

# めなめ



私たちが生きていくために欠かせない「食」。ところが、朝食を食べないといった「欠食」や子どもが一人で食事をする「孤食」、栄養のバランスが取れない「偏食」など、食生活を取り巻く問題も少なくありません。このため国や市町村などでは、食育基本法に基づき食育を推進するさまざまな取り組みが行われています。食育を進めるためにはどのようなことをすればよいか、みなさんも考えてみませんか。

●編集 南区市民部総務企画課広聴係  
〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目 ☎582-2400 内線224～226  
南区のホームページ  
<http://www.city.sapporo.jp/minami/>

<南区の人口・世帯数>  
人口 / 146,179 (-129) 人  
世帯数 / 63,555 (+4) 世帯  
( )内は前月比  
※平成23年(2011年)6月1日現在



# 食育ってなあに？

ごはんを食べる、料理をするなどの食生活を通じて、「食」に関する正しい知識を身に付け、健全な食生活ができる人を育てることを「食育」といいます。

生活習慣病予防などのために、大人にとっても食育は大切ですが、食習慣がつくられていく子どもの頃からの食育がとりわけ重要です。

からだや心の健康のために食育は大切なね。



## 家庭でできる食育

健全な子どもの成長を目指す食育。みなさんも実践してみませんか？

### 朝食を食べましょう

朝食を食べると、寝ている間に低下した体温が上がり、大人も子どもも1日の活動をスムーズに始めることにつながります。



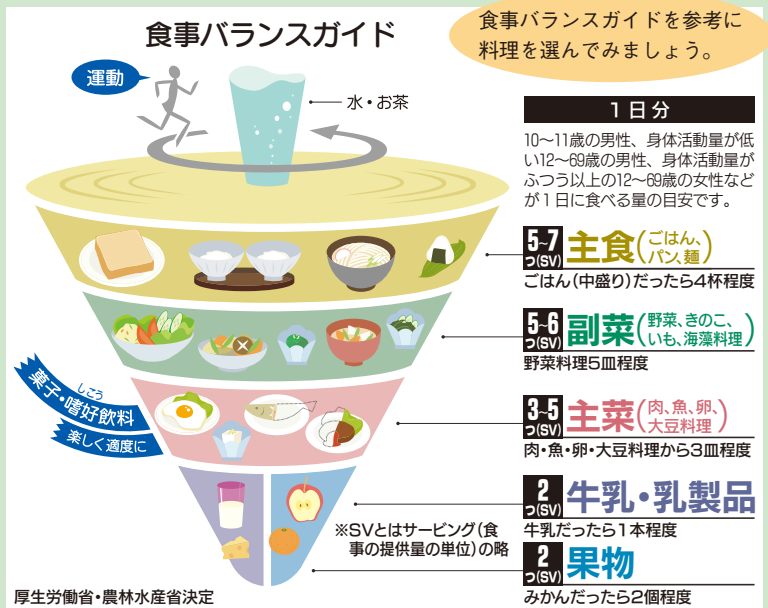
### 家族そろってごはんを食べましょう

楽しい食事で家族のコミュニケーションが深まり、あいさつや食事のマナー、協調性が自然と身に付きます。



### 食べ物を選ぶ力を育てましょう

主食、主菜、副菜をバランスよく選ぶことを身に付け、できるだけ偏らない食事をしましょう。



### 親子で料理をしましょう

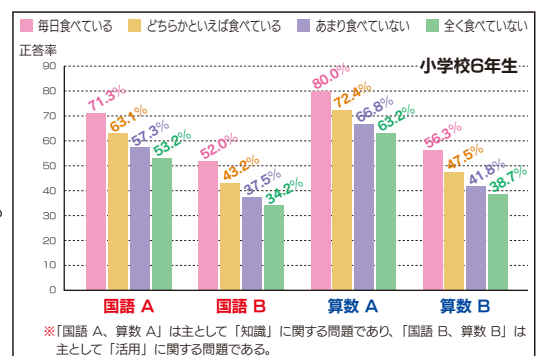
お子さんが料理を手伝うことで、作り方を覚えることができます。また、食べ物の大切さや感謝の気持ちが育まれます。



## 気になるデータ 朝食を食べる子どもと食べない子どもの違いは？

朝食を食べると、寝ている間に消費されたエネルギーが補充されることで脳が活性化し、集中力や記憶力が高まるといわれています。

文部科学省「平成21年度全国学力・学習状況調査」によると、朝食を食べる児童の方が、食べない児童よりも比較的成績がよく、また他の調査では、朝食を食べる児童の方が、食べない児童よりも比較的体力テストの点数が高かったという結果が出ています。



文部科学省「平成21年度全国学力・学習状況調査」より



# 親子で挑戦！おすすめ簡単レシピ

(レシピ提供：南区食生活改善推進員協議会(略称：食改))

## ●南区食改巻き ～豚肉の野菜チーズロール～



豚肉は疲労回復効果があるといわれるビタミンB<sub>6</sub>が豊富です。お弁当のおかずにもぴったりで、アスパラガス、えのきたけなどお好みの物を巻いてアレンジできます。

### 材 料

(4人分)

調理時間 約25分  
エネルギー 290キロカロリー(1人分)

- |          |           |      |      |
|----------|-----------|------|------|
| 豚肉(薄切)   | 300g(12枚) | A    |      |
| 塩・こしょう   | 少々        | 酒    | 大さじ1 |
| にんじん     | 1/4本(40g) | しょうゆ | 大さじ2 |
| いんげん     | 6本        | みりん  | 大さじ3 |
| チーズ      | 40g       |      |      |
| サラダ油     | 大さじ1      |      |      |
| 付け合わせの野菜 | 適量        |      |      |

### 作り方

- ①にんじんはスティック状に切ってゆでる。いんげんはゆでて肉の幅に合わせて切る。チーズもスティック状に切る。
- ②豚肉を広げ、軽く塩・こしょうをし、①のをせて巻く。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、②の巻き終わった部分を下にして並べ、時折転がしながら焼く。肉に焼き色が付いたらAを入れて、からめる。

### 材 料

調理時間 約10分  
エネルギー 295キロカロリー(1食分)

(約10食分)

- |         |          |      |      |
|---------|----------|------|------|
| 小松菜     | 1束(200g) | いりごま | 大さじ4 |
| ちりめんじゃこ | 60g      | しょうゆ | 大さじ1 |
|         |          | サラダ油 | 大さじ1 |

### 作り方

- 【小松菜とじゃこのふりかけ】
- ①小松菜は細かく切る。
  - ②フライパンにサラダ油を熱し、小松菜を炒め、ちりめんじゃこを加える。
  - ③しょうゆを入れ、汁気がなくなるまで炒め、いりごまを加える。
- 【小松菜とじゃこの混ぜごはん】
- 1食分のごはん(150g)に上記ふりかけの1/10の量(約20g)を混ぜる。

## ●小松菜とじゃこの混ぜごはん



小松菜には不足しがちな鉄分やカルシウムが豊富に含まれています。南区でも多く生産されています。

# 保健センターも「食育」に取り組んでいます

## 食育講座、講習会

南保健センターでは、調理実習などの体験を通じて食についての知識を広め、各家庭での食生活に役立つように、食育に関する講座を行っています(参加者募集の案内を次ページに掲載しています)。このほか、離乳期講習会、乳幼児健診などでも食育に関する啓発を行っています。



## 南区食育ネットワーク会

子どもたちが健やかで豊かな食生活を送ることができるよう、南区内の学校、農協、ボランティアなど関係機関が連携して食育に取り組んでいます。

### ネットワーク会が進める食育の目標

- 1 しっかりおなかがすくように「早寝、早起き、朝ごはん」
- 2 子どもの「食」は食体験から
- 3 地域で伝え合う「食」の大切さ

この特集についてのお問い合わせは  
健康・子ども課 健やか推進係 ☎581-5211

南区関連の主な施設	
南区役所	☎582-2400 〒005-8612 真駒内幸町2丁目
南区土木センター	☎581-3811 〒005-0031 南31条西8丁目
南保健センター	☎581-5211 〒005-0014 真駒内幸町1丁目
定山溪まちづくりセンター	☎598-2191 〒061-2302 定山溪温泉東3丁目
真駒内まちづくりセンター	☎581-3025 〒005-0014 真駒内幸町2丁目
石山まちづくりセンター	☎591-8734 〒005-0842 石山2条2丁目
簾舞まちづくりセンター	☎596-2059 〒061-2263 簾舞3条6丁目
藤野まちづくりセンター	☎591-7041 〒061-2282 藤野2条7丁目
藻岩まちづくりセンター	☎571-6121 〒005-0808 川沿8条2丁目
藻岩下まちづくりセンター	☎581-2001 〒005-0034 南34条西9丁目
澄川まちづくりセンター	☎821-8585 〒005-0003 澄川3条2丁目
芸術の森地区まちづくりセンター	☎592-7009 〒005-0850 石山東7丁目
南清掃事務所	☎583-8613 〒005-0861 真駒内602番地30
南消防署	☎581-2100 〒005-0014 真駒内幸町1丁目
澄川図書館	☎822-3730 〒005-0004 澄川4条4丁目
南区民センター	☎584-2100 〒005-0014 真駒内幸町2丁目
藤野地区センター	☎592-2002 〒061-2282 藤野2条7丁目
もいわ地区センター	☎572-5733 〒005-0808 川沿8条2丁目
すみかわ地区センター	☎818-3035 〒005-0004 澄川4条4丁目
南部市税事務所	市税証明・口座振替 ☎824-3912 納税相談 ☎824-3913 個人の市・道民税 ☎824-3914 固定資産税(土地) ☎824-3917 固定資産税(家屋) ☎824-3918 〒062-8641 豊平区平岸5条8丁目

南区役所

☎(582)2400

国民健康保険料の  
夜間・休日納付相談

**夜間相談** 7月14日(木)、21日(木)、26日(火)～29日(金)、8月4日(日)。午後7時30分まで。  
**休日相談** 7月30日(土)、31日(日)。午前9時～午後3時。  
**場所** 南区役所2階5番窓口。  
※区役所北側の通用口からお入りください。

**詳細** 保険年金課収納係 内線441・442・448・451

**夏だ！みなみくんまつり**  
子育て家庭と地域の皆さんで、楽しい遊びを通して交流を深めましょう。  
**内容** 水遊び、ゲームコーナー、赤ちゃんコーナーなど。  
**日時** 8月4日(木)午前10時～

11時30分。  
**会場** 真駒内公園(五輪通沿い南側)。雨天時は真駒内曙中学校(真駒内曙町2丁目)。

**費用** 無料。  
**持ち物** 飲み物、水遊びの着替え。  
**参加方法** 自由参加。当日直接会場へ。  
※就学前のお子さんは保護者同伴。

**詳細** 健康・子ども課子育て支援係 ☎(588)5411



子育て講座  
「おしゃべり広場」

子育てに限らず、楽しくおしゃべりしませんか(全2回)。  
**日時** 7月26日(火)、27日(水)。午前10時～11時30分。

**会場** 南保健センター。  
**対象** 0歳～就学前のお子さんの保護者(託児あり)。

**定員** 10人。  
**費用** 無料。  
**申込方法** 7月11日(月)から電話で左記へ(先着順)。  
※多くの方に参加していただくため、今年度未受講の方に限ります。

**申込・詳細** 健康・子ども課子育て支援係 ☎(588)5411

親子DE産産食材を  
学ぼう(野菜編)

南区内の野菜生産者の講話と調理実習。  
**日時** 8月2日(火)午前10時～午後1時。  
**会場** 南区民センター。

**対象** 小学3～6年生の児童とその保護者。  
**定員・費用** 15組。無料。  
**持ち物** エプロン、三角巾、

子どもの上履き、筆記用具。  
**申込方法** 7月11日(月)から電話で左記へ(先着順)。

**申込・詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211

**健康講話**  
**演題** 「思春期のこころと体」  
産婦人科医の立場から。  
**日時** 7月14日(木)午前10時～11時30分。  
**会場** 南区民センター。

**講師** 五輪橋産科婦人科小児科病院 名誉理事長 丸山淳士。  
**費用** 無料。  
**申込方法** 当日、直接会場へ。

**詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211

夏休み親子料理教室

南保健センター管理栄養士の講話や南区食生活改善推進員による調理実習と試食交流。

**日時** 7月26日(火)、29日(金)。午前10時～午後1時。  
※いずれかの希望日を選択。  
**会場** 南区民センター。  
**対象** 小学生と保護者。  
**定員** 各15組。  
**費用** 子ども200円、保護者300円。  
**持ち物** エプロン、三角巾、子どもの上履き、筆記用具。  
**申込方法** 7月11日(月)から電話で左記へ(先着順)。



胃がん・大腸がん検診

**検診日** 7月22日(金)。  
**受付** 午前8時45分～10時。  
**会場** 南保健センター。  
**対象** 40歳以上で、職場などで受診していない方。

**費用** 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療被保険者の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。  
**申込方法** 事前に左記へ予約(電話可)。  
**申込・詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211



■住民集団健康診査

【詳細】健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

種類	内容	対象	費用
特定健康診査	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査、貧血検査※、心電図検査※、眼底検査※ ※の検査は、医師が必要と認める場合に実施します。	札幌市国民健康保険に加入されている方で、今年度40歳になる方から75歳未満の方	受診券に記載の金額 ※生活保護世帯、支援給付世帯は無料。ただし、証明書が必要。
後期高齢者健康診査	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査	札幌市民で後期高齢者医療制度に加入されている方	
※受診するには、「受診券」と「被保険者証」が必要です。 (札幌市国民健康保険以外の方は、加入されている健康保険へお問い合わせください。)			
肺がん検診	胸部X線検査	札幌市民で職場などで受診する機会のない40歳以上の方	無料 ※喀痰検査は400円。
緊急肝炎ウイルス検査	B型・C型ウイルス検査	札幌市民で過去に検査を受けていない方(年齢制限無し)	無料 (平成24年3月31日まで)
※特定健康診査、後期高齢者健康診査では、胸部X線検査を実施していませんが、集団健診で胸部X線検査のみの受診も可能です。			

<日程・会場> ※当日、直接会場へ(できるだけ空腹の状態でお越しください)。

日程	受付時間	実施会場
8月5日(金)	午前9時30分～11時	すみかわ地区センター(澄川4条4丁目4-40)
	午後1時30分～2時30分	北の沢小学校(北ノ沢1727番地5)

■両親教室

初めて出産を迎えるご夫婦を対象に、沐浴人形を使った育児実習や妊婦擬似体験などを行います。

**日時** 8月19日(金)午後6時30分～8時35分(受け付けは午後6時から)。  
**会場** 南保健センター。  
**対象** 10月から来年1月までの間に、初めて出産を迎える予定のご夫婦。  
**定員** 40組。  
**費用** 無料。

**申込方法** 7月25日(月)から電話で左記へ(先着順)。  
**申込・詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211

■更年期に負けない! 「幸せカラダ塾」

気になる更年期のトラブルとうまく付き合う方法を学びましょう(全3回)。  
**①骨密度測定・栄養講話・フエイストレッチ**  
**日時** 8月23日(火)午後1時30分～3時30分。  
**会場** 南保健センター。

**②講話** 「教えて丸山先生! 更年期を乗り切るために」。  
**日時** 8月26日(金)午後1時30分～3時。  
**会場** 南保健センター。

**③筋力トレーニング・ウオーキング実技**  
**日時** 8月30日(火)午後1時30分～3時30分。  
**会場** 南区民センター。  
**対象** 区内にお住まいで、運動制限のない40～50代の女性。

**申込方法** 7月11日(月)から左記へ(電話可・先着順)。  
※②のみ受講も可。この場合、申込不要。

**申込・詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211  
**食中毒予防パネル展**  
正しい知識を身に付けて食中毒を防ぎましょう。  
**日時** 7月30日(土)～8月4日(木)。午前9時～午後9時。  
※4日は午後5時まで。

千260円。  
**申込方法** 7月25日(月)までに、講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号(ファックスの方はファックス番号)を明記し、はがきかファックスで左記へ。直接生涯学習センターへ来館も可。

**申込先** 〒063-0851西区宮の沢1条1丁目 生涯学習センター1ファックス(671)2334

生涯学習センター

☎(671)2311

■ご近所先生企画講座

**講座名** 「イタリア語超入門」旅行で使えるイタリア語」。  
**開講日** 9月22日(木)、29日(木)、10月6日(木)、13日(木)、20日(木)(全5回)。

**時間** 午前10時～正午。  
**会場** 南区民センター。  
**対象** 15歳以上の方(中学・高校生を除く)。  
**定員** 20人(多数時抽選)。  
**費用** 受講料3千円。教材費

■「簡単おいしい朝ごはんアイデアレシピ」募集!

誰もが思わず「食べたい!」「作ってみたい!」となるような簡単でおいしく作れる朝ごはんのレシピを募集します。

**対象** 区内にお住まい、または通勤・通学している方。  
**募集期間** 7月11日(月)～8月19日(金)(必着)。  
**応募方法** 南保健センターなどで配布する応募用紙に記入の上、完成写真を添えて、郵送または直接下記へ提出してください。  
※優秀作品に選ばれた方には農産物の詰め合わせを差し上げます。



**応募先・詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211



澄川図書館

☎(822)3730

行事のお知らせ

▽子ども映画会

・7月16日(土)午後2時30分。  
『こぎつねのおくりもの』。

▽おはなしの会

・7月16日(土)午後1時50分。  
『おほしさまのおはなし』。

・7月23日(土)午前10時30分。  
『わらべうた・おはなしの会』。

※学生による読み聞かせほか。  
・7月14日(木)午後1時。  
『ニューメンソーマン』。

藤野地区センター

☎(592)2002

▽子ども一日司書体験

日時 8月6日(土)、20日(土)。  
午前9時～11時。

※いずれかの希望日を選択。  
会場 藤野地区センター。

対象 小学3～6年生。  
定員 各5人。

費用 無料。

申込方法 7月12日(火)午前9時から電話または直接図書室へ(先着順)。

▽図書室行事のお知らせ

▽おはなしの会

・7月23日(土)午前11時。

▽夏のおたのしみ会  
・7月30日(土)午前11時。

もいわ地区センター

☎(572)5733

▽子ども映画会

『日本の昔ばなし』

日時 7月23日(土)午前10時30分～11時30分。

会場 もいわ地区センター。

定員 50人。

費用 無料。

申込方法 当日直接会場へ。

※小学校低学年以下のお子さんは保護者同伴。



南区民センター

☎(584)2100

▽図書室行事のお知らせ

▽楽しいおはなしの会

日時 7月25日(月)。午前の部は午前10時30分～11時、午後の部は午後3時30分～4時。

会場 南区民センター。

対象 幼児から小学生程度。

※小学生未満は保護者同伴。

託児はありません。

申込方法 当日直接会場へ。

■藤野地区センター図書室休室のお知らせ 蔵書一斉点検のため、7月14日(木)～20日(水)は休室します。

■児童会館だより

幼児は保護者と一緒に参加してください。体育室で行う行事には上靴が必要です。

会館名	行事名	日時	対象	備考	連絡先
澄川	つくっちゃOh! 牛乳パックはがき作り	7月29日(金) 午後1時～3時	小1以上	定員20人(先着順) 7月19日(火)から申し込み受け付け	澄川4条6丁目 ☎831-5150
真駒内	まこじシアター	7月25日(月) 午後2時～4時	幼児以上	自由参加	真駒内本町3丁目 ☎584-3336
真駒内五輪	マリンまつり	7月23日(土) 午後1時～3時	幼児以上	定員140人。申し込み受け付け中 参加費300円	真駒内泉町3丁目 ☎581-1823
藻岩	ぐりとぐらのおくりもの ～読み聞かせ～	7月14日(木) 午後3時30分～4時	幼児以上	自由参加	川沿8条2丁目 ☎571-8616
南の沢	サタデーナイトZOO 夜の動物園へ行こう	7月23日(土) 午後4時～9時	小1～6	定員40人(先着順)。7月19日(火)午後3時30分 から申し込み受け付け。参加費700円 ※引率ボランティア若干名募集中	南沢4条2丁目 ☎571-2909
石山	子育てサロンスペシャル ～お店屋さんごっこ～	7月28日(木) 午前10時30分～11時30分	幼児と その保護者	自由参加。小学生が作ったお店でお買い物や ゲームをします	石山2条4丁目 ☎591-7730
常盤	ホッとタイム	7月19日(火) 午後3時45分～4時30分	小1以上	自由参加。地域の読み語りボランティアと職員 による楽しい遊びとお話の会	常盤2条2丁目 ☎592-6091
藤野	おはなし広場	7月12日(火) 午後3時30分～4時	幼児以上	自由参加	藤野2条8丁目 ☎592-1532
みすまい	カルチャーナイト ～ミ★スマイル夜店～	7月15日(金) 午後7時～8時	幼児以上	定員100人。7月13日(水)まで申し込み受け付け 中。参加費200円。中学生以下は保護者同伴	簾舞3条6丁目 ☎596-3911

※各児童会館では、中学・高校生の皆さんのために夜間利用(開館時間の延長)を実施しています。詳細は各会館へ。

広告

市民まちづくり局区政課  
☎(21)2252

■島松射撃場訓練の  
お知らせ

内容 航空自衛隊による訓練が行われます。

期間 7月25日(月)～8月3日(水) (土・日曜日を除く)。

時間 午前8時～午後5時。

詳細 航空自衛隊第2航空団

基地対策室 ☎0123(23)3101 内線2214

南老人福祉センター  
☎(591)3100

■はつらつ健康まつり

カラダが元気になる健美操の体験教室や介護者教室、健康相談の他に、健康チェック(骨密度や血管年齢などの測定)もあります。

日時 7月20日(水)午前10時～午後3時(健康チェックは午後0時30分から)。

会場 札幌市社会福祉総合センター(中央区大通西19丁目1番1号)。

費用 無料。

申込方法 当日直接会場へ。

※健康チェックは、各種先着30人(60歳以上の方優先)となります。

■講座のご案内

南区民センター (☎584-2100)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込日
手打ちそば講座	15歳以上(中学・高校生を除く)	20人	7月30日(土)	午前10時～午後0時30分	受講料1,000円 材料費1,000円	7月11日(月)、12日(火) 午前9時～午後5時
<b>申込方法</b> 電話で南区民センターへ。定員を超えた場合は、13日(水)午前10時から公開抽選。結果は、当選者・補欠者のみに電話連絡します。定員に満たない場合は、開講日の4日前まで受け付けます。						

藤野地区センター (☎592-2002)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込日
こどもいけばな～伝統文化をたいせつに～(全2回)	小・中学生	20人	7月23日(土)、29日(金)	午後1時～3時	受講料 無料 材料費1,400円	7月11日(月) 午前9時から
<b>申込方法</b> 電話または直接藤野地区センターへ(先着順)。受講者が少ない場合は中止することがあります。講師や会場の都合により、受講日などを変更する場合があります。						

もいわ地区センター (☎572-5733)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料	申込日
手作りの布ぞうり(全3回)	15歳以上	5人	7月22日(金)、29日(金)、 8月5日(金)	午前9時30分～11時30分	2,500円	7月11日(月) 午前9時から
大正琴に親しみを(全2回)	小学生	20人	8月1日(月)、8日(月)	午後1時30分～3時	300円	
<b>申込方法</b> 電話または直接もいわ地区センターへ(先着順)。 ※「手作りの布ぞうり」の材料・工具などは地区センターで用意。 ※「大正琴に親しみを」は、小学生以上の方とのペア参加も可。ペアの場合は、受講料500円。大正琴は地区センターで用意。						

すみかわ地区センター (☎818-3035)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込日
パソコンワード応用(全6回)	15歳以上(中学・高校生を除く)	20人	8月22日～9月7日の 毎週月・水曜日	午後6時30分～8時30分	受講料4,200円 教材費1,450円	7月25日(月)～8月1日(月) 午前9時～午後7時
子どもの救急法とベビーマッサージ(全4回)	3カ月～1歳未満の乳児とその保護者	20組	8月29日(月)、9月1日(水)、 15日(木)、29日(木)	午前10時30分～11時30分	受講料1,400円	8月1日(月)～10日(水) 午前9時～午後7時
<b>申込方法</b> 電話または直接すみかわ地区センターへ(先着順)。定員に満たない講座は引き続き受け付けます。受講者が少ない講座は中止することがあります。 ※「パソコンワード応用」は、ワードを使ったことがある方が対象。パソコンはウィンドウズ7およびワード2010が設定されたものを使用します。パソコンの持ち込みはできません。						

広告





# ふれあい写真館

5月18日

## 緑苑大学開講式



南区民センターで、第38期生の南区緑苑大学開講式が行われました。平均年齢71.3歳の学生50人は約半年の間、仲間たちと共に楽しく充実した学生生活を送っていきます。

5月24日

## レディースバドミントン大会



南区体育館で「第29回南区レディースバドミントン大会」が行われました。参加者は真剣な表情で試合に挑み、機敏な動きでラリーの応酬を行うなどの白熱したプレーで、心地よい汗を流していました。

5月25日

## 桜山に桜の苗木を植樹



真駒内保健保安林（通称：桜山）で、真駒内地区連合会と真駒内南小学校が、共同で桜の苗木を植樹しました。児童たちは「きれいに咲くといいな！」と、土をかけるなどの作業を一生懸命にしていました。

5月30日

## 放火防止街頭啓発キャンペーン



地下鉄澄川駅と真駒内駅周辺で、澄川少年消防クラブや各地区連合会などが、放火やポイ捨ての防止を呼び掛けました。地下鉄利用者や道行く市民に声をかけながら、啓発品やチラシを渡しました。

5月30日

## ごみゼロ大作戦



常盤児童会館に集まった児童18人が、ごみゼロの日（5月30日）に、同会館周辺のごみ拾いを行いました。児童たちは「結構ごみが落ちてるね」と話しながら、熱心にごみを拾い、道路や公園をきれいにしました。

6月2日

## 赤ちゃんってすごい！



札幌新陽高等学校で、生徒と赤ちゃんのいる親子が触れ合う、体験授業が行われました。生徒たちは赤ちゃんを抱っこしてあやしたり、遊んだりしながら、赤ちゃんの重さやぬくもりを実感していました。