

おかざき新聞

大人版

ハンドソープなに使う？

6月から学校が再開しますね。学校でも時間を決めて、手洗いをするようです。
が、最近では頻繁に手洗いをするので、手荒れに悩んでいる方もいらっしゃるのでは？
そこで、ハンドソープについて見直してみるのはどうでしょう？

合成界面活性剤が入っている洗剤で手を洗うと、皮脂を取りすぎてしまったり、常在菌のバランスを崩してしまい、それが手荒れの原因になることがあります。

一方、成分欄に「石けん素地」や「カリ石けん素地」、もしくは「純石けん分（脂肪酸ナトリウムまたは脂肪酸カリウム）」と書いてあるものは、皮膚にも環境にもやさしいです。

また、ハンドソープはふわふわに泡立てて使い、しっかりと水ですすぎましょう。

爪の周りや、指の間、親指の周りは洗い残しが多いので、意識してみるのも良いかもしれませんね。

まちのお手当ほけんしつ
保健師 大島貴栄



地域のお役立ち情報

公共施設の再開に伴い、子育て支援団体も顔を合わせた活動が始まります。オンラインとはまた違う、地域活動のよさがありますね。各団体の活動詳細、現在未定の情報も今後公式ラインにてご案内いたします。

- ・にこにこおやこ「ベビママルシェ」
6月12日10-12時むらさきかん
- ・「あ・そ・ぼ」親子サークル
6月15日～市内各サークル
- ・共育サロンまなびんパーク「まちかど保健室」
6月23日10:30～やはぎかん
- ・和っ家 *同日開催「どうぞのたんす」
6月25日10-14時Cafeあすなろ
- ・みんなの学校
人数を制限して講座開設中
- ・ママユメ
6月から通常講座開催決定
- ・産後ケアマイルmama-ile
6月からの通常活動再開を検討中



岡崎市で子育てをしている家庭が知っておきたい コロナ関連ニュース

5月21日から順次、待ちに待った市内公共施設の再開が始まりました。各施設では感染防止対策が実施され、利用する私たちには「マスクの着用」「手指消毒の実施」「咳エチケット」「2メートルを目安とする利用者間の間隔の確保」が求められます。再開施設を一部ご紹介、一覧はおかざき新聞公式ラインからもご確認いただけます。

5月25日～

- ・南公園（市民プールは今年度中止）
- ・中央図書館（入場制限などあり）
- ・わんパーク（遊具、どろんこプールなど一部に利用制限と使用禁止あり）

5月26日～ ・おかざき世界子ども美術博物館（親子造形センターは6月2日～）

6月1日～ ・市内各子育て広場（利用人数、時間に制限あり）

6月2日～ ・東公園動物園

LINE

LINEで
最新情報を発信
しています。

目まぐるしく変わるコロナ関連情報の発信の他、おすすめ学習教材や高校生のクッキングレシピなどを楽しく発信していきます！

→こちらのQRからお友達へ追加していただけます。



発行責任者：あおやま あきこ

岡崎市内で子育てをしながら、「にこにこおやこ」という市民活動団体を主催しています。今回の新型コロナウイルス感染拡大防止のための休校により、外出自粛生活の中で困っているお母さんや子どもたちが少しでも毎日を楽しみながら正確な情報を得られるようにとこの新聞の発行を決めました。子どもたちや高校生も一緒に力を出し合い編集に協力してくれています。

私自身も、議員秘書と家庭教師としての経験を活かした情報をみなさまにお届けしたいと思っています。

お問合せ：070-5647-8703 WEB版：<http://www.aoyamaakiko.jimdofree.com>

