

乳幼児健診の日時は、健診日の1～2か月前に郵送でお知らせします。  
 ※上田地域の10か月児対象の個別健診は、通知はありません。各医療機関へお問い合わせください。



## 事故予防

「第四次 上田市民健康づくり計画」策定のためのアンケート調査(令和4年8月～9月実施)では、3歳までに転倒・転落の事故が最も多く発生していました。暖かくなってきて外遊びをすることも増えるため、気を付けるポイントを確認しましょう。

1歳から1歳半頃になると、つたい歩きやひとり歩きができるようになります。公園などでは、つますきような段差がないか確認して遊ばせましょう。また、階段を上り下りするときは、転んでも支えられるようにお子さんの下側を歩きましょう。1歳半から3歳頃になると、走ったり、登ったりできるようになり、周囲に対する関心が高まる時期となります。思いがけないところに移動したり、高い所に登ってみたい、すべり台やブランコなども決まった遊

び方では物足りず、無理なことをしようとします。道具の安全な使い方を教え、必ず大人が付き添いましょう。



### もしもに備えて

簡単な応急手当やかかりつけ医・緊急連絡先を事前に確認しましょう。新生児訪問の時に配布している「～子どもの急な病気・ケガ～困った時のガイドブック」もご参考にしてください。

こどもの救急・病児保育



### ※お詫びと訂正

広報うえだ4月号30ページ「子育てサークル会員募集！」記事の「ここにクラブ」の開催曜日に誤りがありました。お詫びし訂正します。

【誤】第2・4金曜日  
 【正】第2・4火曜日



## 「子どもが子どもでいられる社会」の実現を目指して ヤングケアラーを支える ⑤

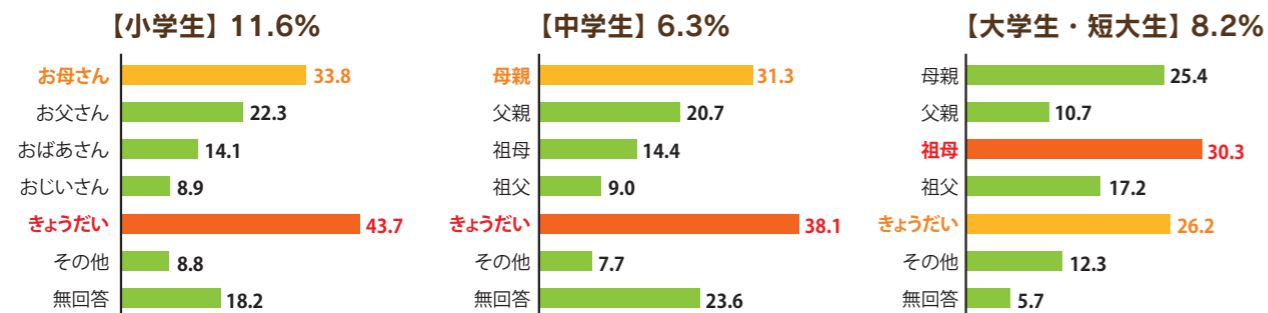
子育て・子育て支援課 ☎23-5106



### 「ヤングケアラー」ってどれくらいいるの？

令和4年9月～10月に長野県県民文化部が県内の小中学生、大学生・短大生と各学校を対象に実施した「長野県ヤングケアラー実態調査」では、小学生(回答者31,378人)の11.6%、中学生(回答者44,800人)の6.3%、大学生・短大生(回答者1,502人)の8.2% (うち「かつていた」と回答したのは3.7%)が「お世話をしている家族がいる」と回答しています。お世話をしている対象は小学生・中学生では「きょうだい」「母親」の順に多く、大学生・短大生では「祖母」「きょうだい」の順になっています。ヤングケアラーはみなさんの身近にもいるかもしれません。

### お世話をしている対象 (複数回答、単位%)



## 文芸 入選作品

小宮山 久子 選

着脱は個人の判断なれどなほ他人のマスクばかり気になる  
 生き延びし戦中戦後のこの命いま戦前を生きてる心地  
 やさしい顔やさしい声で辛辣な医師の愛した連翹が咲く  
 この蓋を開ければ昭和が香り立つ「メンソレータム」必携の母  
 「消えたい」と電話口から細き声時間を稼ぐ命預かりぬ  
 人参を輪切りにすれば幾つもの小さき太陽われを照らせり

〔選者評〕一首目 新型コロナウイルス対策のマスク着用は3月13日から個人の判断でということになりましたが、やはり周囲と足並みをそろえなきゃ、と感傷的です。時宜を得た一首です。

俳句 島田 洋子 選

山裾に雫のごとし春灯  
 鉛筆を集めて削る春立つ日  
 春昼や丸き赤児の抱き心地  
 深々と猫の足跡春の土  
 加速するワンマン電車雪解川  
 行儀よく並ぶ香石クロッカス  
 足跡は野良猫狙う狐なり  
 料峭や空より呻るオスプレイ  
 老いの背を伸ばせと春の日差しかな

〔選者評〕一首目 遠く山裾に見える春の灯、臘夜に滲んで見える明かりを筆で捉えた感性に共感します。春ならではの光景ですね。

川柳 齊藤 俊 選

再検査神経尖る結果待ち  
 質素でも笑いが馳走わが夕餉  
 いつの間にバイパス出来て迷うナビ  
 物忘れ人に話せるうちが花  
 話すこと簡条書きして長電話  
 百寿者の笑顔へ弱音引つめる  
 今年また春一番は鼻炎から  
 川柳の手の内学びまた一歩  
 難聴の夫婦の会話クエスチョン

〔選者評〕一首目 「再検査神経尖る」とは大変つまみ表現ですね。結果を待つ間は何とも不安です。でも大丈夫良い結果が出た事でしょう。

|        |       |       |
|--------|-------|-------|
| 中野 康子  | 山本 敬子 | 長坂 千代 |
| 松沢 昭一  | 大井 敏生 | 山本 敬子 |
| 小谷 幸夫  | 山崎 深幸 | 田中 美登 |
| 高木 宣子  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 山本 和代  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 君山 洋子  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 木村 見江  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 永井 陶子  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 下村 正枝  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 甲田 隆登  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 伊東 恒夫  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 大森 乃里子 | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 山岸 政子  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 畔上 綾子  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 竹内 栄   | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 小泉 うさぎ | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |
| 宮澤 令行  | 山崎 敏生 | 山崎 敏生 |

### 8月号の投稿方法

6月16日(金)必着

- 種類ごと別々のはがきで裏面に住所、氏名(フリガナ)、短歌・俳句・川柳の別を記入のうえ、罫へ(未発表作に限る)。
- 添削を希望する場合は、往復はがきにご自分のあて先を記載のうえ、投稿してください(短歌は2首まで。掲載作への返信は除きます)。
- はがきに記載された個人情報につきましては、作品の表彰および添削以外には使用せず、選者以外の第三者に提供することはございません。
- 掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。

☎ 文化政策課 ☎75・2005 〒386-8601(住所不要)

## SDGsひろば

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

市内の企業、団体、学校などによるSDGsの取組を紹介するコーナーです。 ☎ 政策企画課 ☎23-5112

### 長野県上田千曲高等学校SDGs同好会

私たちSDGs同好会は、SDGsの17の目標のために、日々試行錯誤しながら高校生でも取り組むことができる活動を実践しています。今回は取り組みの一部を紹介します。

一つ目は「千曲川クリーン活動」です。千曲川は最終的に信濃川となり海につながっているため、間接的に海を綺麗にできる活動と考え、千曲川の清掃活動を行いました。

二つ目は「ペットボトルキャップ回収」です。この活動では、学校で出たペットボトルのキャップを回収し、開発途上国の子どもたちへワクチンとして届ける取り組みを行っています。身近なところからSDGsに触れることができるため、同好会メンバーも日々協力しながら活動しています。他にも、SNSを活用したSDGs広報活動や校内清掃など、さまざまな取り組みを実践しています。

同好会は、これからも後輩へ引き継ぎ、取り組みを継続してSDGsの輪を広げていきたいです。



### 該当するゴール

- 1 貧困をなくそう
- 3 すべての人に健康と福祉を
- 12 つくる責任 つかう責任
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさを守ろう

学校ホームページ

本コーナーでの取組紹介を希望する企業、団体、学校などを募集します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

市ホームページ