

なごやかこどもクリニックコミュニティー誌

# なごやかKids

2018  
vol. 37  
5~8月

こどもと衣食住

なごやかスタイル

## 大人気古民家カフェ「mito cafe」の子ども食堂

NPO:法人  
なごやか親子ネット

季節の行事

院長コラム

桜の季節 ~「北の桜守」と戦争~

お知らせコーナー

ひっ す びりょう げん そ あ えん  
必須微量元素1 ~亜鉛について~



医療法人 なごやか浩隆会

NAGOYAKA  
CHILDREN'S CLINIC  
なごやか こどもクリニック

こどもと  
衣食住

# なごやか やかスタイル

なごやかこどもクリニック  
丹羽美江

今回は!!

## 大人気古民家カフェ「mito cafe」の子ども食堂へ伺いました

### 子ども食堂って何??

家でお腹をすかせたり、孤食の子どもに対して無料や低料金で食事を提供する取り組み。近年子供の貧困層が増加し(特にひとり親世帯で半数を占めている)、孤食や満足にご飯を食べられない世帯が増えています。子ども食堂の多くはボランティアや支援で賄われているため、月1回など日時が限られています。(現在愛知県に46か所)

### 子ども食堂を始めたきっかけ

奥様が、子ども食堂を初めて立ち上げた方の特集をテレビで見て、ご自分の育った環境とリンクし、自分にも何かできることはないかと色々調べたところから始まったそうです。共働きや母子家庭の多い近年、子供だけで食事したりコンビニで買った食事で済ませてしまいう子供に、温かく美味しい食事をみんなで楽しく食べてもらいたい!というオーナーご夫婦の温かい気持ちからスタートしました。



▲採れたて新鮮野菜



▲オーナーご夫婦

### mito cafeの子ども食堂

毎月豊田市のお知り合いの方から無償で、畑で採れた旬の無農薬野菜を提供していただいています。そこからメニューを考え、採れたて新鮮野菜たっぷりの美味しいごはんが出来上がります。お母さんとお子様で来店される方がほとんどで、みんなでワイワイ楽しくご飯を食べたり遊んだりする場になっています。お邪魔した日は、保育園のお友達同士で毎月来ているというご家族が楽しくお食事されていました。今後の課題として、「本当は一人でお留守番をしている子や子供だけで家で食事をしている子に、気軽にお子様だけでご飯を食べに来てほしい」と思っています。とおっしゃっていました。お子様だけの来店は無料で提供されていますので、この活動が今後広まると良いと思います。



▲この日のメニューはにら玉丼・ねぎ焼き・ほうれん草胡麻和え・ブロックリーとじゃがいものサラダ・野菜スープ

### mito cafe



角煮が名物でお昼は予約必須の人気カフェ。数年前に小さなお子様連れも気軽に来てほしいと座敷の席も完成し、壁には落書きできる黒板シートが貼ってあったり子供連れに優しいお店です。

住所 名古屋市昭和区阿由知通2-7-9  
TEL 052-733-3015  
営業時間 11:30~15:00  
17:30~21:00  
定休日 水曜定休

### 【mito cafeの子ども食堂】

営業日時 毎月第4火曜日/18:00~20:00  
料金 大人500円 子供300円  
お子様だけの来店(高校生まで)無料

院長  
つらみ

## 桜の季節 「北の桜守」と戦争

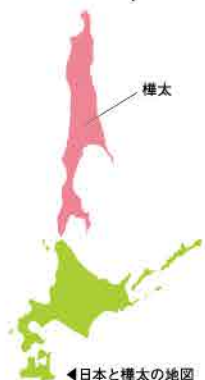
なごやかこどもクリニック 院長 上條隆司

この時期になると桜について書かせてもらうことが多いのですが、今回は映画で扱われた桜について。吉永小百合主演の「北の桜守」を先日見てきました。彼女が主演の北の三部作のラストで、120本目の映画になるようです。

太平洋戦争時下から戦後のある家族のストーリーです。当時日本の領土であった樺太に住む妻(吉永小百合)と夫(阿部寛)が子どもの誕生を祝って、内地から取り寄せた桜を植えます。子どもと共に北の地で順調に桜が育った頃、日ソ平和条約を破ったソ連が樺太にも侵攻します。戦う夫とは別に母と息子二人は、命からがら北海道にたどりつきます(非難船が攻撃され兄は死亡)。

母(吉永)は網走の小さな食堂でつましく暮らします。アメリカに渡った次男(堺雅人)は成功して札幌にもどり、母を呼び寄せ幸せな時を過ごします。老いの目立つ母はある日姿を消し、何年か後元の家で桜の手入れをしているところを発見されます。満月の夜満開の桜のもとで、母(吉永)は亡き夫や長男に再会します。そこには次男夫婦、長年の友人もいます。老いた母には現実と空想が混在していますが、それはそれで幸せだったと思います。

この映画には恋人役の佐藤浩市など豪華な俳優が出演し、吉永映画の集大成と言えるかもしれませぬ。戦争に翻弄され



▲日本と樺太の地図

NPO法人

# なごやか親子ネット

「季節の行事」を開催しました。

なごやか親子ネットでは子どもたちの健やかな身体と心の成長を願い、様々なイベントを開催しています。

その一つに「季節の行事」があります。「日本の文化と愛情」が小さな子どもたちにも伝わるように

工作やエプロンシアター、絵本や手遊びなどで楽しい時間になっています。

季節の  
神さまだよ〜



おひな様は  
ちらし寿司!



さあ上手に  
出来るかな?

素敵なおひな様が  
出来たね。



ママと一緒に作っちゃうわよ〜

どんなお話かな?ワクワクしちゃう



行事の絵本も  
読みますよ〜



ゲームもするよ。



オニはそとー!



日本の行事は、家族の幸せを願う気持ちを形にしたものです。行事には愛情がいっぱい詰まっています。小さな頃から文化に親しむということは、心と身体の成長を豊かにします。

なごやか親子ネットでは、子どもたちの今と未来を大切に考えています。

お知らせ  
コーナー

## 必須微量元素① ~亜鉛について~

なごやかこどもクリニック 院長 上條隆司

私たちの体は色々な物質で構成されています。量はわずかでも生命の維持に必要な物質を「必須微量元素」といいます。これらは体内で作ることができないので、食べ物から摂る必要があります。

亜鉛 (Zn) はその代表的なものです。体の成分を変化させ骨や筋肉などを作るのに「酵素」が必要ですが、その酵素の多くにはこの亜鉛が必要です。

亜鉛が不足すると体に色々な変化が起きます。子供だと「背が伸びない」「皮膚がガサガサする」などの症状が現れます。大人だと「体がだるい」「味覚が低下する」などの症状がみられると言われています。



た約30年に及ぶ家族の歴史を、桜が優しくつつみこんでいます。幸い私達日本人はこの70年以上戦争にかかわっていませんが、これからはそんな事態に巻き込まれるようなことは避けなければなりません。



▲面館五楼郭の桜

# イベントインフォメーション

★EVENT information★

## \* イベントのご案内 \*

なごやか子どもクリニックでは、さまざまなイベントを行っています。

## ベビーマッサージ&タッチケア教室

毎月第3木曜日10:00~11:15

対象年齢 生後3か月~3歳まで(完全ご予約制) 料金 500円

クリニック待合室にて、タッチセラピストの先生をお呼びしてベビーマッサージ&タッチケアの教室を開催しています。毎月5組の定員がすぐに埋まってしまう大人気の教室です。お母さんとお子さんがゆったり笑顔で「うれしい、たのしい、ここちいい!」を先生と一緒に身につけて楽しみましょう♪  
育児の心配事などがありましたらご相談ください。



歌に合わせて  
楽しく  
触れ合い遊び♪



覚えて帰って家でも  
実践してみ  
てくださいね☆

## その1 ベビーマッサージ

会場/クリニック待合室  
参加費/1回500円  
定員/6組(予約制)

平成30年  
毎月  
第3木曜日  
午前10:00~11:15

参加費(1回)  
**500円**

## その2 KIDS FITNESS

会場/名城公園  
参加費/1回 2,000円  
対象年齢/年中から小学生くらいまで  
定員/10名

平成30年  
毎月  
第3日曜日  
(変更あり)開催  
午前9:00~10:30

参加費(1回)  
**2,000円**

## その3 たなばた会

会場/クリニック待合室  
参加費/無料  
定員/10組(予約制)

平成30年  
**7月5日(木)**  
(予定)

参加費  
**無料**

## なごやがアート vol.4

当院の美術コレクション(限定レプリカ)の中から、比較的好みが見つかる1点をご紹介します。感性のままに鑑賞することが良いと思います。



### タイトル「紫色の雄鳥」

マルク・シャガール (Marc Chagall)

1887年7月7日-1985年3月28日

20世紀のロシア(現ベラルーシ)出身のフランスの画家。

「紫色の雄鳥」は、鳥が逆さまに描かれているなどとても大胆な構図です。青を基調としたもの、鮮やかな赤や黄色、作成年令と共に作風は異なりますが、色彩の魔術師ではないでしょうか。

## クリニック診療時間(予約優先)

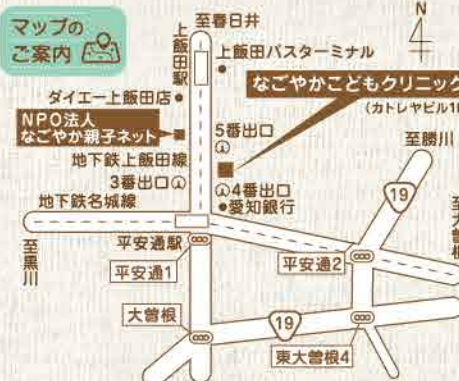
診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~11:00	●	●	●	/	●	●■
11:00~12:00	●	☆	●	/	☆	●■*
14:30~15:00	☆	☆	☆	/	▲	★
15:00~17:30	■	■	■	/	☆*	★
18:00~19:00	●	●	●	/	●	/
19:00~20:00	■	■	■	/	■	/

●【一般】 ■【成長発達(内分泌)】 ■\*土曜日内分泌外来は13:00まで

☆【予防接種】 ☆\*金曜15:30~16:30

▲【乳幼児健診】 ★【肥満・糖尿病外来(月1回)】 14:00~17:00

### マップのご案内



### 駐車場の案内



名古屋市区平安2丁目1-14(カトレヤビル1F)  
☎052-911-7580 ☎052-911-7611

www.nagoyaka-child.net