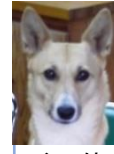


# エコまち サロン



主催

NPO法人 エコロジー・ラボ  
 大阪市福島区吉野4-17-11  
 t/06-6463-4455  
 f/06-7503-5944  
[www.ecolab.or.jp/index.html](http://www.ecolab.or.jp/index.html)  
 mail : office@ecolab.or.jp

＜福島区ボランティア・市民活動センター登録団体＞



◇大阪、福島区を中心に、身近なエコライフについて毎回テーマを決め、レクチャーの後、皆でエコライフについて考えるサロンで、「学んだら、今日から始める」実践型セミナーです。  
 ◇地球温暖化など環境問題が気になる方、アレルギーでお悩みの方など、どなたでも参加OK。定員15名  
 ◇開催日は、基本的に第一、第三火曜日で、pm10:00～11:30を予定していますが、都合により変更がありますので、参加ご希望の方は、前もってエコロジーラボ(右上記載)にご連絡くださるようお願い致します。  
 ◇フェアートレードコーヒーなどの飲み物付きで、参加費は一家族500円、小さなお子さん連れOK。



## 第13回 ……子供の健康とエコライフ……

2015年10月13日(火) am10:00～am11:30 (通常から日時変更)  
 場所:spaceエコロジー・ラボ 福島区吉野4-17-11(紙面右上記載)

### ＜アトピー・アレルギー情報交換会＞

今、生まれてくる子供の10人に1人はアトピー・アレルギーといわれます。かわいいわが子に何を食べさせればいいのか？どのように育てればいいのか？突然お母さんに大きな不安が… → つづきは裏面



## 第14回 ……子供の健康とエコライフ……

2015年10月25日(日) pm2:30～pm4:00 (通常から日時変更)  
 場所:spaceエコロジー・ラボ 福島区吉野4-17-11(紙面右上記載)

### ＜幼児の食事の考え方について＞

お母さんは子供の体調には敏感、本やインターネットには幼児の食事についてたくさん情報が出ています。しかし、本には手法は載っていても、なぜそうするのか？なぜいけないのか？ 理由が… → つづきは裏面

## Kitchen buzz

tel/06-6454-2030  
 大阪市福島区鷺洲2-15-32



鮮度と健康にこだわった素材を使い、食育インスタラクターのシェフが作る

## 自然食品専門店 (株)こだわりや

福島区福島1-2-25  
 tel/06-6458-6400

アレルギーの方に朗報！  
 福島区では数少ない自然食品専門店。

健康セミナー  
 各種開催中

アレルギー特定原材料等不使用個  
[www.kodawariya-osaka.jp/](http://www.kodawariya-osaka.jp/)



有機野菜とバナナのスムージー

## エコハウス専門店

### 夢設計

福島区吉野4-17-11  
 tel/06-6463-4455

アレルギーの方に朗報！  
 福島区ではオンリーワンアレルギーが軽減するエコハウス専門店。

<http://www.ecolab.or.jp/yumesekkei/>  
 Email: yume2000@ecolab.or.jp



## 第13回 アトピーアレルギー情報交換会

今、生まれてくる子供の10人に1人はアトピー・アレルギーといわれます。かわいいわが子に何を食べさせればいいのか？どのように育てればいいのか？突然お母さんに大きな不安が・・・

子供さんのアレルギーでお悩みのお母さんの情報交換会です。アレルギーはお医者さんに行っても”これ”という対処法がなく、お母さんたちを悩ませます。参加者が情報を交換することで、新しい対処法を見つけたり、教えたりする場です。お気軽にご参加ください。

講師プロフィール: 足立とも子。大人になってから、30種近くのアレルギーを発症。何もわからないまま、ほぼ一人であれこれ調べ、病院をあちこち受診し、良くなるはなってきたものの、「孤独に頑張るのは、とにかくしんどかった」と、この会を立ち上げる。料理研究家 二児の母

## 第14回 幼児の食事の考え方

お母さんは子供の体調には敏感、本やインターネットには幼児の食事についてたくさん情報が出ています。しかし、本には手法は載っていてもなぜそうするのか？なぜいいのか？なぜいけないのか？理由が書かれていない場合が多く、パターン化する傾向に。

セミナーではその「なぜ」について一級食育インストラクターの先生が考え方を丁寧にお話します。質疑応答の時間を30分設けていますので、幼児の食事について、アレルギーのお子さんの食事についてお悩みの方は、この機会を是非ご利用ください。

講師プロフィール: 岡本敦史。・帝国ホテル大阪・塚口I産婦人科・六甲Kマタニティレディースクリニック。クリニックでは離乳期、乳幼児への食育講習、ママ、パパへの食育講習、料理教室等を開催。

## 「エコまちサロン」エコな暮らしの一言



▲キャンドルナイト

そろそろ冷房はOFF、扇風機も押入れに仕舞い込む季節、窓を開けて外の風を入れましょう！上海でないかぎり、室内の空気より外の空気がずっときれいです。

日本には縁側があり、昔から半屋外の暮しを楽しむ文化が根付いていました。縁側はなくてもバルコニーがあります。都会の中でもコウロギやスズムシの合唱が聞こえてきます。時には照明を消して、ロウソクの灯りを家族で囲む時間をもってはいかがでしょうか。ゆっくり流れる時間の中で、いつもはしないお話が飛び出すかも

### ★11月の予定

早いものでもう霜月。秋から冬にバトンタッチする季節です。寒い冬を健康に暮らすための家造りと、10月の続きで、アレルギー・アトピーを回避する家造りについて考えます。

11月3日 アトピー・アレルギーは食事だけが原因ではありません。室内の空気が原因になっていることもしばしば。アトピー・アレルギーを回避する家造りについてお話しします。

11月17日 家庭で起こる事故の第一番目は脳卒中。交通事故より死亡事故が多いといわれています。脳卒中の原因はいろいろありますが、家の中の温度差が大きな原因です。家族が健康に暮らすための家造りについて、ご相談を受けながらお話しします。