

むし歯のない 3歳児



このコーナーでは、町の健康診査で「むし歯のない3歳児」として表彰されたお子さんを紹介します。
付き添いの保護者の方から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きました。



千葉 咲彩
「お風呂で毎日楽しく歯磨きしています」



本間 嘉悠
「寝る前にバイキンをやっつけよう!と楽しく仕上げ磨きをしています」



瀧澤 実央
「歯磨きが好きです。寝る前の仕上げ磨きをがんばっています」



鈴木 滉也
「仕上げ磨き後にタブレットを食べさせています」



阿部 蒼空
「寝る前にしっかりと仕上げ磨きをしています」

大切にしたい食育!

食育とは、さまざまな経験を通じて「食」についての知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。
元気で明るい毎日を送るためには、子どものころから正しい食習慣を身につけることが大切です。
早寝早起きをして、朝ごはんをしっかりと食べる、バランスのとれた食事をすることで1日を元気にスタートすることが出来ます。

親子でクッキング

町では食育を推進する一環として、幼稚園や保育所で「親子クッキング」を実施しています。
11月19日には、二葉きり園で開催。5歳児とその保護者が町食生活改善推進員とともにデコレーション寿司作りを挑戦しました。
料理することを通して、料理ができるようになったり、食べ物を選ぶ力をつけたりと食の体験を広げ、食べることへの関心が一段と増していくことが期待されます。
エプロン姿の園児は、あらかじめ用意された炒り卵や鶏ひき肉のそぼろ、さやいんげんの千切りなどの具材と酢飯を上手に盛り付け、親子で料理する楽しさを体験していました。



親子で楽しくクッキング(写真左上) / 完成したデコレーション寿司(写真右下)



日々の食生活を考える

食べたものは消化・吸収され、私たちの体を作っています。偏った食生活を送ると痩せすぎたり太りすぎたりと、日々の食生活の結果が体型にあらわれます。
昨年度の平泉町の児童・生徒の肥満度は県内でも上位にありました。幼児期で太り気味の子どものは、そのまま小学校に行っても太っていく可能性があるとされます。バランスのとれた食生活を送ることで健康的な体型を保つことが出来ます。
ご家庭でも親子で料理をしたり、食事の際に「食」について一緒に考えるなど「食」を通じた健康づくりを心掛けましょう。



♪もちつき会&給食試食会♪

12月10日(火)に、平泉保育所・平泉幼稚園を会場に、平泉商工会青年部の方々による「もちつき会」が行われ、それに合わせて、給食試食会を行いました。

4組の親子の参加があり、もちつきを見学した後、子育て支援センター室で、出来たてのおもちをいただきました。
おもちが部屋に運ばれると「わくわく」と歓声があがり、あんこもち、納豆もち、雑煮もちを、お家の方に食べやすい大きさに切ってもらって食べました。
今月の給食試食会は、28日(火)に予定しています。
ぜひ、ご参加ください。



つきたてのお餅をおいしくいただきました

1月の予定

- ◎園開放日(園庭・園舎) 毎週月・金曜日
 - ▽子育て支援センター 毎週水曜日
 - ▽長島保育所 毎週水曜日
 - ※1月2日、3日はお休みします。
 - ◎のびのび広場 7日(火)
 - ◎おひさま教室② 9日(木)
 - ◎なかよしサロン 10日(金)
 - ◎ピヨピヨ広場 15日(水)
 - ◎おひさま教室①③ 16日(水)
 - ◎音楽サークル 18日(土)
 - ◎のびのびクラブ 21日(火)
 - ◎おひさま教室② 24日(金)
 - ◎給食試食会 28日(火)
 - ◎おひさま教室①③ 30日(木)
- 詳しい活動内容・日程・場所については各施設、または子育て支援センター(平泉保育所内)46-2767までお問い合わせください。

内部被ばく健康調査を実施します

積極的に検査を受けましょう!

福島第一原子力発電所の事故に伴う放射線の健康影響について、県が実施した検査内容と同等の検査を本年度も実施します。

調査対象者を募集します。「内部被ばく健康調査実施希望申込書兼実施同意書」に必要事項を記入の上、申し込みをしてください。
安心を確認するため、検査を受けましょう。

■調査対象者：町内に住所を有し平成25年度中に4歳に達する人から15歳(中学3年生)までの人(平成10年4月2日から22年4月1日までに生まれた人)

■調査方法：ゲルマニウム半導体検出器による尿中放射性物質の測定(連続した2日間以上で2回以上の尿を採取し検査します)

■検査核種：ヨウ素131、セシウム134、セシウム137(※カリウム40)

※ 放射性カリウム40は、自然の放射性物質であることから必須項目ではありません。

りません。

■検査料金：無料

■申込方法：「申込書兼実施同意書」は各学校や幼稚園、保育所を通して保護者に配布していただきますので申し込み期限までに各学校や幼稚園、保育所に提出してください。

▽在宅の子どもで、対象年齢に該当し調査を希望する人▽町外の学校や幼稚園などに通学、通園している人―は役場保健センターにお問い合わせください。

■申込期限 1月16日(木)

■その他：調査を希望した人には、1月中旬ごろに詳しい内容をお知らせします。その後検査機関から採尿容器などが発送されます。(1月下旬〜2月上旬予定)

検査結果については、個別にお伝えします。調査対象者全員に係る調査結果などは、個人情報保護に最大限配慮したうえで公表します。

一関保健所からのお知らせ

申し込み・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415

血液検査、骨髄バンクドナー登録

- 下記の血液検査や骨髄バンク登録を行っています。
- 日時…1月14日(火)、28日(火) 11:00~12:00
※骨髄バンクドナー登録は9:00~9:30
- 場所…一関保健所(一関地区合同庁舎内)
- 血液検査の種類…▷H I V抗体検査▷ウイルス性肝炎抗体検査▷性器クラミジア抗体検査
- 検査料金…無料(事前に予約してください)

フリースペースひだまり

- 家の外に出ることができないなどひきこもりで悩んでいる人が利用できる「フリースペースひだまり」を開設しています。
- ご家族の情報交換・交流も行っています。希望する人は開催日前日までにお申し込みください。
- 日時…1月6日(月)、20日(月) 13:30~16:00
- 場所…一関市勤労青少年ホーム(一関市田村町)