

ちゅっぴーろーど CHUPPY ROAD



Route Length
ルート全長 **3km**

総社駅から市役所通り、中央文化筋などを通る3kmのウォーキングコースが完成。総社市地域づくり協議会などが考案した石盤デザインとチュッピーの案内図が埋め込まれています。地図とデザインは以下のとおりです。

問い合わせ 都市計画課 (☎ 8302)



家庭看護力向上



講座を通じて、いざというときの対応方法を身に付ける

子どもが急な発熱や嘔吐などを起こしたときに、戸惑う親が増えています。慌てずに対応できるよう、日ごろの子どもの様子を知り、家庭看護力を身に付けましょう。

9月から、子どもの病気・異変時の適切な対応や子どもとの関わり方などを学ぶ講座を、市内各地区で開催する予定です。適切な対応を学ぶことで、様子を見ながら過ごしてよいか、すぐに対応した方がよいかの判断がしやすくなります。子育て中の人に加えて、祖父母世代や子育て関係者など、多くの参加をお待ちしています。

子どもの様子がいつもと違う際の対処法は、「こどもの救急ホームページ」(<http://kodomo-qj.jp>)を参考にしたり、病院が開いていない夜間や休日の対応として「#8000（小児救急電話相談事業）」を活用したりする方法もあります。

問い合わせ こども課母子保健係 (☎ 8261)

ラッコ広場開催中



市では月に1回、0歳児から就学前の幼児とその保護者を対象に、ラッコ広場を開催し、身体計測や育児相談を行っています。

場所 市保健センター

受付時間 1歳から就学前の幼児は午前10時から11時まで、0歳児は午後1時30分から2時30分まで

持参品 親子（母子）健康手帳

問い合わせ こども課母子保健係 (☎ 8261)



1日程はごさいう

学校給食 おすすめレシピ



夏野菜カレー



●材料（4人分）

- タマネギ…150g ●カボチャ…150g ●牛肉…100g
- ジャガイモ…100g ●ナス…80g ●ニンジン…60g
- ピーマン…40g ●パプリカ…40g ●サラダ油…適量
- 合わせ調味料…カレールー=50g、赤ワイン=大さじ1
ウスターソース=大さじ1、コンソメ=小さじ1

●作り方

- ①タマネギはくし形に切る。牛肉・ジャガイモ・ニンジン・カボチャ・ナスは一口大に切る。ピーマンとパプリカは2cm角の色紙切りにする。
- ②鍋に牛肉とサラダ油を入れて炒める。
- ③②にタマネギ、ニンジン、ジャガイモを加えて炒める。
- ④③に、野菜にかぶる程度の水を加えて煮る。
- ⑤野菜に火が通ったら、カボチャとナス、ピーマン、パプリカを加えて煮る。
- ⑥⑤に合わせ調味料を入れる。

その他の献立 牛乳、海藻サラダ、ガトーショコラ



子育て王国そうじゃ

