

# のびすく仙台 イベント報告



## 10/23(金)のび☆ハロ@一番町

【共催】青葉区中央市民センター

マックのポテトや天使、かぼちゃなどに変身したかわいい子どもたちで会場は一気にハロウィン！

サンモール一番町からいろは横丁へみんなでお散歩に出かけました。途中でポンプ式の井戸を見つけたり、ハロウィンの飾りつけをしたお店の前で記念写真を撮ったりと親子一緒に楽しむ姿が見られました。

最後に、手づくりバックというは横丁のMAPもプレゼント！笑顔溢れるイベントとなりました。



## 11/8(日)保育園サロン

はじめに保育サービス相談員さんから、保育園申し込みに関する手続きや保活の準備についてのお話をうかがいました。その後、先輩ママに体験談を聞いたり、心配なことや悩んでいることをみんなでお話しました。

「実際に保育園に預けている方の話を聞くことができて、良かったです。」「保育園を選ぶ基準の参考になりました。」などの感想がありました。

## 11/26(木)グループ相談「乳幼児の病気とけが」

講師：岡崎 草代夏さん  
(仙台青葉学院短期大学看護学科  
小児看護学講師)

子どもの起こりやすい事故やけがをしたときの対処の仕方、冬に流行する病気や予防についてお話をしていただきました。

☆子どもの具合の観察について

- ・3K(機嫌、顔色、活気)を観察することがポイントです。いつもと様子がちがうと思ったらすぐに受診するようにしましょう。

☆冬に流行する病気(インフルエンザ、RSウイルス、ロタウイルス)について

- ・手洗いを習慣化しましょう。
- ・うがいは年齢によって難しいこともあるので、こまめに水分をとりましょう。
- ・流行時には人混みを避けましょう。

## 11/18(水)親子でおでかけ in 西公園

【共催】西公園プレーパークの会

あざやかな紅葉の中で、公園散策を楽しみました。木の実でままごとをしたり、落ち葉のプールに入ったり。小さな小さな虫の赤ちゃんの発見には、子どもたちも興味津々！！

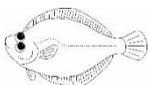
参加したママたちからは、「自分たちでは気づかない遊びができました」との声も聞かれ、秋の自然をたくさん味わえた時間となりました。



## 宮城の食材、再発見！

宮城って海あり、山ありで食のバラエティが豊かですよ。それに、地元でとれた食材は新鮮で栄養満点！今年のお正月は県内の「おいしい」をみつめなおしてみませんか？

### ナメタカレイ



冬場に産卵期を迎え、お腹に卵をたっぷり含んでいることから、子孫繁栄を願い食べるようになったそうです。大晦日に食べるころが多いです。

### 牡蠣(カキ)



松島カキは、身が引きしまっていて栄養も味も濃厚！生はもちろん、揚げてよし！蒸してよし！鍋にしてもよし！といいことづくしです。

### 曲がりネギ



収穫前に一旦ネギを抜く→寝かせて植え直す→ネギは上に伸びようと、曲がって成長。このストレスが甘くて柔らかい独特の食感を生むそうです。

### セリ

「セリ鍋」は仙台の冬の風物詩的な存在です。スッキリとした香りと根っこまで食べられ歯触りが美味しいですね。

### 油麩

元々は東北の郷土料理。棒状の麩を油で揚げたもので、お汁や煮物、炒め物…なんでも使える万能食材です。「油麩丼」はカツ丼よりヘルシーで人気です。

### 餅料理



米どころの宮城にはたくさんの餅料理があり、ハレの日に欠かせない伝統料理です。仙台名物のずんだ餅は、季節を問わずに楽しめるようになりました。