

おかげさす新聞

大人版

お昼ごはんはどうしてる??

休校が続き、毎日のお昼ごはんづくりが大変というママもたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。わが家も給食のありがたさを楽しみ感じています。とはいえ、わが家の昼食は手抜き極み。「チャーハン」「オムライス」「焼きそば」「パスタ」「そうめん」をローテーションしているだけです。献立を考える手間もなく、買えるものも毎回同じものを買うだけ。小さなホワイトボードに書いて子どもたちにも今日は何のメニューか分かるようにしています。同じものばかりで文句を言われるかと思いきや、そうでもなく、意外と喜んでます。

最近では、小3の息子が「チャーハンが俺がつくる！」と張り切って作ってくれるのでヒヤヒヤしながらも見守って任せています。5月が終わるころにはチャーハンマスターになるかもしれません。そうなれば、これからの長期休みのチャーハンを彼にお任せしようかと思えます。

メニューを固定化して、考える手間を省くと、ずいぶん心が軽くなるので、おすすめです。

NPO法人暮らしの教育機構「みんなの学校」
石原空子



地域のお役立ち情報

どこもお店や施設が営業自粛ですね。とはいえ、こどもの服が小さくなってしまっていたり、お家で過ごすために絵本なども欲しい、また妊婦さんは出産準備を進めたいという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

どうぞのたんす&りんご箱文庫 青空市

住所：Caféあすなろ駐車場
伊賀町3丁目1

日時：5月15日 10時～12時
古子ども服は1着100円、古絵本は1冊200円で購入していただけます。服は5着と1着、絵本は3冊と1冊を交換できます。



品薄のため予約販売受付！ 赤ちゃん用沐浴ガーゼ
マスクの材料として使われているため、ガーゼが品薄状態になっており、困っている妊婦さんやママのために、予約制でガーゼを販売しています。

Hugmamu (はぐまむ) 岡崎店

住所：小呂町2-7-1
電話：0564-64-3996
営業：月、水、木、金、土、日
11:00～17:00



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

緊急事態宣言も休校も31日まで延長されました。市内の地域交流センターや図書館も31日まで閉館が決まっています。しかし、5月に入り東海3県下の感染者数が目に見えて減ってきましたね。6月の学校再開へ向けて期待が高まる一方、PCR検査数が十分なのか不安が拭えないという声もあります。そこで岡崎市でもPCR検査数の公表が始まりました。岡崎市ホームページ上にて7日現在、5月5日までの検査数を確認することができます。

さてこちらは心温まる話、企業や個人から岡崎市に対して、マスクや消毒液の寄付が寄せられています。4月23日現在、なんと寄付されたマスク40,000枚が危機管理用として各学校へ配布されています。安全な学校生活へ向けて、様々な方が心を砕いてくださっていることを嬉しく思う一方、6月に学校再開を無事迎えられふよう、私自身も気を緩ませることなく日々を過ごしていきたいと思えます。

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、おすすめの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からお友達へ追加をしていただけます。



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>

