

## はぐ便利

2018年

7月号

【第56号】

いよいよ夏本番🍉 みなさんはどんな夏休みを過ごす予定ですか？ わが家は北海道旅行を計画中！ 出発前に子どもたちが体調を崩してしまわないかと今からドキドキです🚢

## 言葉のチカラ THE POWER OF WORDS

みなさんは『言霊(ことだま)』をご存知ですか？  
『言霊』とは、発した言葉が現実の世界に何らかの影響を及ぼし、良運も悪運も引き寄せる力があるというもの。不平不満や愚痴ばかり言っている人の側には近寄りたくないですね？ ネガティブな言葉ばかりを聞いて育った子どもはどうなるでしょう？ そして何より、自分が発した言葉を一番近くで聞いているのは自分自身なのです。

半信半疑でもいいので、普段発しているネガティブな言葉を意識的にポジティブな言葉にかえてみませんか？ 例えは「疲れた…」→「今日も頑張った！ 自分お疲れ！」のように。

私も、子どもがコップを倒し、床にこぼれた牛乳を拭く時には、怒りをグッと抑え「ちょうど床拭きしなくちゃと思っていたの！ ラッキー☆」とつぶやきたいと思います😊

(心に余裕のある時限定ですが…)

## ネガティブワード

- ・できない
- ・つまらない
- ・面倒くさい
- ・疲れた
- ・嫌い
- ・もうダメだ…
- ・ついてない
- ・どうせ…
- etc...

## ポジティブワード

- ・ありがとう
- ・大好き
- ・幸せ
- ・できる！
- ・大丈夫
- ・ラッキー
- ・楽しい
- ・嬉しい
- ・きょうまくいく
- etc...

## ！ 食中毒にご用心 ！



子どもも大人も大好きなカレー🍛

ひと晩寝かせたカレーもまた格別ですよ★  
しかし、カレーや煮物など一度にたくさん作るような煮込み料理はウェルシュ菌という常在菌が増殖し、食中毒を引き起こすと言われています。ウェルシュ菌は熱に強く、100度で60分加熱しても死滅せず、菌が増殖していても、味や見た目に変化がない点などがこの菌の恐ろしいところ。

残り物はよくかき混ぜながら急速に冷まし、冷蔵庫に保存し、なるべく早く食べきましょう!! 私はいざらけ2日目のカレーは我慢します🙄

## 子どもの夢

わが家には3人の子どもがいます。しっかり若で1本を動かすことの大好きな長男(13)おやつが大好き♡愛嬌があり、みんなからかわいがられる次男(5歳)。兄2人から溺愛されている長女(10か月)というラインナップです。少しずつですがわが家のリアルな子育てエピソードをご紹介します。なあとと思っています。よろしくお願いします。

さっそく今回は次男かんちゃんについて。かんちゃんの発言はいつもユニーク。長男の影響で野球が大好きなかんちゃん。将来の夢はメジャーリーガーという彼が先日まじめな顔で一言。「かんちゃん、メジャーリーガーになったら

幼稚園やめるー！」

家族みんなで大笑いしました。かんちゃんの夢が叶うよう、私も全力でサポートしてあげたいと思います！

みなさんのお子さんの夢は何ですか？



家庭教育情報通信「はぐ便利」2018年7月号【通号56号】

平成30年7月20日発行

発行者・問合せ先 盛岡市教育委員会生涯学習課

〒020-8532 盛岡市津志田14-37-2

TEL 019-639-9046 FAX 019-639-1516

Email: edu.sgs@city.morioka.iwate.jp