



# かわらばん



携帯HP / 子育て応援メールを配信します(無料)登録をお願いします

## たみお 民生君のつぶやき

8月のかわらばんで、笑顔の効用を記しました。今回はフランスの哲学者アランの名言を紹介します。「すべての不運や、つまらぬ物事に対して、上機嫌に振る舞うことである。上機嫌の波はあなたの周囲にもひろがり、あらゆる物事を、またあなた自身をも軽やかにするだろう。」と幸福論の書籍で記しています。運気が良くない時こそ、自分の行いを意識して、悪い流れを変えていこう。悪い方向に意識が行き、そのことを気にしていると、考え方や態度まで鈍くなってしまいます。ツキを呼び込めるような振る舞いをし、運気を変えていこう。笑顔は上機嫌の表現の大切なポイントかもしれませんね。

## ハピサポフェスタ開催のお知らせ!

ハピサポフェスタを今年も開催します。会場は桜園三聖です。ステージイベントや模擬店などを企画して、皆様のご来場をお待ちしています。どなたでもご自由にお越しください。

\*こにゅうどうくんとポッター君も来るよ!

開催日時 平成27年11月8日(日) 10:00~15:00

開催場所 桜園三聖(高浜町5-7 ☎330-6665)

問合せ先

ハピサポ橋北事務局

橋北楽々館在宅介護支援センター

☎334-8588 (担当:岩崎)

## 見守り新鮮情報

### ケータイ・スマホのルール

- その1 夜9時以降はさわりません。
  - その2 勉強中、食事中は電話もメールもしません。
  - その3 使用や保管は居間(リビング)でします。
  - その4 メールを送るのは、1日△回にします。
  - その5 メールや掲示板に相手を傷つけることは書きません。
  - その6 困ったことがあったら、すぐに相談します。
  - その7 ルールを守れなかったら、親に1週間預けます。
- ※親と子でケータイの約束事を決めて使いましょう。



## 地域の学校だより

### 橋北中学校

#### 授業公開週間のご案内

橋北中学校では授業を公開しています。

10月15日(休)~10月21日(水) 8:55~15:15(土・日は休み)

行事などによって若干時刻が異なる場合があります。

「歌のコンサート」や「伝統楽器による演奏会」があります

ですので、是非ご来校ください。

\*管理人室前の入口よりお入りいただき、受付でお名前を記入ください。

\*感想用紙を受付に置かせていただきますので、よろしければご感想をお書きいただき、ご提出ください。

\*ご不明な事がございましたら、下記までお気軽にご連絡ください。

橋北中学校 ☎330-0040(担当:多田教頭)



## 地域の園だより

### 橋北幼稚園

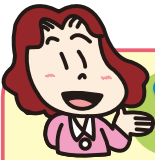
#### 焼き芋パーティーに来てください!

11月4日(水) 9:00から1時間半ぐらいで、子どもたちが育てたサツマイモを使い、焼き芋パーティーをしようと計画しています。6月に苗を植え、毎日水をやり、大切に育ててきたサツマイモを10月には収穫し、11月にみんなで食べる喜びを味わいたいと考えております。そこで、旧園庭で火をおこし焼き芋ができるように、お手伝いしていただけたらと思います。

園児は21名(5歳児11名・4歳児10名)で、家庭的で一人一人が自分らしさをだし、生き生きと園生活を送っています。いろいろな方との交流を通して、コミュニケーション力をつけていきたいと日々取り組んでいます。一緒にサツマイモを食べながら、地域の方との交流を深めたいと思います。よろしくお祈りします。

橋北幼稚園 ☎331-7240(担当:餅井園長)

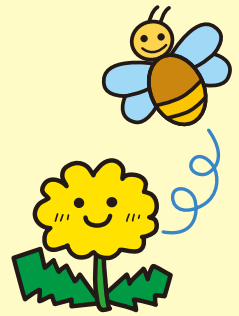




## ご存知ですか?

### はちみつ

はちみつを知らない人はいないと思いますが、甘くて美味しい食べ物くらいに思っている人が沢山いるのではないのでしょうか? ご存知ですか? はちみつの凄いパワーを! エジプトのピラミッドから発掘された三千年前のはちみつがまったく変質していなかったと言われるくらい、それほど強力な殺菌作用を持っている食べ物なのです。だから体にはとても良い薬になります。そしてはちみつには人間の健康維持に必要なビタミン・ミネラルがほぼ全て含まれており、正にパーフェクトな食品なのです。みつばちの力を借りて、美味しく健康にいいはちみつを、もっと取り入れて健康な毎日を送りましょう。



## スマイルカフェ開催 Smile Cafeで楽しみませんか?

10月は地区の行事(運動会)と重なりますので、お休みです。

11月15日のスマイルカフェは、早起集会所(子育て支援センター)で開催します。

◎参加されるには、ニコニコ共和国の正会員か賛助会員にご入会ください。(随時入会できます。)

◎事前予約が必要になります。毎回、時間は10:00~12:00開催です。

問合せ先 NPO法人 ニコニコ共和国  
代表:高井俊夫 ☎080-3640-7978



## 橋北「おとなの小学校」

橋北地区市民センターでは、昨年に引き続き、住民の方を対象とした橋北「おとなの小学校」を開校しています。一般の方でも、興味のある講座は「聴講生」として参加できます。

10月8日(木) 「橋北での在宅介護」

10月22日(木) 「男女共同参画でまちづくり」

時間 9:30~11:30

場所 旧東橋北小学校コミュニティ室

参加を希望される方は市民センターにお申込みください。

問合せ先 ☎059-331-3787

## 10月・今日は何の日

- 1日 .. 共同募金の日・日本酒の日・コーヒーの日・省エネルギーの日
- 4日 .. いわしの日・陶器の日
- 7日 .. 盗難防止の日・土鍋の日
- 9日 .. トラックの日
- 14日 .. 鉄道の日
- 17日 .. 貯蓄の日
- 18日 .. 統計の日
- 31日 .. ハロウィン



## はなごよみ

### 10月の花と花言葉

かえりもみじ 楓・紅葉の花言葉・・大切な思い出・美しい変化・遠慮

カエデは「蛙手」が語源となり、葉に水かきのような切れ込みがあり、蛙の手に似ていることに由来します。カエデとモミジの分け方・・一般に葉の切れ込みが深いカエデを「○○モミジ」、葉の切れ込みが浅いカエデを「○○カエデ」と呼んでいます

塗り絵を  
楽しんで下さい。



## 今月のごっつお

### さつまいもとチーズのカップケーキ

- 材料 (8号アルミカップ8個分)
- さつまいも・・50g
  - A:ホットケーキミックス・・200g
  - 卵・・1個
  - 牛乳・・200mg
  - サラダ油・・大1
  - プロセスチーズ(角切り)・・50g
  - 甘納豆・・50g

### 作り方

- ①さつまいもは皮つきのまま1cm角に切り、ラップに包んでレンジで1分くらい加熱する。
  - ②ボウルにAを入れてよく混ぜ、さつまいも・チーズ・甘納豆を加えてざっくりと混ぜ、アルミカップに流し入れる。
  - ③蒸し器を強火で温め、②を15分くらい蒸す。
- ※生地にサラダ油を入れるのは、カップからはがれやすくする為です。

## この言葉の始まりは

### じんご お 人後に落ちない

他人に負けないこと。ひけを取らないこと。中国の李白という人が書いた詩の中の「風流なことでは他人に負けることはなかった」という言葉がもともとなった。

