

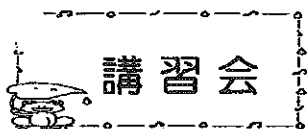


# 母の会通信

平成21年度 NO.2

梅雨期に入り外出も洗濯もままならず、気の滅入るような思いをしていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？日頃は母の会への御理解・御協力を頂きありがとうございます。

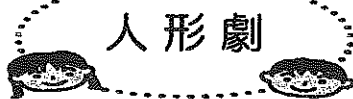
さて、母の会では5月と6月に講習会と人形劇を開催しましたので様子をお知らせいたします。



## 講習会

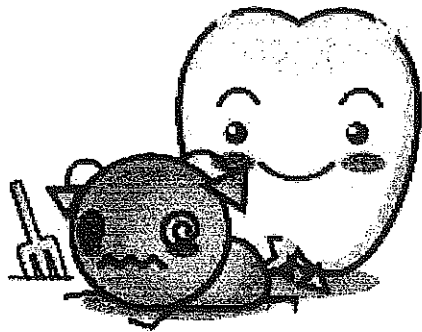
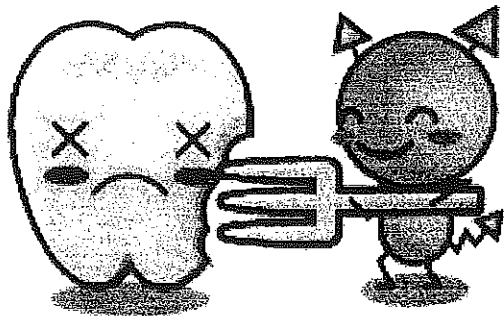


5月25日(月)に「ヨガ」の講習会が行われました。先生の御指導のもと、心も体もリフレッシュできたことと思います。「とてもリラックスできました」「ストレッチのようなものを想像していましたが、体の奥からゆったりすることができました」「今回教えて頂いたヨガは、家でカンタンにできるので続けてやりたいと思いました」などの感想をいただき楽しい時間を過ごすことができました。たくさんのご参加ありがとうございました。



## 人形劇

6月23日(火)に「よろず劇場とんがらし」さんによる幼稚園児向けの人形劇を観劇しました。「迷子のおまわりさん」という演目で、マジックや腹話術をおりませた劇にどんどん引きこまれ、子供達は夢中になって見ていました。演じてくださった成田さんは幼稚園教諭を10年されていたと言うだけあって、笑いのツボの押さえ方が的確でとても感心しました。



今回は 知っているとは少し得する主婦の知恵 を御紹介したいと思います。

☆ 子供が転んでたんこぶが・・・どうしましょう？

そんな時は白砂糖に水を混ぜたものをよく練ります。

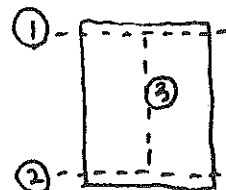
できあがったものを患部にペタッ！

腫れも早くひき、黒っぽいあざにもなりにくい。なにより間違っただけでも安心です。でも、これはたんこぶができてしまったらすぐに行かないと効果がないそうです。

☆ スーパーの特売で味噌が安い！たくさん買いましたが保管場所は？

そんな時は冷凍保存がオススメです。買ってきたままの状態でも冷凍庫へ。

味も風味も変わりませんよ。しかも使う時に味噌ケースへ移す時



←この様に切ると、外袋に味噌がほとんどつかず大変便利。

(注：袋を切ってケースへ移す時は冷凍庫から出してすぐに行うのが条件です)

☆ 冷蔵庫のドアポケットってお掃除がタイヘン！！

そんな時は、あらかじめドアポケットの底にキッチンペーパーなどをサイズに合わせて敷きつめておけば、汚れたら取り替えるだけなのでカンタンです。

☆ 子供に持たせるポケットティッシュの名前ってすぐに消えちゃう！！

そんな時は、名前を書いた時、上からセロハンテープを貼っておけば大丈夫！これで迷子のティッシュ君が減るといいですね。

☆ 子供さんの制服や、御主人様のワイシャツのアイロンがけてタイヘン！！

そんな時は、洗濯して、干す前にアイロンをかけるとカンタン。

衣類が濡れている状態だと、シワもカンタンにのびるし、乾いた衣類のなんてキレイなこと・・・。夏のアイロンがけは、朝の方が涼しいですし・・・。

☆ 体操服やTシャツの一部分だけ汚れが！！

そんな時は、食器洗い用洗剤の空き容器に、洗濯用洗剤や漂白剤を入れておけば、ポイント洗いもカンタン便利です。

いかがでしたか？みなさんがすでに知っている知恵ばかりだったかも知れませんが、よろしければ参考にしてみてください。

◎ これから暑い夏がやってきます。つつい水分補給のために「スポーツドリンク」を子供に与えていますか？スポーツドリンクには、多量の砂糖が含まれているので虫歯になりやすい様です。飲んだ後に水やお茶を飲ませるだけでも虫歯になるのを多少防ぐことが出来るそうですよ。