

子育て情報誌

おおむたっ子

Vol. 42

2021 2022
11 ▶ 2



遊んで学べる三川坑跡^{あと}

三川坑跡 イルミネーション風景
11月20日(土)よりスタート
(土・日・祝日開催)
三池港あいあい広場と
あわせて点灯します



- 親子ミニ英会話
- かんたんファミリークッキング
「いちごのホールケーキ」
- 免疫力を高める食事をしよう!
- 子育て情報掲示板
- 大牟田市の学童保育所・学童クラブ



おおむたっ子の
バックナンバー
はこちら!

イラスト 古賀美由紀

特集! 遊んで学べる三川坑跡

三池炭鉱
関連資産

三川坑は三池炭鉱で1番長く活躍した炭鉱です。昭和15(1940)年に開坑して平成9(1997)年3月に三池炭鉱閉山とともに閉坑しました。現在は遊びながら歴史を学ぶことができる施設になっています。

遊ぶ

■セグウェイゴーカート
小人300円 大人500円
(5分間)



■施設内には、小さい子ども連れにはうれしくつろぎスペースや売店もあります。ジャージグッズや飲み物なども販売されています。



■当時の様子がわかる模型がたくさんあります。



■5月には鯉のぼり、11月はイルミネーション、季節毎に楽しむことができます。



施設のどこかにかかし人形の炭鉱夫のぼくたちがいるよ。探してみてね!



学ぶ

炭鉱マンになりきって出発!



■4両の炭鉱電車が並んでいます。受付で申し込むと500円で運転席にのれます。



■3人掛けのイスに座って長い坑道を下っていきます。大人3人はせまそうです。



■坑道入口は現在では埋められています。人と比べるとその大きさがわかります。



■巻揚機室には操縦機がそのままの状態に残っています。30年前にタイムスリップしたみたいです。

今回案内していただいたお二人です

入江 裕二郎さん

(三池港未来のまちづくり会代表)
歴史的資産に留まらず、親子で1日遊べる三川坑跡を目指して、様々な取組みに力を注がれています。



堀内 基さん

(シルバー人材センター所属)
ガイドを務める元炭鉱マン。巻揚機室に勤務されていたときの名札がそのまま残っていました。他にも7名のガイドさんがいらっしやいます。



所在地 大牟田市西港町2丁目(三井港倶楽部ウラ)
見 学料 無料(ガイドによる解説あり) 申込み 不要 駐車場 あり
見 学曜日と時間 毎週土曜日・日曜日及び祝日
4月~11月 9:30~17:00(最終入場は16:30)
12月~3月 9:30~16:30(最終入場は16:00)
お 問合せ 大牟田市総合政策課 TEL0944-41-2501



親子 三三英会話

こんかい
今回は、大牟田のおすすめ
ばしょ、さそ つか
の場所に誘うときに使える
えいご
英語だよ！



②〇〇にいてみよう！

レッツ ゴー トゥー
Let's go to 〇〇.
(〇〇にいてみよう！)

レッツ ゴー トゥー オオムタ ズー
例) Let's go to Omuta zoo.
(おおむたどうぶつえんにいてみよう！)



「おおむたっす」29号 特集記事 掲載写真より

かんたんファミリークッキング

いちごのホールケーキ

材料 (1ホール分)

- カステラ切れはし(市販): 1パック
- シロップ
- 水: 大さじ3
- 砂糖: 大さじ2
- リキュール: 小さじ2※
- (上記の材料を混ぜ合わせ中火で3分ほど加熱。缶詰の果物を使う場合はシロップの代わりに缶詰の汁でもよい。)
- ※リキュールは入れなくてもOK。
- 生クリーム: 300ml
- 砂糖: 20~30g
- いちごスライス: 20個分
- いちご、ブルーベリーなど飾り用果物



オーブンがなくても
作れます！



作り方

- 1 カステラの切れはしをまな板や皿の上にならべて、シロップをぬる。(生地に紙がついている場合があります。必ず取り除いてください。)
- 2 砂糖を加えて、7~8分立てにしたクリームの3分の1をケーキの生地の上にぬる。(1枚だけ生地の2分の1塗る)
- 3 クリームを塗った生地にスライスしたいちごを並べる。(注 写真は冷凍カットいちごを使用しています。)
- 4 クリームを塗っていない生地を中心にカステラを巻いていく。残りの生地を張り付けるように巻いていき、ホール状にする。
- 5 残りのクリームを生地全体にぬる。いちごやブルーベリーで飾る。

巻き始めが大事！

クリームをぬって
いない生地が
中心になります！



完成！

ココが巻き始め

免疫力を高める食事をしよう!

～ウイルスに打ち勝つために～

うがい、マスク、十分な睡眠の心がけは大切です。それでもウイルスに感染する人、しない人がいます。これは人間の体には、侵入したウイルスや細菌を排除したり増殖を防いだりする「**免疫機能**」が備わっており、この機能がどうか低いか高きかなのです。そのためこの免疫機能を高めることがとても大切です。それと同時に殺菌作用・抗ウイルス作用を持つ食べ物をとり、ウイルスを減らして感染を予防しましょう。

発酵食品を食べて 腸内環境UP

免疫細胞の7割はなんと、腸に集まっています。病原菌の多くは腸を介して全身にめぐるため、腸のバリア機能を強くすることが大切です。腸内を弱酸性にして腸内細菌の悪玉菌の増殖を抑え善玉菌を刺激して活性化します。



特にヨーグルトは乳酸菌やビフィズス菌が多くおすすめです。

食物繊維をとって さらに腸内環境UP

食物繊維は、腸内細菌の善玉菌のエサとなって腸内環境を整えます。特に「水溶性食物繊維」がよいといわれています。



ごぼうは水溶性食物繊維が豊富上に善玉菌のエサになるオリゴ糖が豊富です。

免疫力UP!

βグルカンで 免疫力UP

βグルカンは腸内の免疫細胞にダイレクトに働きかける食物繊維で、キノコ類に多く含まれています。



きのこ類はビタミンDも豊富！
ビタミンDも免疫力を高めます。

殺菌・抗ウイルス 作用の食べ物で 細菌やウイルスを やっつける!

しょうがやにんにくには**殺菌効果**のある成分が、長ネギや緑茶には**抗ウイルス効果**のある成分が含まれています。



参考資料：「令和3年1月発行 大牟田市中学校給食センター食育だより」
食育だよりをご覧になりたい方は 大牟田市教育委員会 学校給食担当ホームページへ

子育て情報 掲示板

(令和3年11月～令和4年2月)

★参加費の明記がないものは無料です。

★それぞれ情報の詳細については、

各問合せ先へ直接おたずねください。

★それぞれの対象をマークで表示しています。

どなた
でも



乳幼児

幼児

小学生

※新型コロナウイルス感染症の影響で掲載しているイベントなどが中止または延期になる場合があります。詳しくは、各問合せ先に確認してください。

日 とき 所 ところ 対 対象 ¥ 参加費

申 申込期間 主 主催 TEL 問合せ

遊びにきませんか

つどいの広場からのお知らせ (☎ 52-5656)

1. 遊びにきませんか？



「つどいの広場」は、好きな時間に来て、子ども同士、親同士が交流できる広場です。いっしょに遊んでおしゃべりして、楽しみながら子育てしましょう！毎月さまざまな行事も行っています♪

所 えるる1階 ¥ 無料 申 必要

対 おおむね0～3歳までの子どもとその保護者(市外の方も利用可)

2. 家族で行こ行こわくわくDay



11月は家族月間！親子の絆を深める為に新栄町えるるにて様々な遊びや催しを行います。家族で楽しめるイベント満載です！

日 11/21(日) 10:00～12:00 所 えるる ¥ 無料

対 おおむね小学4年生までのご家族とこれからパパ・ママになる方

大牟田文化会館のイベント (☎ 55-3131)

1. 星空観望会 ほしぞら☆探検隊in有明高専

どなた
でも

有明高専の建築科棟屋上から、月、夏の大三角、秋の大四辺形、プレアデス星団などを観望予定。有明高専天文部のメンバーが星空案内をしてくれます。ぜひ、ご家族そろってご参加ください！

日 11/5(金) 所 有明工業高等専門学校

対 小学生以上～(定員20人) ¥ 無料 申 必要

2. 第45回 九州青年美術公募展

どなた
でも

本展は、高校生から39歳までの新人・青年作家の優れた才能を発見し、支援するものです。若い力の優れた才能と感性豊かな作品の数々をぜひご覧ください。

日 11/21(日)～27(土)

所 文化会館2階 展示室・第3会議室

対 どなたでも ¥ 無料

3. 憩いのmori ミニコンサート

どなた
でも

日曜日の昼下がりのひと時、音楽に満ち溢れた時間と空間をご一緒できますようにとひと月に一度の小さなコンサートを企画しました。

日 11/14(日)、12/12(日)、1/23(日)、2/13(日)

所 文化会館1階 憩いのmori

対 どなたでも ¥ 無料



子育てフリースペース「じゃん・けん・ぽん」



何気ない会話から子育ての悩みまで、スタッフと話すことで気持ちも楽になれるかも。子育て中の方どなたでも大歓迎。時間内出入りは自由です。気軽に遊びにきませんか。

日 第1、第3木曜日 10:30～14:30
(祝日・年末年始は休み)

所 グリーンコープ上宮店2階
対 0歳から就学前までの乳幼児親子及び妊婦の方

¥ 大人1人1回100円

主 ・ TEL グリーンコープ生協ふくおか(☎ 092-482-7771)



参加しませんか

地域で子どもを育て隊♪ アンビシャス広場 ボランティアスタッフ養成講座

子どもたちが自由につどえる「駿馬地区アンビシャス広場」のお手伝いをしていただける方を募集します！

日 11/20(土)、27(土)、12/4(土)、11(土)、18(土) 全5回
13:00～15:00 ※11/20(土)のみ13:00～15:30

所 駿馬地区公民館 ※12/4(土)のみ駿馬小学校

対 60歳以上 ¥ 無料(別途材料費・800円)

申 必要 11/12(金) 締切

TEL 駿馬地区公民館(☎ 57-5443)

新年カルタ大会



「江戸いろはカルタ」での大会をします。5人一組で参加できます。あなたも挑戦しませんか。

日 1/10(月祝) 所 手鎌地区公民館

対 小学生 ¥ 1チーム500円

申 必要 12/23(木)までに生涯学習課(☎ 41-2864)へ

主 大牟田市子ども会育成者連絡協議会



イン・リーダー養成講座Ⅲ



地域の子ども会活動などのリーダー役になりませんか。楽しくゲームなどをしてリーダーになる学習をします。

日 1/30(日) 所 えるる

対 小学4年生～6年生(先着20人) ¥ 200円

申 必要 12/13(月)～1/11(火)までに生涯学習課(☎ 41-2864)へ

主 大牟田市子ども会育成者連絡協議会

見に行きませんか

光の航路

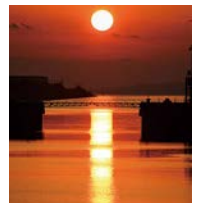
どなた
でも

年に2回11月と1月に、三池港の航路先端から展望所まで、「光の航路」が現れます。ぜひ見に来てください。

日 11月16日(火)～11月25日(木)

¥ 無料 所 三池港展望所 対 どなたでも

主 大牟田市観光おもてなし課(☎ 41-2750)



登録しませんか

ファミリー・サポート・センター (☎ 55-3660)

子育ての手助けをしてほしい保護者のために、子育てのお手伝いができる人がサポートする、地域の子育てネットワークです。つどいの広場と同室にあります。詳しい内容はお問い合わせください。

所 えるる1階 ¥ 無料 申 必要



安全に楽しく過ごせる

学童保育所・学童クラブ

学童は、保育の知識がある支援員と過ごす放課後の「遊びと生活」の場で、遊びや生活を通して、子どもたちの健全な育成を図る施設です。

放課後に仕事などで家庭に保護者がいない等の小学生が利用できます。

公 設

学童保育所・学童クラブでは、放課後、宿題をしたあと、部屋や校庭で遊んだり、おやつを食べたりします。学校のない日は、お弁当を持参します。季節の行事や、地域性を活かした活動なども取り入れています。

No.	名 称	所在地	電話番号	No.	名 称	所在地	電話番号
1	みなと学童保育所	上屋敷町2-3-1 みなと小内	080-6438-0582	11	高取学童保育所	歴木1807-58 高取小内	51-7987
2	天領学童クラブ	天領町1-145-1 天領小内	52-8677	12	三池学童保育所	新町289-1 三池小内	51-7986
3	駿馬学童クラブ	馬場町17 駿馬小内	53-0091	13	羽山台学童保育所	草木587-3 羽山台小内	57-0505
4	天の原学童クラブ	笹原町3-116 天の原小内	53-4399	14	銀水学童保育所	田隈175-12	53-1690
5	大牟田中央学童クラブ	笹林町1-1-3 大牟田中央小内	54-8881	15	吉野学童保育所	白銀959	50-1388
6	大正学童保育所	大正町5-5-9 大正小内	55-0303	16	吉野学童クラブ	白銀967-17 吉野小内	58-7500
7	中友学童保育所	中友町1-20 中友小内	52-4362	17	倉永学童クラブ	倉永1307 倉永小内	58-0503
8	明治学童保育所	明治町2-21-1 明治小内	57-2335	18	手鎌学童保育所	唐船383-1	57-0600
9	白川学童保育所	中白川町1-183 白川小内	54-4722・57-7153	19	手鎌学童クラブ	唐船395 手鎌小内	56-2488
10	平原学童クラブ	平原町333 平原小内	53-6029				

※上内小学校は吉野学童保育所・学童クラブへ、玉川小学校は天の原学童クラブへの送迎を行います。

民間の施設

公設の他に、市に届出をしている民間の施設があります。申込み・問い合わせ等は、各施設にお尋ねください。

No.	名 称	所在地	電話番号
1	そよかぜ学童保育所	今山1180 三池小学校区内	43-1427
2	てとての学童クラブ	小川町30-1 菅原病院敷地内・天領小学校区内	55-1555
3	放課後児童クラブひまわりKids	一浦町5-7 大牟田中央小学校区内	31-4212



* 入所対象者、開所時間、利用料、入・退所の手続き等は各学童保育所・学童クラブまたは、保健福祉部 子ども育成課 地域子ども支援担当にお問合せください。

* 学童保育所・学童クラブで働く支援員も募集しています。子どもたちと一緒に時間をすごしてみませんか。

保健福祉部 子ども育成課 地域子ども支援担当 電話：41-2248

水害に負けず、がんばっています！

みなと学童保育所

みなと学童保育所は令和2年7月豪雨時、床上約90cmまで浸水しました。

現在は小学校のランチルームを借りて子どもたちは毎日楽しくすごしています。

もとの場所には新たに2階建ての施設を整備中で、まもなく完成します。



がんばろう



令和2年7月豪雨災害時

学童保育所 新築中



お おむ たっ 子 づ ら ん

このコーナーでは毎回、子育てについてのアドバイスやメッセージを子育ての先輩方から寄せていただきます。あなたの心に留まる言葉にきっと出会えるはず……………。

優しく思いやりのある子どもに パート2

前回の第41号では、人の心に心地よさを感じさせる刺激(＋のストローク)と不快にする刺激(－のストローク)についてお知らせしました。今回の42号では、何が人の心を最も不快にしてみよう刺激なのかについて考えていきましょう。

人からされる行為で、不快な気持ちになる刺激には、叩かれる・怒鳴られる・睨まれる・悪口を言われる等々、様々なものがあります。実は、ストローク論を提唱されたエリック・バーン氏は、最も不快な気持ちにする刺激は「無視される」ことであると言われていいます。貧しい人々への奉仕に身を投じたマザー・テレサも、「最

も深刻な飢えは孤独である」と言っていますが、同じことを言うておられるのだと思います。自分の存在を認めてもらえず、ひとりぼっちにされることが、人の心に大きなダメージを与えるということです。

子どもが言うことに耳を傾けない、忙しさにかまけて子どもと向き合わない。そういうことが子どもの心に－のストロークをため、優しさや思いやりの心を奪っていくのです。悪気がなくてもついやってしまいがち。注意していきたいですね。

次号では、何が子どもの心に最もよい刺激となるのか? 「優しく思いやりのある子どもに」育てていくことの秘訣について考えてみたいと思います。

生涯学習課次世代育成担当
地域活動指導員



K.A

お た よ い こ ー な ー ★

皆さんから応募して頂いた作品です。ありがとうございました。作品はすべて延命庁舎に展示しています。



中友小学校 1年
川口 ゆずる



中友小学校 1年
かねこ はるか



中友小学校 3年
金子 みづき



中友小学校 3年
まいにゃん



三池小学校 1年
ひろしま ひな



駿馬小学校 1年
石田 陽音



羽山台小学校 1年
かわしま このか



銀水小学校 3年
井形 晃太

おたより募集

43号に向けて、自由に書いたイラストや
お手紙などを募集します。

たくさんのご応募をお待ちしています。

※イラストには色をぬり、氏名・学校名・学年・住所・電話番号を
書いて下記まで送ってください。

〒836-0872 大牟田市黄金町1丁目34番地(延命庁舎内)
大牟田市生涯学習課 次世代育成担当
「おおむたっ子」おたよりコーナー

※作品は各地区公民館に設置している作品箱からも応募できます。
※応募作品はお返しできません。

募集しめきり 令和4年1月14日(金)まで

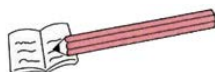


白川小学校 2年
中島 冬弥



白川小学校 2年
前田 結羽愛

あ と が き



先日ワクチン接種後、腕が激痛で上がらなくなりました。家事ができずに困っていると、なんと子どもたちから「晩ごはんを作るよ!」という言葉にビックリ。小さかった子ども達が成長し、こんなにも頼もしく感じたことはありませんでした。子育ては大変なこともあります。いいことも沢山あるんだと思います。(R.N)

〈 発行 〉

おおむた子育て情報事業運営委員会

〒836-0872

福岡県大牟田市黄金町1丁目34番地

大牟田市 生涯学習課 次世代育成担当

TEL0944-41-2864 FAX0944-41-2210

Email e-shogaigakushu03@city.omuta.fukuoka.jp

おおむたっ子設置場所

えるる、市役所、保健センター
公立公民館、市立図書館
動物園、銀行、郵便局
文化会館、花ぶらす館
大牟田駅、新大牟田駅
リフレスおおむた
ゆめタウン大牟田
イオンモール大牟田など

次回(第43号)は、3月発行予定です。