

読者の皆さんから届いたお便りなどを紹介します

母子健康手帳アプリ



アプリのトップ画面には、登録した子どもの年齢や写真が表示される

母子健康手帳アプリは、市区町村で配布している親子（母子）健康手帳の内容を電子化するスマートフォン向けアプリです。手帳の記録を入力すると、子どもの身長や体重のデータがグラフ化され、成長の過程を確認できます。また、妊娠週数や子どもの年齢に応じて、その時に必要な予防接種や健康診査などの情報が市から配信されます。

従来の紙の親子（母子）健康手帳は今後も必要ですが、子どもの成長記録や情報収集のツールとして、アプリをぜひ活用ください。
※ダウンロード後、自治体名「総社市」を登録してください。通信料は自己負担です
問い合わせ こども課母子保健係 (☎ 8261)

チュッピー子育てほっとメール

kosodate@city.soja.okayama.jp

子育ての相談をしたくても時間がとれない人、窓口で相談しにくい人の悩みに、チュッピーと職員・保健師が答えます。



問い合わせ こども課
子育て支援係 (☎ 8268)

学校給食 おすすめレシピ

カツオの香りあえ



●材料(4人分)

- カツオ…200g ●玉ネギ…30g ●パセリ…少々
- しょうゆ…大さじ1 ●シウワガ…少々
- 片栗粉…適量 ●揚げ油…適量
- 調味液…レモン汁=大さじ1 砂糖=大さじ1
しょうゆ=大さじ1 水=大さじ1
酢=小さじ1

●作り方

- ①カツオを2cm角に切り、しょうゆとすりおろしたシウワガに漬け込む。
- ②玉ネギとパセリをみじん切りにし、調味液とともに鍋で加熱する。
- ③①の余分な水分を取り除いて片栗粉をまぶし、160℃に熱した油で揚げる。
- ④③を②であえる。

その他の献立 ごはん 牛乳 浅漬け 新じゃがのみそ汁

子育て王国そじゃ



紹介する手話の動画を撮影する

広報そうじゃ4月号から、手話を紹介するコーナー「手話で広げよう心の輪」が始まりました。日常会話で使えるあいさつなどの手話を毎月紹介していきます。

私は、生まれつき耳が聞こえません。幼いころはスムーズにコミュニケーションが取れずに苦労しました。手話に出会ったのは、4歳から15歳まで通ったろう学校。先輩の手話を見る中で自然と身に付き、小学5年生のころには友人と会話を楽しむまでになりました。今は総社手話サークル「このひら」で活動しているほか、小学校などの出前講座で簡単な手話や聴覚障

がいのことを伝えることも取り組んでいます。連載で、一人でも多くの人に手話を覚えてもらえたらうれしいです。コーナーには私以外のろう者も登場予定です。私たちを見掛けることがあれば、手話でいさつすることに挑戦してみてください。声を掛けていただくのを楽しみに待っています。

(総社手話サークル「このひら」丸山津久志さん・奏)

私はミャンマー出身で、日本で仕事をすると一緒に暮らすため、約7年前に日本へやって来ました。買い物など普段の生活で言葉に困ることが多く、日本語の勉強を始めましたが、特に漢字が難しく苦勞していました。そんなとき、知人から市役所でやっている日本語教室を紹介されて、参加してみることに決めました。

教室では先生や友人と一緒に勉強しています。覚え

た日本語を使って会話することはとても楽しいです。言葉以外に、日本の文化についても学ぶことができました。特に楽しかったのは茶道の授業。お茶や着物について知ることができて勉強になりました。

教室で習ったことは、仕事や買い物、小学校の参観日などで役に立っています。今後の目標は、車の免許を取ることで、学校や市役所からの簡単な通知文を読むようになること、テレビを楽しく見ること。これからももっと勉強して、日本語を上手に話せるようになりたいです。

(北尾ナンさん・真壁)



スマートフォンを使って日本語を調べる北尾さん(写真左)

そうじゃ特産商品シリーズが当たる

広報クイズ

今月の『広報そうじゃ』を読んで、次のクイズに答えてください。

Q マスクが不足する状況を受けて、市内の障がい福祉施設がマスクの製作を開始。商品名は「●●●●●マスク」。

【応募方法】 はがきかメールに答えと住所、氏名、電話番号、市政や広報紙に対するご意見やご要望を明記のうえ、編集室へ。正解者のなかから2人に「そうじゃ消防署カレー」1個と「そうじゃ小学校ライスカレー」2個、「そうじゃ赤米がゆ」1個をセットで贈ります。いただいた意見などに対して、担当課から連絡することがあります。

【応募期限】 6月1日(月) 【3月号の答え】 28
【3月号の当選者】 河野秋子さん(泉)、杉野雅子さん(久代)



[応募総数 19件]

【応募先】 〒719-1192 中央一丁目1番1号 総社市役所市政情報課 ☑ shisei@city.soja.okayama.jp

人口・世帯数 (令和2年4月1日現在)

人口 69,353人 (前月比+7人)
(うち外国人登録1,755人 前月比+20人)
男 33,826人 (前月比-1人)
女 35,527人 (前月比+8人)
世帯数 28,326世帯 (前月比+50世帯)

市民憲章

わたくしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

- 1 郷土を大切に
美しい環境をまもりましょう。
- 1 生涯学び
明るく家庭をきずきましょう。
- 1 たがいに助け合い
あたたかいまちをつくりましょう。

市の花・木・鳥

◎市の花/れんげ ◎市の木/もみじ ◎市の鳥/タンチョウ