



かわら版

2026年1月71号

発行 子育て支援サロン“ぴあちえーれ”  
小倉北区浅野3丁目8-1 AIMビル  
3階  
子育てふれあい交流プラザ内  
TEL 093-511-1085

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。

子育て支援サロン“ぴあちえーれ”です。子育ての応援団として今まで皆様と一緒に歩んでまいりましたが、**今年度をもちまして閉所**することになりました。今までの皆様の温かいお気持ちに感謝しています。ありがとうございました。

なお、絵本貸し出しは1月いっぱい貸し出しを終了したいと思います。ご協力、よろしくお願いいたします。

**※子育て支援サロン“ぴあちえーれ”は3月20日から閉所となります。**

## 子育て情報

～7つの“抱きしめ”に想う～

- ①体で抱きしめる
- ②心で抱きしめる
- ③言葉で抱きしめる
- ④視線で抱きしめる
- ⑤振る舞いで抱きしめる
- ⑥関係性で抱きしめる
- ⑦祈りで抱きしめる



涛川(なみかわ)栄太著『抱きしめる教育』より

『ミニ育児講座を開催しています』

1月 8日(木) 楽しい正月あそび、一緒に楽しみましょう 2月10日(火) 体を動かして思い切りあそぼう!!  
1月22日(木) 親子関係から育っていく自己肯定感 2月19日(木) 笑顔で子育て、親子の幸せ

日 時:月2回 不定期 10時30分～11時30分

対 象:1回につき3組の親子(前日までに予約が必要)

場 所:子育て支援サロン面談室

申込先:093-511-1085



今年も参加者の皆様と楽しい時間を過ごしたいと思っています。皆様の参加をお待ちしています。



今年は「速さ」「情熱」「自由」を象徴する午年です。

60年に1度の丙午にあたります。新しい挑戦に踏み出すパワーを秘めた年です。一段と寒さも増してきて、全国でインフルエンザの流行の音が聞こえます。他に怖いものとしてノロウイルスがあります。



## テーマ:ノロウイルスの予防と対策

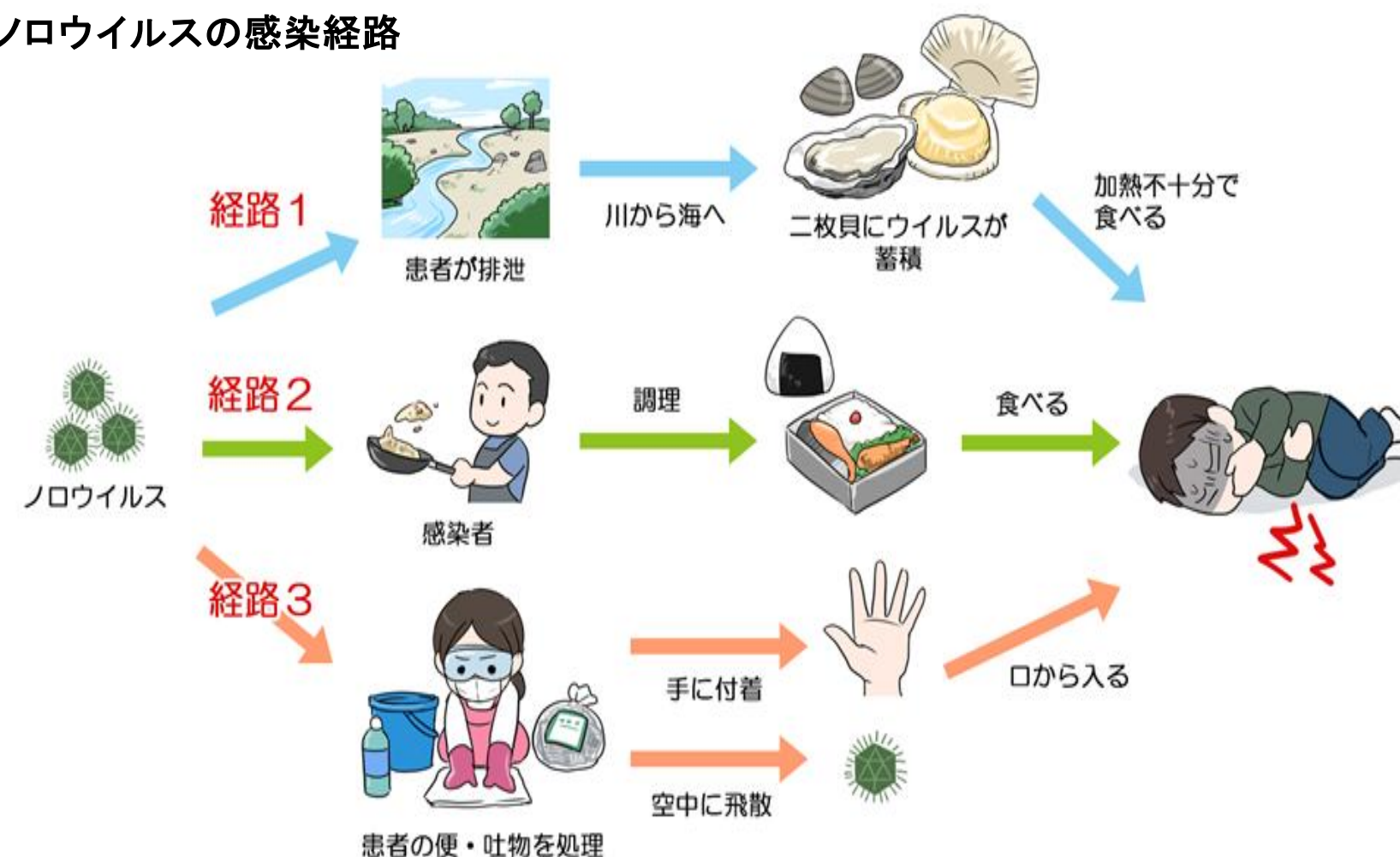
〈ノロウイルスとは〉急性胃腸炎の原因となるウイルス

特に冬に流行しやすい。感染力は強く、わずかに数十個のウイルスでも発生。

主の症状は強い嘔吐・下痢 特に乳幼児や高齢者は脱水症状に陥ることがある。

アルコールでは死滅しません。必ず次亜塩素酸ナトリウムを使用しましょう。

## ・ノロウイルスの感染経路



## ノロウイルスによる感染を予防しよう!

11月～2月にかけて、ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎がピークを迎えます



食中毒を防ぐための3原則は「つけない」「増やさない」「やっつける」です。

### 1. つけない

清潔保持:食中毒を引き起こす細菌やウイルスは、食材や調理を行う人を介して外から持ち込まれる。手洗いや調理器具の使い分けを徹底し、食材に細菌を付着させないようにしましょう。特にウイルスは感染力が強いので、注意が必要です。

### 2. 増やさない(ひろげない)

迅速・冷却:食品に付着した細菌の経過とともに増殖します。調理は迅速に行い、食品は適切な温度で保存することが重要です。特に、10度以下で保存することで細菌の増殖を抑えることができます。

### 3. やっつける

加熱処理:ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。特に肉や魚は中心部までしっかりと加熱することが重要です。中心部が75度以上で1分以上、ノロウイルスの汚染が疑われる場合は85度～90度で90秒以上で加熱する

**寒さ、乾燥の冬到来となりました。食中毒にご用心!!**

