

家計簿は明るい暮らしのきそづくり



全国消費実態調査

今年の9月から11月の3ヶ月間にわたり、昭和59年一季度的に実施されるこの調査は、国民生活の実態を家計の面から総合的に把握する統計調査として、昭和34年以来5年ごとに実施されているもので、今回で第6回目になります。

家計は、大きく分けると所得、消費、資産から成り立っていますが、これらは互いに関連をもっています。これらを総合的に正しく把握するために、この調査では、「家計簿」「耐久財・貯蓄等調査票」「世帯別の3種類の調査票を併用します。このうち、調査世帯に日々の収入と支出を3か月間にわたり記入してもらい、家計簿が、この調査の中心となるものとなつてい

全国消費実態調査

昭和59年9月、10月、11月

ます。家計の内容は、世帯の収入や資産の大きさ、社会階層、世帯構成の違いによって異なっています。そこで全国消費実態調査では、家計の実態を世帯のいろいろな階層・類型別に、また地域別に明らかにすることを大きなねらいとしています。

調査世帯は、全国のあらゆる世帯のうちから標準理論に基づいて抽出した約5万4千世帯で、調査員が直接調査世帯を訪問して、3か月間の家計簿の記入をお願いします。ご協力ください。

調査の結果は、国や地方公共団体の社会・経済政策

夏休み…このチャンスを生かそう

いよいよ、夏休みです。身心ともに伸び盛りの子供たちにとって、ふだんの生活では味わえない体験をするには、夏休みはもってこいのチャンスです。一方、季節がら、水の事故が多く発生する時期でもあり、お田さん方にとっては、心配のタネでもあります。

夏休みを安全に、そして楽しく過ごすために、「水泳時のワン・ポイント注意」のほか、「親子で作ろう楽しい工作」や「夏休みの親と子」についてご紹介しましょう。

水泳時のワン・ポイント 注意

夏休みが始まると、待ちかねていたように泳ぎに夢中になり、夏休みも後半になってトツと疲れが出て、そのまま一学期を迎える—このようなお子さんをよく見かけます。長い夏休みのペース配分をよく考えた上で計画を立て、無理なく水泳を楽しむように心がけましょう。

泳ぐ前

▼食後すぐ泳ぐのは体に良くありません。少なくとも二時間くらいたつてから泳いでください。



▼女の子の場合、水着は、できれば競泳用のものをおすすめします。ビラビラのついた水着は、思わぬところにひっかけたりするので危険です。



▼準備運動には、少なくとも五分はかけて、手足の筋肉や関節を柔らかくしてから泳ぎましょう。



▼泳ぐ前にシャワーを頭からたっぷりあげ、冷たい水に皮膚をならしててください。



▼小学生の場合、一回の泳ぐ時間は十五〜二十分が限度。くちびるがまっ青になるまで泳いでいる子がいますが、要注意。



海水浴に行くとき

▼海水浴の前日は、子供たちは興奮してなかなか眠らないものです。睡眠不足にならないよう気を付けてください。



▼日差しで海水浴に出かける場合など、朝が早いと、朝食も食べずに出かけることがあります。体がよくありません。早目に起きて、朝食をきちんと食べ、それから出かけましょう。



▼同じプールの中でも、場所によって深さの違う場合があります。プールの水深を調べ、胸あたりの深さまで泳ぐようにしましょう。

▼水泳中に手足のけいれんを起こした場合は、子供を水から引き上げ、ゆっくり時間をかけてマツサージしてください。

▼最初は、いきなり飛び込んだりしないで、脚、手、体と徐々に水に入ります。

▼楽しさのあまり、時間を忘れて泳ぎに夢中になってしまいがちですが、十五〜二十分をメドに海から上がり、ゆつくり休みながら海水浴を楽しみましょう。

親子で作ろう楽しい工作

空きかんの舟をつくらう

★あきかんの〈いかだ〉の作り方

★あきびんの〈せんすいかん〉の作り方

【用意するもの】ジュースなどの空きかん、あきびん、ビニールテープ、大小のあき箱、砂、わりばし、輪ゴム、使用済みのはがき、ポリカップ、ストロー、はさみ、カッター

【あきかんの〈いかだ〉の作り方】

1. 空きかんの両側面に輪ゴムをひっかけ、わりばしで穴をあける。
2. はがきを折り、中心をわりばしで切り取る。
3. 輪ゴムをひっかけ、はがきをのりなどで貼り付ける。
4. 輪ゴムをひっかけ、はがきをのりなどで貼り付ける。

【あきびんの〈せんすいかん〉の作り方】

1. ポリカップのふたを切り取る。
2. ストローをポリカップのふたの中心に差し込み、はがきをのりなどで貼り付ける。
3. 砂をポリカップのふたの中に入れて、はがきをのりなどで貼り付ける。
4. 砂のぶんりょうをかき混ぜ、ひっくりかえり、すんでしまわないようぶら下ろす。

【できあがり】

夏休みの親と子

東京都立大学 教授・心理学 詫摩 武俊

やがて夏休みになります。いま動きざかりの人も、そろそろ高齢者といわれる人も、いろいろな夏の夏休みの思い出を持っています。

家族旅行などは、いまのようにならぬのは、何ともいえぬ開放感が味わえるものです。青い空、白い雲、せみの声、波の音、花火、西瓜、お祭りなど、「夏休み」という言葉から楽しい連想がたくさん出てきます。

受験勉強をしなくてはならない、近くに遊び友達がいないなど、現代の子供の様子は変わってしまいましたが、それでも夏休みは、どの子供にとっても楽しいものです。

夏休み中は、子供はたいがい身近なところにいます。親にとって、成長しつつある子供を出せるような経験です。

この計画について子供と一緒に親はよく考え、相談しながら進めてください。子供の知っていることは限定されていますから、「こんなこともできるのだよ」と可能性を拡大する提案は、親がしてください。

も年齢に応じて何か一つ責任をもつてできる仕事を分担させるようにしてください。必要なものを整えること、切符の予約、目的地についての情報収集などいろいろあるはずですが、このように成し遂げることを通して、子供は心理的に成長していくのです。親もふだんとは違う様子の子供に見せてください。親子の相互の理解を深めることが夏休みの課題の一つなのです。

