

～いるまこども応援情報紙～

# わんぱく



- ① 1年 がくとくん    ② 1年 こあちゃん    ③ 1年 ゆうとくん    ④ 1年 りのちゃん    ⑤ 2年 ここあちゃん  
⑥ 2年 りことちゃん    ⑦ 2年 だいきくん    ⑧ 2年 ひなちゃん    ⑨ 2年 りおなちゃん    ⑩ 3年 あみかちゃん

表紙：藤沢学童保育室のこどもたちが描いた テーマ「スポーツマンいるティー」



すくすく子育て応援ページ

平成30年10月 発行：入間市こども支援部

入間市役所 TEL04-2964-1111 (代表) <http://www.city.iruma.saitama.jp/>



H30  
秋

のイベント情報

みんなであそびに行こう!



	日 時	イベント	場所 (地図位置)	備 考
10月	10/10~10/21 ※10/15は休み (9時~17時)	おいでおいでかみしばい展	入間市博物館 「アリット」A	観覧料 200円 高校生以下無料
	10/14 (9時 ~15時)	リサイクルの日	クリーンセンター内 リサイクルプラザB	ミニフリーマーケット、マイバッグ 作り、布ぞうり作り、リサイクルお もちゃ作り、おもちゃ病院等
	10/13、14、27、28 (10時~16時)	旧石川組製系西洋館の一般公開	旧石川組製系西洋館 C	一般：200円 中学生以下：無料
	10/20 (19時~20時30分)	天体観望会 (毎月3土曜日)	入間市児童センター 「アイクス」E	天体観測室の望遠鏡を使って、季節 の星や惑星・月を見ます。 対象：幼児~大人 (中学生以下 要 保護者同伴) 申込：不要
	10/27~10/28	入間万燈まつり	産業文化センター周 辺、彩の森入間公園他 D	有料駐車場を設けますが台数が少な いため、なるべく公共交通機関をご 利用ください。
11月	11/4 (13時~16時10分)	いるま和文化祭「子どもたちの和 の一日~子ども対象和文化体験 と発表~」	入間市産業文化セン ターD	和文化体験フリーパス (日本舞踊、 三味線、茶道、着付他)：500円 (当 日徴収、観覧のみは無料)
	11/4~11/11 (10時~16時)	旧石川組製系西洋館の一般公開	旧石川組製系西洋館 C	一般：200円 中学生以下：無料 11/9 (金)、11/10 (土) は旧黒 須銀行特別公開 (10-16時)：無料
	11/17 (19時~20時30分)	天体観望会 (毎月3土曜日)	入間市児童センター 「アイクス」E	天体観測室の望遠鏡を使って、季節 の星や惑星・月を見ます。 対象：幼児~大人 申込：不要
	11/24 (14時~17時)	入間市・東京家政大学地域連携 推進センター共催シンポジウム +ミニライブ 「青少年の輝く未来に向けて~ 未来の主役である子どもたちが 元気に育つまちづくり~」	産業文化センターD	教授と子どもたちが元気に育つまち づくりについて、想いや考えをそれ ぞれ熱く語る。第2部で「TANEBI」 によるミニライブを開催予定。 入場無料・要申込み
12月	12/2 (9時45分~15時15分)	第24回いるま生涯学習フェス ティバル	入間市産業文化セン ター・入間市児童セン ター「アイクス」他E	参加型コンサート昭和発見!、ブロッ クエキスポ、雨統先生のどうぶつしょうぎ、 から始める将棋教室などイベント多数
	12/9 (9時 ~15時)	リサイクルの日	クリーンセンター内 リサイクルプラザB	ミニフリーマーケット、マイバッグ 作り、布ぞうり作り、リサイクルお もちゃ作り、おもちゃ病院等
	12/15 (19時~20時30分)	天体観望会 (毎月3土曜日)	入間市児童センター 「アイクス」E	天体観測室の望遠鏡を使って、季節 の星や惑星・月を見ます。 対象：幼児~大人 申込：不要
	12/16 (スタート：9時15分~)	第52回入間市駅伝競走大会	入間市博物館周辺特 設コース	申し込み締め切り日 10/12 問い合わせ 入間市スポーツ推進課

## ~いきいきいるティータウンを開催します~

現在、12月2日に開催するいるま生涯学習フェスティバルで、こどもが創るまち、いきいきいるティータウンを企画しています。

このまちは、こどもが主役でこどもだけが市民になれるまちです。こどもの主体性を大切に、お店などの職業体験・市長選などの自治体験を通してコミュニティづくりの場を作ります。

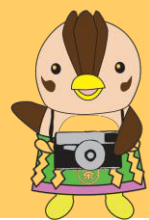
友達を誘って、ぜひお越しください。

と き 12月2日(日) 9:45~15:15

と ころ 入間市児童センター

対 象 小学1年生~6年生

参加費 無料





# 運動の秋！ 市内の運動スポット特集！！

秋になりましたね♪  
秋といえば、運動の秋！  
今回は、市内の運動ができるおすすめスポットを紹介します！



**1 西武地区体育館 P**  
(所在地) 入間市野田1134-57  
(アクセス) 仏子駅より徒歩25分  
(設備) 多目的広場・バドミントン  
バレー・バスケ・卓球 等

**2 栗金子地区体育館 P**  
(所在地) 入間市小谷田371  
(アクセス) 仏子駅より徒歩30分  
(設備) テニス・バドミントン  
バレー・バスケ・卓球 等

**3 中央公園 P**  
(所在地) 入間市扇町屋1250-1  
(アクセス) 入間市駅より車で10分  
(設備) テニス・野球 等  
♪緑があふれる中央公園。夏にはプールも楽しめます！

**4 宮寺地区体育館 P**  
(所在地) 入間市宮寺567  
(アクセス) 金子駅より車で15分  
(設備) 多目的広場・テニス・バドミントン  
バレー・バスケ・卓球 等

**5 黒須地区体育館 P**  
(所在地) 入間市黒山3-10-20  
(アクセス) 入間市駅より徒歩20分  
(設備) バドミントン・バレー  
バスケ・卓球 等  
♪近くには武道館もあります！

**6 黒須市民運動場 P**  
(所在地) 入間市春日町地区内  
(アクセス) 入間市駅より徒歩20分  
(設備) 野球・サッカー・テニス  
ソフトボール・自由広場  
♪約10万㎡の広大な運動場です！

**7 入間市市民体育館・運動公園 P**  
(所在地) 入間市豊岡4-2-1  
(アクセス) 入間市駅より徒歩15分  
(設備) バレー・バスケ・バドミントン  
テニス・ソフトボール 等  
♪耐震工事が終了し、7/1から利用を再開！

**8 県営彩の森入間公園 P**  
(所在地) 入間市向陽台2丁目  
(アクセス) 入間市駅より徒歩17分  
(設備) 芝生広場・ウォーキング・ジョギングコース 等  
♪樹木や池と、自然がたくさんある公園。お散歩も楽しめます！

**9 藤沢地区体育館 P**  
(所在地) 入間市下藤沢988-1  
(アクセス) 武蔵藤沢駅より徒歩15分  
(設備) テニス・バドミントン  
バレー・バスケ・卓球 等

※利用対象、利用方法については、各施設へお問い合わせください。  
※使用料が発生する施設もあります。  
＜お問い合わせ先＞  
・市民体育館・運動公園・中央公園・市民運動場について  
→ 市民体育館 04-2862-1125  
・地区体育館について  
→ 武道館 04-2865-5551

## 七五三



11月15日は七五三！毎年この時期になると、子どもたちの凛々しい姿や可愛らしい姿をよく見かけます。子どもたちの嬉しそうな顔を見ると、なんだか幸せな気持ちになりますね♪今回は、そんな七五三にはいったいどのような意味があるのかをご紹介します（諸説あり）。

医療が発達していなかった時代では、子どもの死亡率はとても高く、「7歳までは神の子」と言われていました。特に、言葉を理解し始める3歳頃から乳歯の生えかわりのある7歳頃までは、病気になりやすい年齢であると考えられており、子どもの健やかな成長を祈るための行事として七五三の儀式が行われていました。

男女とも、それまで剃っていた髪を伸ばし始める「髪置（かみおき）」（3歳）、男の子が初めて袴をつける「袴着（はかまぎ）」（5歳）、紐で着つけをしていた子どもが、紐をとって帯を結ぶようになる「帯解（おびとぎ）」（7歳）の3つの儀式をまとめて七五三と呼ぶようになったそうです。

なぜ11月15日なのか、これも様々な説がありますが、体の弱かった徳川家光の子ども（後の徳川綱吉）の健康を祈ったのが11月15日であったため、その日が七五三の式日として広まったという話があります。

いつの時代も「子どもが元気に成長してほしい」という、家族が子どもを想う心は変わらないですね。

## どんぐり笛の作り方



秋と言えば、実りの秋。たくさんの果物や野菜、木の実が秋を彩りますね。今回は秋の木の実「どんぐり」を使った遊びを紹介します。是非、親子で楽しみながら、秋を感じてみてくださいね。

### 1. どんぐりの下処理

どんぐりの実の中には、ゾウムシの幼虫が隠れていることがあります。まずは拾い集めたどんぐりを鍋で煮て、中から虫が出てこないようにしましょう！

### 【下処理の方法】

- ①鍋に水を張り、どんぐりを入れる。
- ②浮かんできたどんぐりを捨てる。
- ③残ったどんぐりを鍋で5分～10分煮たら、準備完了！

### 2. どんぐり笛の作り方

- ①丸くて大きいどんぐり、つまようじなど先のとがったものを用意する。
- ②どんぐりの先をコンクリートの地面で削る。
- ③中の実が見えたら、つまようじなどの先のとがったもので全部ほじくり出す。
- ④中が空になったら、口を近づけて勢いよく息を吹きかける。そうするとピーッと高い音が鳴るよ！



# お知らせ

## <保育施設、学童保育室の平成31年4月入所申込について>

平成31年4月からの保育施設（保育所・保育園・認定こども園・地域型保育）および学童保育室の入所等の申し込みを受け付けます。現在申し込み中で入所等をお待ちの場合も、4月からの入所等を希望する場合は改めて申し込みが必要です。

申込みを希望する方は、10月1日（月）より、市役所窓口、各支所・出張所、健康福祉センターで配布される「保育施設申込手引き」または「学童保育室申込手引き」、「利用申込書」を受け取りご準備ください。受付は以下のとおり行います。

◇受付期間・時間：【保育施設】11月1日（木）～11月7日（水）

午前9時30分から11時30分、午後1時30分から3時30分

【学童保育室】11月1日（木）～11月14日（水）

（1日～7日） 午前9時30分から11時30分、午後1時30分から3時30分

（8日～14日）午前8時30分から17時15分

※10日（土）、11日（日）は受付をしません。

◇受付場所：各公民館、健康福祉センター等

※先着順ではありませんので、都合の良い日程・場所にお越しください。

※詳しくは市報10月1日号および申込手引きに掲載しています。

## <秋から冬に気を付けたい病気>

秋になると、朝夕の寒暖差が大きくなり体調を崩しやすくなります。また、空気が乾燥してくることで、ウィルスの活動が活発になってきます。そこで今回は、秋から冬に気を付けたい病気、予防法をご紹介します。

秋から冬に流行る子どもの病気は下記のとおりです。

病名	流行時期	感染経路	症状
RSウイルス	10～2月	飛沫、接触	鼻水、発熱、咳、呼吸困難等
インフルエンザ	秋から春先	飛沫、接触	高熱、頭痛、だるさ、のどの痛み、咳、鼻水、関節痛等
マイコプラズマ肺炎	10～1月	飛沫、接触	発熱、咳、痰、のどの痛み、鼻水、喘鳴、頭痛、発疹、関節痛、胸痛等
ノロウイルス	11～3月	飛沫、接触、経口	腹痛、下痢、嘔吐、発熱等

※上記4つに共通しているのが、感染経路に飛沫感染（口から飛び散った病原体を近くの人が吸いこむ）、接触感染（人が病原体の付着したものに触れる）が含まれていることです。

◇予防法について

- ・インフルエンザは、予防接種を受けられます。
- ・外出時にはマスクをすること、手洗いとうがいの徹底が挙げられます。また、ノロウイルスに関しては、経口感染（口から摂取）があるため、食事（特にカキなどの二枚貝）などは十分な加熱（85度～90度で90秒以上）をしてください。

## 季節の変わり目に、元気に過ごせるレシピを紹介します♪



## 旬のあやさい



さつまいも

さつまいもは栄養たっぷりの野菜で、特にビタミンCや食物繊維が豊富に含まれています。ビタミンCはレモンやオレンジなどに含まれているイメージですが、さつまいもにも含まれており、抗酸化作用や抗がん作用があります。ビタミンCはゆでる、焼く、などの調理によって失われやすいのですが、さつまいもなどのイモ類に含まれるビタミンCは、同じくイモ類に含まれているでんぷんと結びついており、調理によって失われにくいのが特徴です。ビタミンCには免疫力を高める効果もあります。秋はさつまいもをおいしく食べて来る冬に備えましょう！



### <さつまいもごはん 2～3人分>

さつまいも	大1/4	酒	10g
米	180ml（1合）	塩	2g
昆布だし汁	約200ml	ごましお	お好みの量

### 作り方

- 1、 さつまいもを1cmの厚さのいちよう切りにし、水にさらしておく。
- 2、 米はといて30分程度水につけておく。
- 3、 窯に米、酒をいれ、昆布だしを炊飯器の目盛りのところまでいれる。  
最後に塩とさつまいもをいれ炊く。
- 4、 炊きあがったら器に盛りつけ、ごましおをお好みの量振りかける。