

# えがおがいちばん!!



よこやま そな  
横山 想菜ちゃん (1歳)

「産まれてきてくれてありがとう♡」

## 小学校就学前までのお子さんの写真を募集しています!

### ★申込方法★

掲載を希望されるお子さんの写真(プリントしたもの、またはデジタルデータ)と、お子さんの名前(ふりがな)、生年月日、年齢、親の名前、郵便番号、住所、電話番号、15文字程度のコメントを記入した申込書を添えて提出してください。郵送、E-mailでも受け付けます。

※申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。

【問い合わせ・申込先】 ☎ 756-8601  
山陽小野田市役所 シティセールス課 ☎ 82-1148



# ねたろう君の食育くらぶ

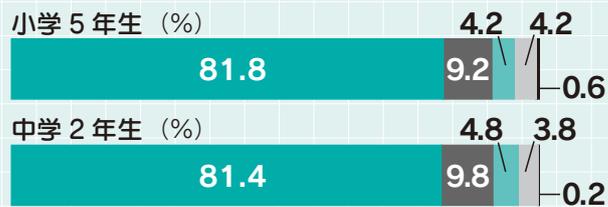
元気いっぱい★



## 6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」です

食育とは、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人を育てることです。

### ■1週間にどのくらい家族と食事をします?



■ほとんど毎日 ■週3~4日 ■週1~2日  
■ほとんど一緒に食べない ■無回答

孤食(1人で食べる)や子食(子どもだけで食べる)などの「コ食」が問題になっています。調査では、「ほとんど一緒に食べない」と答えた児童生徒が、4%前後いることがわかります。

[平成29年度市調査]

### 食卓を家族団らんの場にしましょう

「コ食」の機会が多いほど「偏食になりやすい」などの傾向があります。食卓はコミュニケーションの場であり、子どもの食育の場でもあります。できるだけ、家族そろって食卓を囲むようにしましょう。



【問い合わせ先】健康増進課 ☎ 71-1814

水道のことは水道局まで ☎ 83-4111

# 水とくらし



## ◎災害時の飲み水はどうなる?

災害時には、飲み水確保のため、避難所や断水した地区を優先して、給水タンク車で水を運びます。水道局には、2tの給水タンク車を2台、1tの給水タンク車を1台配備しています。また、持ち運び可能な給水袋や災害備蓄用のペットボトルを製作し、災害に備えています。



## ◎災害時に必要な飲み水の量は?

生きていくために必要な飲み水の量は、1人あたり1日3ℓです。日ごろの備えとして、「家族の人数×3日分の水」を備蓄しておくことをおすすめします。水道水を保存する場合は、塩素による消毒効果を長持ちさせるため、以下の点にご注意ください。

- 清潔で密閉できる容器(なるべく大きいもの)に、いっぱいになるまで入れる
- 煮沸せず、浄水器を通さずに容器に入れる
- 塩素による殺菌効果は3日程度。冷暗所(冷蔵庫等)で保存し、3日を経過したものについては、飲み水以外に使用する