったです。最後まであきらめずにできたことはよかったし、完成した時はうれしかった。（2年生）

家族に食べてもらうときに、「作ってくれてありがとう」「おいしい！」と言ってもらえたことがうれしかった。「また、作ろう」と思えた。親の手伝いをもっとやろうと思いました。（2年生）

