



おにぎり通信

ねん がつここのか どよう よ や なかま
2022年7月9日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、有楽町・銀座・日比谷公園・茅場町・日本橋・
お茶の水・秋葉原・東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

今年ことしは関東甲信かんとくこうしんの梅雨明けつゆあが、6月27日がつ にち れいねん ひかくと例年にちはやと比較つすると22日つ早い梅

雨明けつゆあとなり、記録きろくてき的に短い梅雨みじか つゆとなりました。雨が少あめ すくないと助たすかります

が、熱中症ねっちゅうしょうが心配しんぱいです。熱中症ねっちゅうしょうになると、体温たいおんが上あがり、体からだのなかの水分すいぶん

や塩分えんぶんのバランスくずが崩たいおんちようせつれたり、体温調節はたらが働たいおんかなくなったりして、体温たいおんの

上昇じょうじょうやめまい、けいれん、頭痛づつうなどさまざまな症状しょうじょうが起こります。命いのちに

関かかわわることもありますので、体からだの調子ちょうしがおかしいと思おもわれたら、早はやめの

医療機関いりょうきかんへの受診じゅしんをおすすめします。

福祉行動ふくしこうどうは引ひき続つづきお休やすみします。たただし福祉事務所ふくしじむしょへ行いくことを希望きぼうされる方かた

は、おにぎりを持参じさんして伺うかがった際さいに、お声こえがけください。お声こえがけいただいた場合ばあい

のみ、翌々日よくよくじつの月曜日げつようびに、福祉事務所ふくしじむしょまで同行どうこういたします。

最寄もよりの福祉事務所ふくしじむしょ
最寄もよりの福祉事務所

中央区福祉事務所ちゅうおうくふくしじむしょ・・・中央区築地1-1-1 中央区役所4階ちゅうおうくやくしょ かい

千代田区福祉事務所ちよだくふくしじむしょ・・・千代田区九段南1-2-1 千代田区役所3階ちよだくやくしょ かい

なつ ふうぶつし 夏の風物詩

とつぜん しつもん
突然ですが質問です。

しょうがっこういちねんせい とき がっこう そだ しょくぶつ なん
小学校一年生の時に学校で育てた植物は何ですか？

ちいき じだい こと おお しょうがっこう いちねんせい にゅうがく あさがお
地域や時代により異なりますが、多くの小学校の一年生は入学すると「朝顔」

そだ なつ あいだ みず かんさつにっき か
を育てはじめます。そして、夏までの間、水をあげたり、観察日記を書いたりし

なつ あさがお はな さ こ まいあさとうこう
ます。夏になると「朝顔」は花を咲かせます。子どもたちは、毎朝登校すると、

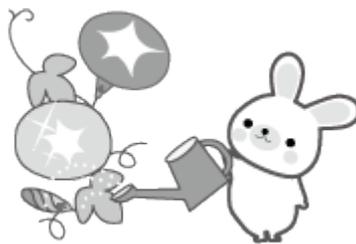
じぶん あさがお さ たの かくにん こ
自分の「朝顔」がいくつ咲いているか楽しみに確認にいきます。子どもたちのな

しょくぶつ そだ けいけん こ ちい たね おお しょく
かには、はじめて植物を育てる経験をする子どももあり、小さな種が大きな植

ぶつ せいちょう みずか たいけん まな はな お たね
物に成長することを自らの体験をもって学ぶのです。そして、花が終わると種

じぶん よくとし はな そだ だれ たね
をとり、自分で翌年にまた花を育てたり、誰かに種をプレゼントしたりします。こ

けいけん かた
のような経験をされた方もいらっしゃるのではないのでしょうか？



おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せず、ゴミ箱に
い 入れるなど、片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりは必ずそ
にち の日のうちにお召し上がりください。



よ や なかま れんらくさき
四ツ谷おにぎり仲間 連絡先：080-7795-8535
うけつけじかん まいしゅうどようび ごご じ ごご じ
(受付時間 毎週土曜日午後3時～午後6時)
ちよだくこうじまち せい きょうかい
千代田区 麴町 6-5-1 聖イグナチオ教会