

MOKA

令和3年もあーい
あーいあーいあーい
あーいあーいあーい
あーいあーいあーい

HAPPY NEW YEAR



2021

令和3年(2021年)
No.788

1月号

撮影協力: 國母ファーム (沖)

<特集>

新年のご挨拶

新春特集 MOKA de LUNCH (もおかでランチ)



ランチ

ランチを好きになるアプリ

スマホで広報を読むことができます

アプリのダウンロードはこちらから
Android、iOS 共通 QR コード



わが家の天使たち No.118

並木町の
もとはし あんじゅ
本橋 杏珠 ちゃん (5)
ゆうと
悠燈 くん (4)



本が大好きで博識。弱者に優しい正義の心の持ち主、あんちゃん。好奇心旺盛で工作が得意。ライダーに憧れる少年、ゆうとくん。喧嘩をしながらもとっても仲良しな2人。これからも助け合って生きていってね。大好き！
(コメント: 父・大壽さん、母・梨沙さん)

「わが家の天使たち」、「笑顔をさがして」、「あの日あのころ」掲載希望の方は、広報広聴係まで申し込みください。
☎ 83・8100 Eメール kouhou@city.moka.lg.jp

人口と世帯数	★ 人口	79,886人	(▲20人)
	男	40,399人	(▲9人)
	女	39,487人	(▲11人)
	★ 世帯	31,671世帯	(19世帯)

※令和2年12月1日現在、市民課調べ
※()内は前月比。住民基本台帳と外国人登録(登録者数3,423人)をもとに算出。
※減少の場合のみ▲印を記載。

子育て情報局 <vol.10>

おやこでたのしもおか

子育てに関わるさまざまな情報を発信します。

親子で防ごう感染症

冬に感染症が多いのはなぜ?

冬は気温が低く空気が乾燥するためウイルスや病原体が広がりやすくなります。また、寒さで換気が十分にできない状態が増え、ウイルスや病原体に、より接しやすくなります。

寒くなると子どもの免疫力や体力が落ちやすくなり、他の時期に比べて感染症にかかりやすくなります。

【うがいの豆知識】

小さいお子さんは、うがいができなくても無理に教える必要はありません。口の中が乾燥してしまうと清潔が保てなくなるので、水分を補うだけでも意味があります。空気が乾燥しているときは、適度に水分をとり、口やのどを潤すようにしましょう。

感染症予防には手洗いとうがい

ウイルスや病原体は、触れた手から口・目・鼻を通して体内に入ることが多いため、手洗いは効果的です。図を参考に、正しく手を洗いましょう。また、うがいも忘れずにしましょう。

①手洗い 正しい手の洗い方

手洗いの前に

- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲を伸ばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

問 こども家庭課母子健康係 TEL 83-8121

出典: 厚生労働省

