

書室だより

開成町民センター図書室のスタッフが、おすすめ 本などの情報を紹介します!

おすすめ本



朝食とお弁当のヒント!

日々の活力の源となる朝食やお弁当。調理に役立つヒントが 掲載されたレシピやエッセイなどを活用してみてください。

おいしい朝の記憶

飛田 和緒 著 出版:扶桑社

料理家・飛田和緒さんがInstagramに 投稿した、娘のお弁当や娘を駅まで車 で送るあいだ車内で食べる娘の朝ごは んの写真を、簡単レシピ&解説の文章 とともに収録。慌ただしい朝のおいし いごはんから、家族の暮らしが伝わる **-**∰。



★世界の朝食メニューを紹介!

世界の朝ごはん 66カ国の伝統メニュー 監修: WORLD BREAKFAST ALLDAY

出版:パイインターナショナル

フランスのクロワッサン、アメリカ のエッグベネディクト、中国の白粥 …。朝ごはんには文化や歴史がつま っています。世界66カ国167種類の 伝統メニューが、各国の朝の風景とと もに紹介されています。



開成町民センター図書室情報

電 話▶☎84-0325 (生涯学習課)

開成町民センター改修工事のため令和6年12月末まで 休室する予定です。皆様には、ご不便ご迷惑をお掛けします が、ご理解とご協力をお願いします。

※詳細が決まり次第、町ホームページにて▶ お知らせします。

役場庁舎1階町民プラザに臨時図書室を開設中!

火曜日~金曜日 (祝日を除く) 9時30分~16時30分(4月2日火から) (開設時間は変更になる場合があります)

お弁当にもおつまみにもなる作りおき

吉田 愛 著 出版:主婦と生活社

料理家にして唎酒師である著者が提案 する作りおきおかずを紹介。また、季 節ごとのお弁当の作例や、お酒とのペ アリングの提案も掲載。作りおきする ことで、忙しい日々の中でも、食べる 楽しさを感じる時間を持てることが期 待できます。



★これからお弁当作りをはじめる人におすすめ!

お弁当デイズ 夫と娘とときどき自分弁当

たかぎ なおこ 著 出版:文藝春秋

娘の幼稚園生活が始まり、いよいよお 弁当作りの日々がスタート。やっぱり 毎日のお弁当作りはたいへん。夫の弁 当と娘の弁当にまつわるお役立ちエピ ソードや幼児が喜ぶお弁当グッズなど が掲載されたお弁当コミックエッセイ。



町民センター2階「開成町民活動サポートセンター」(通称、 サポセン)に利用登録をしている団体の活動を紹介します。

⊕ 地域防災課 ☎84-0326

年金何でもサポート

活動内容:公的年金制度について、地域住民を対象とした説 明会や相談対応を行う。

満場が・時:開成町民活動サポートセンター改修工事中、場 所・日時を変更して活動しています。

詳しくは、おしらせ版をご覧ください。

活動 PR: 厚生労働大臣より委嘱を受けた私たち年金委員は、 個別に年金の疑問や手続きをサポートしています。 新たに社会福祉協議会や自治会、老人会、その他活

> 動団体等で公的年金のお話ができたらと考えていま す。お気軽にお問合せください。

問合せ:年金何でもサポート 年金委員 川島 祥匡

2090-3240-9955

サポセンからのおしらせ

サポセンに利用登録して地域活動に参加して みませんか。

登録をすることで、他団体との交流や会員募 集の情報発信などメリットがたくさん! ※登録には条件があります。

サポセン利用登録はこちらから▶ □ 45

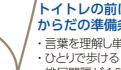




「トイレトレーニングを始めよう!」

⑧ こども課 ☎84-0327

1歳6か月くらいになると排泄のリズムができます。トイレに興味をも ったり、おしっこしたことを教えてくれたりしたら、トイレトレーニング (以下、トイトレ)を始めるタイミング!2歳前~4歳くらいまでにおむ つが外れる子が多いですが、うまくいかなくても時期が早かっただけで、 必ずおむつとサヨナラする日が来ます。お子さんのこころとからだの準 備が整ったらトイトレを始めてみましょう。



トイトレの前に… からだの準備条件

- ・言葉を理解し単語を話す

STEP 1

■ 「気持ちいい」の感覚を知る ■ 排泄のサインを見逃さない

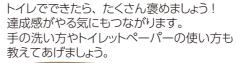
■ え、「きれいなおむつは気持ち るなどのサインを出し始めたら、 ・排尿間隔が1時間半~2時間空く | いい」の感覚をもたせましょう。 トイレに誘ってみましょう。

STEP 2

Ⅰ おむつが汚れたらすぐに取り替 ┛ もじもじする、おしりを押さえ



STEP 4 上手にできたらほめる



STEP 3 定期的にトイレに座る

寝起きや外出前など定期的にトイレに座る習 慣をつけましょう。トイレでできた時が「おしっ この認識」のチャンスです。出なくても OK! 便器に座れたら褒めてあげましょう。



慣れてきたらパンツに

トイレに行きたい意思表示をし、1日の半分くらいトイレ でできるようになったら、昼間はパンツにしてみましょう。 なかなか成功しない場合も思い切ってパンツにする のも一つの手です。成功率が上がったら自分から意 思表示してくれるのを待ちましょう。

ひとりでトイレができるようになるまで の道のりは子どもによって様々です。

あせらず、叱らず進めましょう。 ストレスが大きければ、中断も一つの 選択です。

> 学校で -を迎えた 開成

0

つ

三十







·か?これ

Þ

みし

ような姿が見

5

れ

分るた

でち

 \mathcal{O}



重ねて

ワクを大切に

た学

積

の生き



約 5

開成町

 \mathcal{O}

発

ます

0名でしたが、 開校当時の児

年数度は

約

度は

学校の

成長は、

け

学児童

教育 数だ

目

元気だより

問 開成南小学校 ☎83-2250

開成南小学校15歳の

開成南小 任な教

希書頭

春

「元気だより」では、町の子どもたちの様子を学校・保育園等の現場からお届けします。

豊

に、

標

まし

はあ

広報かいせい 2024.4.1 12 広報かいせい 2024.4.1