

第3章 こどもの事故に注意

家の中にも、外出先にもキケンはいっぱい！



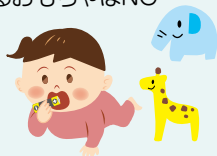
孫を事故からまもるために

孫にけがをさせてはいけない…と思ったら、すぐに対処を！
全国的にも、こどもの死因に「不慮の事故」が多いのが実情です。
孫と笑顔で遊べるように、危険箇所をチェックしましょう。



乳児期 … ハイハイするまで

- やわらかい枕や布団による窒息に注意
- ベッドやソファからの転落防止を
- 手を滑らせて落とさないように！！
- 熱いお風呂や飲みものはダメ
- よだれかけの紐が首に絡まると大変！
- とがった部分があるおもちゃはNG
- 手に届けば何でも口にしてしまうよ！



幼児期以降 … ハイハイ～歩き出したら

玄関&廊下・庭

- ドアに手を挟まないよう対策を
- 階段に柵をして落下防止
- 窓付近やベランダに台を置かない

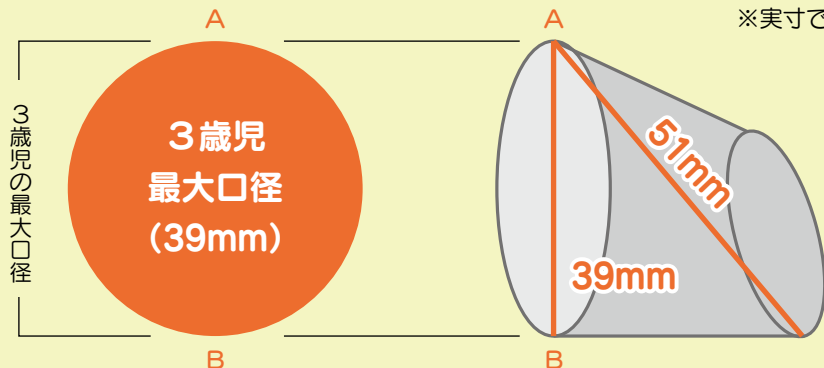
水回り

- お風呂の残り湯は必ず抜く
- トイレのふたを閉めること
- 浴槽や洗濯機への転落に注意

誤飲する物の大きさ

◎直径 3.9cm の円形に入るものは赤ちゃんの口に入ります。

※実寸です



もし事故がおこったら!!

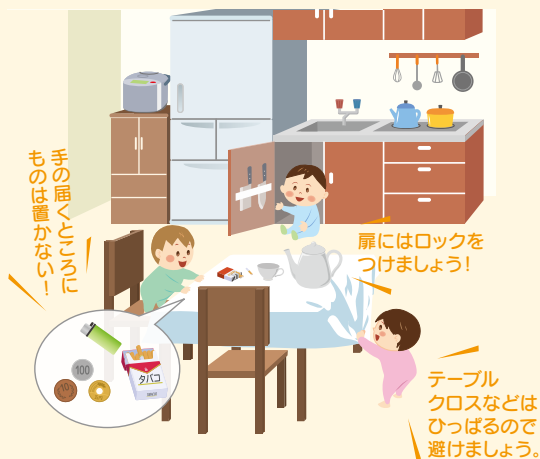
※P42
参照

事故の際の応急手当の方法をママ&/パパに聞いておきましょう!

★こども救急電話 #8000(固定電話) か 097-503-8822(携帯電話)
もしくは119(救急)へ!

キッチン&リビング

- ポットや炊飯器などは手の届かないところへ
- コンロのスイッチをロック
- テーブルクロスはひっぱるとキケンなのははずす
- シンク下の包丁や洗剤を触らないようドアロック
- おつまみのナッツ類で窒息のキケンあり
- アイロンやストーブ・ヒーター等でのやけどに注意
- テーブルの角や家具にはコーナークッションを
- タバコ・化粧品・薬品などを口にしないよう隠す
- ライターやマッチ、カッターなど危険物を隠す
- コンセントにキャップをして感電防止
- ビニール袋で窒息の可能性あり
- コードや紐が首に巻き付くとキケン



外出

- 自転車の二人乗りはキケン
- 車のドアロックを
- 公園で遊ばせる時は目を離さない
- プールや海での事故にも要注意
- 散歩中の道路飛び出し防止に手を繋ぐ



第4章

お孫さんと一緒に

おでかけ スポット



1 高崎山自然動物園



高崎山は野生のサルに餌付けしています。オリなどもないため、大きなオスサルやかわいい子サルを間近で見ることができます。サルの寄せ場まではトロツコでも登れます。

8 コンパルホール



子ども向けの各種教室やイベントが年間を通してあります。市民図書館コンパルホール分館では、毎週土・日の午後2時から「たのしい読みきかせ」もあるのでぜひ参加を！

9 大分市美術館

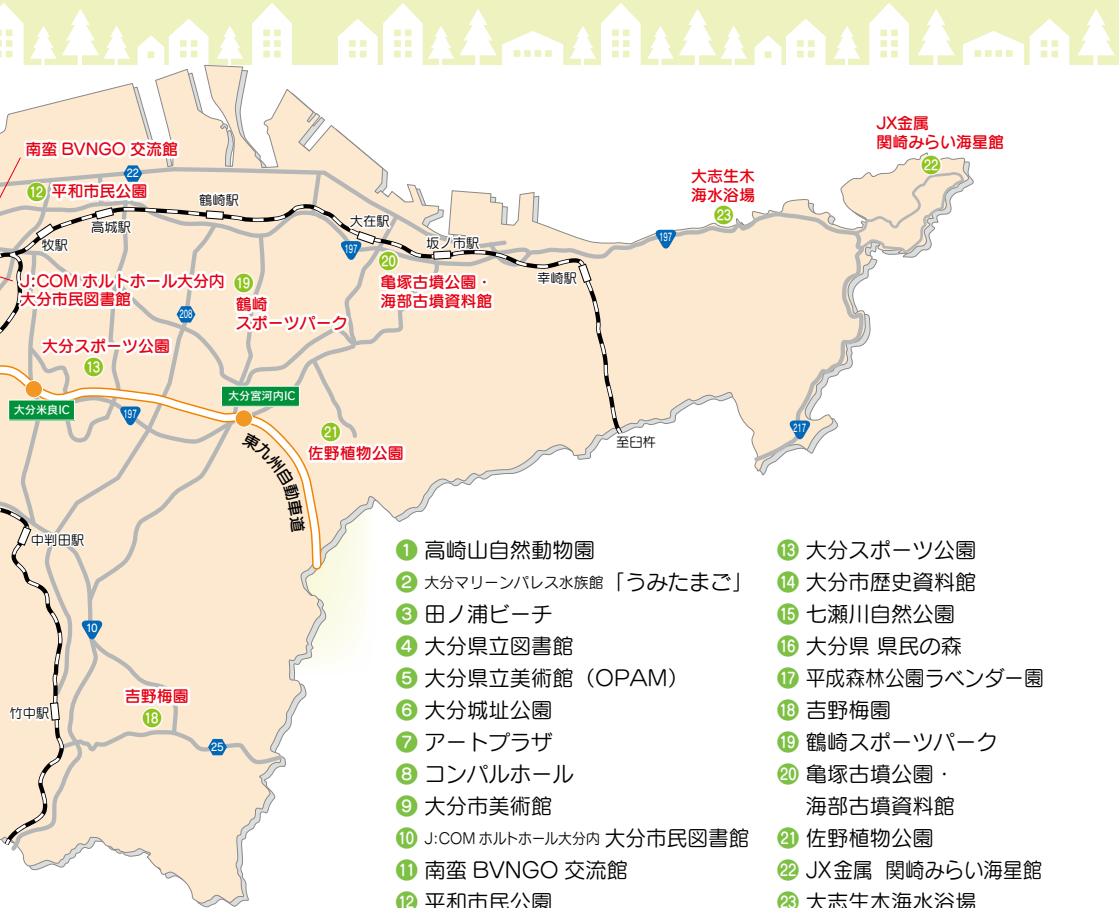


上野ヶ丘子どものもり公園内の「たのしんで・みて・まなぶ」美術館。子ども向け企画や講座があるほか、「体験学習館チャイルドハウス」では誰でも無料でお絵かき等が楽しめます。

14 大分市歴史資料館



原始～近世近代までの郷土の歴史を学べる施設です。火起こしや勾玉作り、はにわ作りなどを楽しく体験できる「ふれあい歴史体験講座」も開催しています。



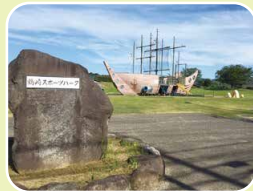
- ① 高崎山自然動物園
- ② 大分マリンパラセイル水族館「うみたまご」
- ③ 田ノ浦ビーチ
- ④ 大分県立図書館
- ⑤ 大分県立美術館（OPAM）
- ⑥ 大分城址公園
- ⑦ アートプラザ
- ⑧ コンパルホール
- ⑨ 大分市美術館
- ⑩ J:COM ホルトホール大分内 大分市民図書館
- ⑪ 南壘 BVNGO 交流館
- ⑫ 平和市民公園
- ⑬ 大分スポーツ公園
- ⑭ 大分市歴史資料館
- ⑮ 七瀬川自然公園
- ⑯ 大分県 県民の森
- ⑰ 平成森林公園ラベンダー園
- ⑱ 吉野梅園
- ⑲ 鶴崎スポーツパーク
- ⑳ 亀塚古墳公園・海部古墳資料館
- ㉑ 佐野植物公園
- ㉒ JX金属 関崎みらい海星館
- ㉓ 大志生木海水浴場

15 七瀬川自然公園



広大な芝生広場や遊具広場をはじめ、自然観察ができる緑地ゾーン、水辺の風景に親しむ親水ゾーンなど、豊かな自然の中で、ピクニックや散策も楽しめるスポットです。

19 鶴崎スポーツパーク



3世代で楽しめる総合公園。こどもに大人気の帆船の大型遊具や展望ゾーン、そして高齢者にも対応のヘルシーアスレチックなどもあり、孫と一緒にリフレッシュできます。

21 佐野植物公園



全長60メートルのスライダーや草すべり広場、大型遊具などがある人気の公園。鑑賞温室や足湯を楽しめるほか、家族でのんびり1日中過ごせます。

22 JX金属 関崎みらい海星館



大分市初のプラネタリウム（要予約）と昼間は太陽や明るい星を観察できる大分県一の大型天体望遠鏡、そして、無料で楽しめる展示室など昼間でもお孫さんと楽しめます。

※詳細は各施設へお問い合わせください。

「おおいだの郷土料理」を お孫さんと一緒に作ろう!



食材に直接触れて調理することは、五感をフル活動させることにつながり脳の発達を促すとされています。調味料を混ぜたりといった単純作業でも、こどもにとっては多くの発見と学びがあるので。



「にら」の効能

にらの主な栄養、効果



にらはβ-カロテンやビタミンA、ビタミンC、食物繊維、カルシウム、リン、鉄などのミネラルが豊富で、カリウムや骨の健康維持に役立つビタミンK、造血作用のある葉酸やクロロフィルなども含んでいます。

大分発祥「にら豚」

「作り方」 材料(2人分)

- ・にら(100g)
- ・キャベツ(100g)
- ・豚バラ肉(100g)
- ・サラダ油(適宜)
- ④・砂糖(小さじ3)
- ④・しょうゆ(大さじ2)
- ・一味唐辛子(適宜)

【作り方】

1. にらを長さ4cm、キャベツは幅1cm長さ4cmの太千切りに、豚バラ肉は2cm程度に切る。
2. 中華なべにサラダ油を入れてよく熱し、豚バラ肉を炒める。
3. 肉に火が通ったら、にら、キャベツ、④のたれを一度に加えて炒める。一味唐辛子は大人用に。(④のたれを混ぜる係をお孫さんに)
※強火で炒めるのがポイントです!



要チェック

食中毒を予防しよう!

食中毒予防三原則

■清潔■

- ・十分に手を洗いましょう
- ・食材はよく洗いましょう
- ・調理器具を洗浄、消毒しましょう

大分名物「だんご汁」

【作り方】 材料(4人分)

- ・強力粉または中力粉 2カップ
- ・塩(小さじ1)
- ・鶏もも肉(200g)
- ・大根(1/4本)
- ・にんじん(中1本)
- ・里いも(中2個)
- ・ごぼう(1/2本)
- ・長ねぎ(1/2本)
- ・干しいたけ(4枚)
- ・油揚げ(1枚)
- ・いりこ(適宜)
- ・みそ(適宜)

【作り方】

1. いりこの頭と腹を取り水につけ、だし汁をとる。干しいたけは水につけて戻しておく。
2. 強力粉(または中力粉)と塩を混ぜ合わせ、水1/2カップを少しずつ加えながら練っていく。手のひら全体を使って、耳たぶくらいの固さになるようによくこねる。生地が柔らかすぎると強力粉を追加する。
3. 生地がまとまったら、手粉を付けながら、10等分(3cm大)にちぎって丸め、棒状に伸ばす。ぬれ布巾を被せ30分以上寝かせておく。



4. 大根・にんじん・里いもは5mm厚さのいちよう切り、長ねぎは1cmくらいのぶつ切り、戻しいたけは石づきを取って4つ割り、ごぼうはささがきにして水にさらす。油揚げは大きめの短冊切り、鶏肉は小さめのそぎ切りにする。
5. 1.のだし汁からいりこを取り除き、しいたけの戻し汁と合わせて鍋に入れ、長ねぎ以外の4.の材料を加えて火にかける。煮立ってきたらアクを取る。具に火が通ったら長ねぎを入れ、寝かせておいただんごを、なるべく薄く伸ばしながら適当な長さにちぎって入れていく。指の腹を使って少しずつ伸ばすと切れにくい。
6. だんごが透き通ってきたら、みそで味付けをする。お好みで七味や柚子こしょうを添えて。

■迅速・冷却■

- ・速やかに調理して早めに食べる。飲食までに時間がある場合は、すばやく冷蔵庫、冷凍庫に入れましょう。

■加熱■

- ・中心温度75℃で1分以上は加熱しましょう

