

いきいき 子育て

子育て支援課 ☎72-8260



子育てワンポイント 上手な薬の飲ませ方

子どもが風邪などをひいてしまい薬を服用する場合、なかなか思うように飲んでくれない時があります。そんな時の上手な薬の飲ませ方をご紹介します。

シロップ剤

▽方法1「哺乳瓶の乳首で」

シロップ剤をそのまま乳首に入れてくわえさせます。嫌がる時は、乳首の穴を少し大きくするとよいようです。

▽方法2「スポイトで」

スポイトで吸い上げ、口のわきから子どもの頬の内側に流し込みます。のどを突かないように注意しましょう。

▽方法3「スプーンで」

スプーンを飲ませる要領で飲ませます。吐き出してしまうこともあるので、スプーンは

心持ち奥に入れ、ゴクンと飲ませます。

▽方法4「小さいコップで」

大きくなった子どもならシロップ剤を小さめのコップなどに移して、そのまま飲ませます。

※ボトルから直接飲ませてはいけません。量を間違いやすく、薬が汚染されることがあります。

粉薬

▽方法1「ペースト状にする」

小さな器に粉薬を入れ、数滴の水をたらして、ダンゴ状に練ったものを、子どもの上あごや頬の内側に塗り付けます。舌の上に乗せてしまうと苦みを強く感じてしまいます。

▽方法2「水で溶く」

飲み残さない程度の量の水またはぬるま湯に溶かしてスプーンなどで飲ませます。

▽方法3「食べ物に混ぜる」

アイス、プリン、ヨーグルトなどに混ぜて食べさせます。ただし、子どもが食べ切れる量に混ぜます。

※主食ごはん、ミルクなどや、体温より高い温度のものには混ぜてはいけません。薬によつては、食べ物に混ぜると効果弱まる場合があるので、何に混ぜてよいか医師・薬剤師に相談しましょう。

国際交流ルーム発



ハロー！ まいばれんど ⑭ ボランティア通訳募集！

国際交流ルームは、来年9月19日から23日まで北上で開催される「第18回アジアマスターズ陸上競技選手権大会」のボランティア通訳を募集しています。

英語をはじめ、アジア諸国の言語に堪能な人、日本人・外国人を問わず登録を受け付けます。同大会は男女とも35歳以上から出場できます。昨年は台湾の台北市で加盟25カ国中18カ国の参加で開催され、来年は45カ国の加盟国から選手と役員、関係者が北上に集まります。

私たちはこの大会を機に北上の良さを多くの人々に知ってもらい、北上に来てよかったと思っただけのような大会にしたいと考えていますので、この大会と一緒に盛り上げていきましょう。研修など詳細は当ルームまでお問い合わせください。



昨年11月、台北市で開催されたアジアマスターズ総会で北上招致のプレゼンテーションを行う岩手マスターズ陸上競技連盟理事長の八重樫輝男さん(右)



電話・ファクス：63-4497

電子メール：kiah@kitakami.ne.jp

おでんせプラザぐろーぶ3階 生涯学習センター内

開館日：毎週月-土曜日 午後1時-7時

休館日：日曜・祝日、第3水曜日、年末年始

KONAMI SPORTS CLUB

身体に良いこと始めませんか？

**運動方法が分からない方は
ご相談ください!!**

・メタボ予防&改善!!

日々の積み重ねが大事!少しずつの運動を週3回くらいから始めましょう。きっと自分の身体に変化が出てきます!!これであなとも、脱メタボ!!

[開催日時]サンレック北上/水・木 12:00~13:00

厚生労働大臣認定「健康増進施設」

コナミスポーツクラブ北上

〒024-0092 岩手県北上市新穀町一丁目4番1号
ツインモールプラザ西館7・8階

0197-61-4700

**見学時OK
入会受付中**

営業時間 [月・水~金] 10:00~22:00
[土] 10:00~21:00 / [日・祝] 10:00~18:00

入会受付 [月・水~金] 10:00~21:00
[土] 10:00~20:00 / [日・祝] 10:00~17:00

休館日 火曜日(メンテナンス休館)



1月のイベントカレンダー

※イベントは変更・中止になる場合があります。

期日	内容	時間	場所
1(水)			
2(木)			
3(金)	全血献血	10:00~16:30	江釣子SCバル
4(土)			
5(日)			
6(月)	市勢功労者表彰式 新年交賀会	14:30~ 15:30~16:45	ホテルシティプラザ北上 "
7(火)			
8(水)	冬期「体験!一日図書館司書」	9:00~15:30	中央図書館
9(木)	埋蔵文化財展「国見山廃寺展」 こども映画スペシャル	10:00~19:00 10:30~11:30	さくら野百貨店北上店3 階催事場 -1/13 中央図書館
10(金)	こども映画会スペシャル	10:00~11:00	江釣子図書館
11(土)	年中行事再現「ミズキダンゴづくり」 平成26年北上市消防出初式 こども映画会スペシャル 発掘調査報告会・講演会	10:00~12:00 10:00~12:00 10:30~11:30 13:00~17:00	みちのく民俗村体験厨房 さくらホール 和賀図書館 日本現代詩歌文学館
12(日)	心肺蘇生法講習会 全血献血 おはなし会 北上市成人式	9:00~12:00 10:00~16:30 11:00~11:30 13:00~15:00	北上消防署 江釣子SCバル 中央図書館 さくらホール
13(月)			
14(火)			
15(水)			
16(木)			
17(金)	全血献血	9:30~11:00 12:00~13:00 14:30~16:30	県企業局県南施設管理所 (株)ツガワ北上工場 北上コンピュータ・アカ デミー
18(土)	おもちゃの修理屋さん	13:00~15:00	生涯学習センター
19(日)	おはなし会	11:00~11:30	和賀図書館
20(月)	全血献血	12:00~13:30 15:00~16:30	日高見中央クリニック (株)東北佐竹製作所
21(火)			
22(水)			
23(木)			
24(金)			
25(土)	こども映画会	10:30~11:30	中央図書館
26(日)	税納付臨時窓口 ふるさと雪っこまつり	9:00~16:30 9:30~17:30	本庁舎地下食堂 ふるさと体験館「北上」
27(月)	全血献血	9:30~11:00 15:00~16:30	(株)アジテック 東北ポール(株)北上工場
28(火)	全血献血	9:30~11:00 15:00~16:30	北上警察署 マルハン北上店
29(水)			
30(木)			
31(金)			

※成分献血は原則として予約が必要です。献血日の1週間前までに福祉課☎72-8213または日赤北上地区(☒ jcr-citykitakami@echna.ne.jp)へお申し込みください。



中央図書館 ☎ 63-3359
江釣子図書館 ☎ 77-2215
和賀図書館 ☎ 72-2322
中央図書館のホームページ
<http://www.library-kitakami.jp/>

《おすすめ新着本》

『魂の旋律
佐村河内 守』
古賀 淳也/著
NHK出版

全響の作曲家に寄り添った著者が、いのちの作曲の軌跡をつづる。

2013年3月に放送されたNHKスペシャルの書籍化。



『ほんとおおきさ・
てがたあしがた図鑑』
小宮 輝之/著
学研教育出版

チンパンジー、ジャイアントパンダ、ライオン、カンガルーなど、いろいろな動物の手形・足形を「ほんとおおきさ」で紹介します。



《12月の新着本から》

- ▼ まほろ駅前狂騒曲 三浦 しをん
- 一般書 世の中それほど不公平じゃない 浅田 次郎
- ガムテープバッグの作り方 中島 麻実
- ▼ 簡単!おいしい!サバ缶レシピ ナガタ ユイ
- ▼ 十二支のおやこえほん 高島 純/作
- こぐまのクークの12か月 かさい まり/作・絵
- 児童書 浅田真央そして、その瞬間へ 吉田 順
- ものの値段大研究 P H P 研究所

開館時間

中央図書館 午前9時~午後7時
※土・日曜日、祝日は午後6時まで。
江釣子図書館 午前9時~午後5時(10~3月)
和賀図書館 午前9時~午後5時
※休館日は毎週月曜日(この日が祝日の場合は翌日の火曜日)。

きたしん サポート300 フリーローン

お使いみち自由
(事業用資金もOK)

お申込み簡単(所得証明書・見積書不要)
パート・アルバイト・主婦・年金受給者
事業者もOK

担保・保証人不要
(保証会社(株)クレディセゾン)

ご返済も毎月分割
最長7年まで!

ご融資金額10万円~300万円まで
WEB(インターネット)・FAXで審査申込みOK!
最短60分のスピード審査!

- ご融資金利
固定金利 年9.50%(保証料込)
※保証会社の審査により年9.50%でのお取扱いが出来ない場合は
固定金利年13.50%(保証料込)の商品で同時手続きをさせていただきます。
※審査結果によっては、ご希望に添えない場合がございます。
- ご本人確認資料(運転免許証・パスポート等)

北上信用金庫 <http://www.kitakami.ne.jp/~shinkin/>