



# つやまっ子 はぐくみQ&A

## 今月のポイント - ネット犯罪から子どもを守る -

**Q** 学習塾の送り迎えなどで使うため、子どもに携帯電話を持たせようと思っています。しかし、携帯電話を介したインターネットの犯罪に巻き込まれないか心配です。何か防ぐ方法がありますか？

**A** 最近、子どもたちが、携帯電話の使用によって、ネット犯罪に巻き込まれる事件が多発しています。ネット犯罪から子どもたちを守るために、子どもたちが使用する携帯電話にフィルタリングを設定しましょう。フィルタリングとは、インターネット上にあるサイトの閲覧を制限する機能のことです。例えば、出会い系やギャンブルなどといった子どもにとって有害なサイトを閲覧できなくすることができます。最近、携帯メール（迷惑メール）を送りつけて、有害サイトへアクセスさせようとするなど、その手口は巧妙化してきているので、注意が必要です。フィルタリングを設定することと併せて、家庭では有害サイトやネット犯罪の危険性を子どもとよく話し合っ、携帯電話を使う際のルールを決めることが大切です。そして、もし困ったことが起きたときには、子どもが親や保護者に相談できるように日頃からコミュニケーションを取るようにしましょう。



**津山市青少年育成センター** 家族のこと、友だちのこと、  
市役所東庁舎3階 ☎31-8650 青少年の悩みごと、ご相談ください



## Vol.15 「津山餃子お知らせ隊」全国に津山餃子をアピール

★具（中身）の詰まった餃子 サミットと交流会  
10月21日（金）～23日（日）に三重県津市で開催された2011全国餃子サミット（津サミット）&全国餃子まつりに「津山餃子お知らせ隊」が初出勤しました。このサミットでは参加団体を1つの国に見立てているので、会合の名前も参加団体数11になぞらえて、G11（ジーイレブン）といいます。G11では、東日本大震災の復興支援や餃子を通じた地域活性化策などについて、まさに餃子を調理するような、熱く熱気に満ちた協議を行いました。最後に「餃子によるまちおこしを行っている団体が手をつなぎ、話し合い、日本の復興や活性化、日本に元気を取り戻す一翼を担うよう挑戦していく」という共同声明を採択しました。



▲活発な協議が行われたG11



▲長い行列ができた津山餃子

G11の雰囲気そのままだち込んだ交流会でも、各国同士がまちづくりについて熱く語り合いました。会場は固い絆と友情の輪を広げていこうというムードに包まれました。★津山餃子も見事に完売  
サミット翌日から開催された餃子まつりには、2日間で12万人もの来場者があり、東は福島県から西は福岡県まで参加した出展ブースにはどこも長蛇の列ができました。津山餃子のブースも連日、長い行列ができ「おいしかったので、もう一度並んだ」というお客さんが出るほどの盛況ぶり。用意した2千食の餃子は早々に完売してしまいました。こういった熱い出会いから刺激を受けて、これからも津山を全国にアピールしていきます。

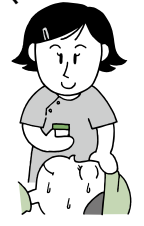
津山餃子が食べられる（買える）お店やインターネット販売に関するお問い合わせはこちらへどうぞ。  
問い合わせ先 つやま新産業創出機構 ☎24-0740



## ブライダルエステは 慎重に！

結婚式を控えて、ブライダルエステで痩身用の全身マッサージを受けました。ところが、両腕の上腕部にあざができてしまい、結婚式当日もあざは消えませんでした。結婚式では、腕が出るドレスを着る予定でしたが、とても着られる状態ではなく、一生に一度の思い出が台無しになってしまいました。慰謝料を払ってもらいましたが、気持ちの整理がなかなかつきません。

最近、結婚式などに備えてブライダルエステを受ける人が増えています。それに伴い、施術事故などの被害が発生したという相談も多くなっています。結婚式はあらかじめ日程が決まっているので、今回のように、当日までに事故の回復が間に合わないこともありま。慰謝料を払ってもらっても「晴れの舞台が台無しになった」という精神的ショックが残る場合もあるようです。そうならないためにも、施術を受ける際は危険性を考慮することが大切です。事故を防ぐためには  
○エステをあまり受けたことのない人は、結婚式直前に「お試しコース」や「体験コース」なども含めて施術を受けることは控える  
○肌トラブルの経験やアレルギーなど自分の体質は必ず施術者に伝えておく  
○施術を受けていて少しでも異常を感じたら、すぐに施術をやめて、医療機関を受診する



**困ったときの相談先** 市民相談室 ☎32-2057  
土・日曜日は県消費生活センター ☎086-226-0999



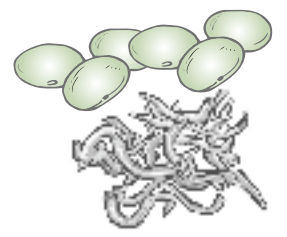
## たんぱく質を十分とって 風邪予防

甘辛い味が、お弁当のおかずやお酒のおつまみにも向いています。



1人当たり栄養価  
エネルギー 175kcal、たんぱく質 9.9g、脂質 9.2g、塩分 1.0g

**大豆とじゃこの揚げ煮**  
【材料（4人分）】  
白大豆…1/2カップ、ちりめんじゃこ…20g、片栗粉…大さじ1、白ゴマ…大さじ2、調味料（砂糖…大さじ1、みりん…大さじ1、しょうゆ…大さじ1、酢…大さじ1）、揚げ油…適宜  
【作り方】  
①大豆を一晩水で戻して水気を切り、片栗粉を付けて油で揚げる  
②鍋に調味料を入れて火に掛け、煮立ったら①とちりめんじゃこを入れ、混ぜながら汁がなくなるまで煮て、最後に白ごまを入れて混ぜる



毎月19日は食育の日 問い合わせ先 健康増進課 ☎32-2069