

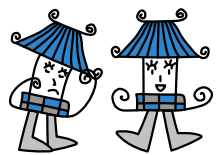


生活費 二

子どもを自転車事故から守るために

消費者庁には、12歳以下の子どもによる自転車事故の情報が、約400件（平成26年2月末現在）寄せられています。
自治体や専門機関と連携し、子どもの自転車事故防止に向けた検討を行ったところ、ブレーキ点検とヘルメット着用的重要性が提起されました。

問 住民保険課戸籍住民相談係 ☎34・2087



事例1

小学生の子どもが、自転車で転んではがをした。ハンドルとブレーキの間の幅が子どもの手には広すぎるので、ブレーキが掛けづらい。

事例2

子どもが自転車走行中に転倒した。その後おう吐が続き、救急車を呼んだ。おう吐は脳しんとうによるものと診断され、入院した。ヘルメットは着用していなかった。

事例3

自転車で走行中の小学生が、交差点で自動車と出会い頭に衝突し、跳ね飛ばされ重傷を負ったものの、ヘルメットを着用していたため、一命は取り留めた。



●自転車のブレーキレバーの幅は、お子さんの手に合っていますか？
ブレーキの調整は事故予防のために極めて重要です。購入時だけでなく子どもの成長や体格に合わせて、定期的に自転車販売店などで調整してもらいましょう。

●自転車に乗る際は、ヘルメットをかぶっていますか？
万が一、事故に遭っても、ヘルメットの着用で頭部への衝撃を軽減することができます。必ずかぶりましょう。

●安全基準のSGマーク、BAAMARK、TSマークがついていますか？
SGマーク：製品安全協会
TSマーク：製品安全協会
SGマークが貼付された製品に貼付。欠陥による万が一の人身事故に対して

「対人賠償責任保険」がついていません。



BAAマーク：自転車業界の自主基準「自転車安全基準」を制定。自転車安全基準に適合した自転車についています。

TSマーク：自転車安全整備士が点検整備した普通自転車に貼られます。傷害保険と賠償責任保険が付帯されています。

トラブルになった場合は、できるだけ早く消費生活相談窓口にご相談してください。

消費生活相談

商品やサービスに関する相談

日時 毎週火・金曜日
(祝日を除く)

午前10時～午後3時

場所 町役場1階103相談室

☎32-2901 (内線174)

担当 消費生活専門相談員

相談方法 面談・電話

てんいち先生

※「てんいち」とは、てん（英語の10）と、いち（1）を合わせて11（毎月11日は人権を確かめあう日）という意味です。





子どもの成長を願って

すこやか



今、大切にしていること ～400字作文応募作品から～

町青少年健全育成推進協議会事務局
(生涯教育課内) ☎ 32-6193

今年度も「つながり」・「絆」を合言葉に、多くの取り組みが行われます。そのうち「今、大切にしていること」をテーマに書いた中学3年生の作文を、一部抜粋と要約で紹介し

◆ ◆
●私が大切にしているのは「笑顔」です。「笑顔」といっても種類がたくさんあると思います。例えば、友達と面白いことを言って笑う笑顔や、つらいのに無理して笑う笑顔など、その時々によつていろいろです。その中でも一番大切にしているのは、しんどい時こそ自分ができる笑顔です。それを感じたのは試合の時でした。だんだん点

差が開いてきて顔がひきつっている時、応援席から、「笑顔笑顔！」

という声が聞こえてきました。その声で、我に振り返り冷静になった時、笑顔になれる自分がいたんです。私は「笑顔」が持つ大きな力を、その時、強く感じました。

●僕がこの2年間で学んだことは、友達関係です。この2年間、たくさんの友達に助けられながらも、学校生活を送ってきました。例えば、僕に困りごとがあったとき、友達は「どうしたん」とか「何かあったん」と、声をかけてくれます。その友達に悩みを打ち明けると、友達は、答えてくれます。それだけじゃなく、勉強で分からないところがあると、教えてくれます。友達としゃべっていると、暗かった僕の心が明るくなつていきます。友達といると、切り抜けられないことも切り抜けられるような気がしています。

◆ ◆
多くの中学生は、今までのさまざまな経験をを通して「大切にしていること」をしつかりと持っています。私たち大人は、その思いや願いを温かく受け止め、子どもたちの健全な成長を見守り、励ましていきたいものです。

すくすく子ども食育プラン

簡単! バランス朝ごはん

作り方

- 1 グラタン皿に薄くサラダ油を塗る。
- 2 玉ねぎは横半分に切り、薄切りにする。トマト、ブロッコリー、ソーセージはひと口大に切る。ボールに入れ、塩・こしょうで和える。
- 3 グラタン皿に2を入れ、真ん中にくぼみをつけ、均等に分ける。くぼみに卵を割り落とし、卵に数か所つまようじを刺して穴をあけておく。電子レンジ(600W)で2分加熱する。
- 4 3にピザ用チーズをのせ、オーブントースターで5分加熱し焦げ目をつける。

トマトの赤い色はリコピンという色素によるもので、完熟して色の濃いものほど多く含まれています。

このリコピンには抗酸化作用があり、老化防止やがん予防、肌や皮膚を若々しく保つ美容効果など多くの働きがあります。



トマトグラタン

1人分エネルギー 225kcal

材料 (4人分)

- ▶卵……………4個
- ▶玉ねぎ……………大1 / 2個
- ▶トマト……………大1個
- ▶ブロッコリー……………80g
- ▶ソーセージ……………4本
- ▶ピザ用チーズ……………80g
- ▶サラダ油……………小さじ1
- ▶塩・こしょう……………少々