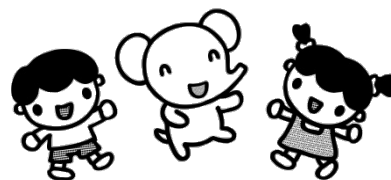


# ふあふあ

## 3月号



【発行】仙台市子育てふれあいプラザ のびすく仙台

仙台市青葉区中央 2-10-24 仙台市ガス局ショールーム3階

TEL: 022-726-6181 FAX: 022-214-5071

利用対象 / 主に乳幼児とその家族

開館時間 / 9:30~17:00（一時預かり 16:30まで）

休館日 / 月曜日、祝日の翌日および年末年始

「ふあふあ通信」はのびすくの情報、子育てに役立つ内容を掲載。仙台市内の公共施設（児童館、市民センター、子育て支援センター、図書館など）を中心に約360箇所配布しています。

\*\*\*\*\*







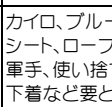
## お家の備えは大丈夫ですか？

東日本大震災から3月11日で8年になります。当時、乳幼児を抱えて避難や買い出しをした方も多く、とても大変でした。災害はいつ起こるかわかりません。もしもの時の家の備えは大切です。子どもの成長とともに、必要なものも変わってきます。

定期的に、備蓄品や非常持ち出し袋の確認を家族でしてみてくださいね。

### ■家庭の備蓄品■

物流がストップしライフラインが断たれても備えがあれば慌てずにすみます。定期的なチェックも忘れずに！

 食料	 懐中電灯 ろうそく	 ウェットティッシュ おしりふき	 ラップ ビニール袋
 給水用タンク	 飲料水	 卓上コンロ ガスボンベ	 ラジオ
 おむつ ミルク	 長靴 スニーカー	 乾電池 充電器	 カイロ、ブルーシート、ロープ、軍手、使い捨て下着など要と思われるもの

### ●非常持ち出し品●

- ラジオ □懐中電灯 □食料・ミルク □水 □現金 □乾電池
- 携帯電話と充電器（電源不要） □軍手 □ホイッスル □万能ナイフ
- 皿・箸・ラップ □マスク □抱っこひも □母子手帳、健康保険証、診察券 □常備薬 □バスタオル・ストール □子どものおもちゃ・絵本
- おむつ □生理用品 □ウェットティッシュ □防寒シート、カイロ
- 家族写真 □パーソナルカード（住所、氏名、連絡先、血液型） など

### 震災後の生活に「必要だ！」と感じたものランキング （防災冊子アンケートより）

- 1位 水
- 2位 食料（非常食、離乳食、缶詰、乾麺、米、菓子類、レトルト食品 など）
- 3位 卓上コンロ&ガスボンベ
- 4位 ラジオ（電源不要）
- 5位 懐中電灯
- 6位 紙おむつ
- 7位 乾電池

### ～子育てファミリーのための地震防災ハンドブック～ 大切な人を守るために 今できること

震災の年（2011年）に作成したハンドブックです。当時の乳幼児親子の体験談も掲載しています。是非参考にしてみてくださいね。

※防災冊子はのびすく仙台とのびすく若林で配布しています。

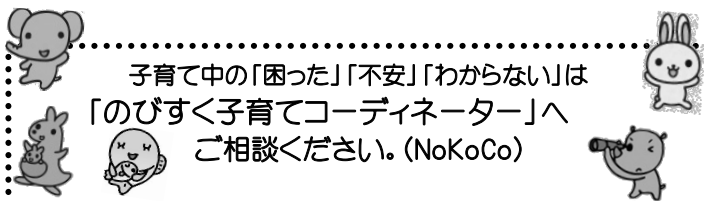


### ご卒園おめでとうございます。

幼稚園や保育園を卒園されるお子さんは、3月31日でのびすくも卒業になります。今までご利用いただきありがとうございました。未就学児のきょうだいがいる場合は一緒に来館できます。のびすくカードは利用できませんので、受付でお名前を書いてご利用ください。



子育て中の「困った」「不安」「わからない」は「のびすく子育てコーディネーター」へご相談ください。(NoKoCo)



のびすくには、子育て支援に関する豊富な知識と経験を持った専門の相談員を配置しています。子育てに関する情報提供や、サービスを得られるよう、関係機関・事業とのつながりを支援します。

乳幼児の保護者等（相談者）

のびすく子育てコーディネーター  
つながりを支援します。

子ども・子育て支援に係る関係機関・事業

### ラジオFM放送「のびすくネット仙台」

仙台市では、コミュニティFM「ラジオ3」との共催により、ラジオ番組「子育て支援情報局 のびすくネット仙台」を放送しています。仙台市の子育て支援の情報提供をおこなっています。

◎毎週月曜 PM4:40～（約7分） 放送周波数：76.2MHz（ラジオ3）  
放送エリア：仙台全域 ※西部の一部地域を除く

### 3月放送予定

- 3/4・11 「事業の説明、サブリリーダーの体験談等」  
すくすくサポート事業事務局サブリリーダー
- 3/18・25 「子育てイベント情報」  
布の絵本づくりグループ「かざぐるま」