

健◎康 ホットライン

■問い合わせ先 保健センター TEL 46-5571
e-mail:hoken@town.hiraizumi.iwate.jp



▶糖尿病予防のため
の調理実習

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には、むし歯ゼロへの取り組みを教えてくださいました。



千葉うたちゃん
「甘い物が好きなので、夜にしっかり歯磨きをしています」



岩渕 有希くん
「1日に2回、しっかりと歯磨きをしています」



餘目 恒くん
「夜に必ず仕上げ磨きをしています」



菅野 恭平くん
「甘いジュースより牛乳を飲ませるようにしています」

地球温暖化対策に取り組む会員大募集！

町では、家庭からの温室効果ガスの排出削減を目指す「町地球温暖化対策地域協議会（仮称）」の設立に向けた準備を進めています。そこで、地球温暖化対策に取り組む会員を募集します。地球温暖化対策に関心のある方、これから取り組みを実践してみたい方、どなたでも参加できますのでお気軽にご応募ください。

募集対象…【個人】町内に在住または勤務する高校生以上の方

【団体】町内に所在する事業所または各種団体

募集期間…【第1次募集】5月25日(月)まで
応募は随時受け付けています。

会費…準備会で検討中です。詳細が決まり次第、会員にお知らせします。

応募方法…町ホームページの行政情報トップページ
新着情報から「入会申込書」をダウンロードし、必要事項をご記入の上、メールまたはファクス、郵送でお申し込みください。（申込書は町民福祉課にもあります）

今後の予定…準備会での話し合いを踏まえながら、協議会の5月31日(日)設立を目指します。

応募・問い合わせ先
町民福祉課 ☎46-5562 FAX46-3080
〒029-4192 平泉町平泉字志羅山45-2

◎地球温暖化対策地域協議会とは？

各家庭から出る温室効果ガスの削減を図るのが協議会の目的です。各地域の実情に応じた、効果的で持続的な取り組みを企画・実践します。

活動内容は会員の話し合いで決定しますが、企画から実践まで行う実働部隊として活動していただきます。他市町村の協議会では、講演会やイベント、学習会の開催、住民への情報提供などを行っています。

栄養と身体活動を重点的に 「健康ひらいずみ21」の取り組み

昨年度から、40～74歳の方を対象に特定健診・特定保健指導が始まりました。検診結果に基づき、内臓脂肪の蓄積や血糖、血中脂質、血圧などにリスクのある人への指導があります。メタボリックシンドロームに該当して

もしくても、自分の体が今どの状態にあるかを意識して予防・改善を進めましょう。本年度、健康ひらいずみ21のテーマは「栄養」と「身体活動」を重点的に取り組む。メタボリックシンドロームの予防・

改善に必要なのは「食事の改善」と「適度な運動」の継続です。保健センターでは、生活習慣病予防のための各種教室を左表の通り開催します。お気軽にご参加ください。

21年度の健康教室

名称・内容	日程・場所ほか
【男の介護予防教室】 ▷おおむね60歳以上の男性を対象とし、運動や食生活についての学習や、趣味を生かした活動などを行います。	期日…6月10日(水) 7月8日(水) 9月11日(金) 10月14日(水) 11月18日(水) 12月8日(火) 1月13日(水) 2月17日(水) 場所…保健センター(変更する場合あり) 申込期限…5月29日(金)
【コツ骨筋節教室】 ▷転倒、骨折予防のための運動教室です▷9月4日(金)は平泉、長島地区合同により、藤沢町で水中運動を行います。	【平泉地区】 期日…7月30日(木) 9月4日(金) 10月30日(金) 11月12日(木) 12月18日(金) 1月28日(木) 場所…保健センター 【長島地区】 期日…7月23日(木) 9月4日(金) 10月16日(金) 11月5日(木) 12月10日(木) 1月22日(金) 場所…長島体育館 申込期限…両地区とも7月17日(金)
【ニギニギ広場】 ▷ニギニギ棒を使って握力・腕力の低下にブレーキをかけ、生活の質をアップします。	期日…毎月第4日曜日 時間…10:00～11:00 場所…保健センター 申し込みは必要ありません。
【地区健康教室】 ▷行政区の保健推進員を中心に健康づくりや生活習慣病予防の教室を開きます。	期間…6月～22年2月 それぞれの行政区ごとに詳細をお知らせします。
【食と健康教室】 ▷食事を見直し、運動を心掛けるきっかけとなる教室です。	期日…【平泉地区】7月15日(水) 【長島地区】7月22日(水) 申込期限…両地区とも7月6日(月)

参加の申し込みは電話で受け付けます。日程が決まっていない教室については、開催する時期にお知らせします。

パパママ歯っぴー健診のご案内

町では従来、妊産婦を対象とした歯科健診を実施していましたが、21年度から配偶者の方も対象としました。生まれてくるお子さんの歯やお口の健康を守るため、まずは親になるパパとママが、ご自分の歯やお口の健康に関心を持って生活しましょう。
対象…町内に住所を有する妊産婦(妊娠中から産後1年以内)とその配偶者

方法…母子健康手帳交付時に健診票を各1枚交付します。健診の実施医療機関は町内、一関市内の歯科医院などです。詳細については健診票交付時に説明します。
20年度に配布した妊産婦歯科健康診査票は、妊産婦の方のみ21年度も使用できます。配偶者の方で健診を希望される方には、健診票を交付しますのでお問い合わせください。
問い合わせ先…保健センター ☎46-5571



園開放を行っています

平泉保育所内の子育て支援センターでは、毎週水曜日に園開放を行っています。近所に同じような年齢のお友達がいない「安心して遊ぶことができる場所がない」などの理由で困っているお子さんとその保護者の方のために、同年齢のお友達とのかかわりの場、保護者の方向士の交流の場として、保育所や幼稚園の施設の一部を開放しています。

園開放には0歳から3歳までのお友達が毎週4、5人、おばあさんやお母さんと一緒に遊びに来ています。4月は、室内でままごとや積み木で自由に遊ん

受けてみませんか？ ことばや発達の巡回相談

保健センターでは右記の日程で巡回相談を開催します。ことばや発達の相談を希望する子どもとその家族に対して、各機関の職員が専門的な相談に当たります。相談内容は、ことばや知的発達の遅れに関することや、療育手帳判定など福祉制度の利用に関することなどです。相談は予約制です。ご希望の方は、相談期日の2週間前までに保健センターまでお申し込みください。

相談機関	期 日	相談内容	開催場所
たばしね学園 言語巡回相談	5月15日(金) 11月5日(木)	ことば、発達などの相談	保健センター
県立療育センター 巡回相談	5月28日(木) 10月1日(木) 22年2月26日(金)	発達・行動・ことばで心配なことに関する相談	
一関児童相談所 子育て相談	7月24日(金) 11月27日(金)	療育手帳判定など福祉制度の利用についてほか	

申し込み・問い合わせ先…保健センター ☎46-5571

5月の予定

- ◎のびのびクラブのびのび広場
期日…8日(金)
内容…子どもの集いのびのび広場
- ◎いちごクラブ
期日…12日(火)
場所…長島球場
- ◎ピヨピヨ広場
期日…27日(水)
場所…保健センター
- ◎問い合わせ先
子育て支援センター(平泉保育所内) ☎46-2767