

子育て中の お母さん、お父さんへ

子どもたちが遊び
親たちも楽しめる
そんな交流の場があります。
親子で手をつないで
ぜひ遊びに来てください。



御代田町子育て支援事業 5月の予定 児童館事業の紹介

「ひだまりっこ」の予定

平和台児童館

5月10日(金)

《はじめまして》

5月14日(火)

《わらべうたあそび》

5月17日(金)

《身体測定》

5月21日(火)

《つえさんたかさんのお話し会》

5月24日(金)

《ボールプールあそび》

5月28日(火)

《幼児体操》

5月31日(金)

《お砂場あそび》

東原児童館

5月8日(水)

《はじめまして》

5月15日(水)

《ボールあそび》

5月22日(水)
《英語のわらべうたあそび》

5月29日(水)
《お下がり会》

大林児童館

5月2日(木)

《はじめまして》

5月9日(木)

《風船あそび》

5月16日(木)

《幼児体操》

遠藤先生が来てくれます。

5月23日(木)

《外あそび》

5月30日(木)

《手型・足型をとろう》

※活動によっては、持ち物などが必要な場合があります。詳しい内容は、各児童館にお問い合わせください。



先生の 今月のひだまり



今回は
平和台児童館
佐々木先生です

「みんなで遊びにおいで」

気持ちの良い季節になりましたね。

「ひだまりっこ」から保育園・幼稚園に進級したお友だちは、新しい環境には慣れましたか？

児童館も5月から「ひだまりっこ」が始まります。今年度も内容盛りだくさんで皆さんの来館をお待ちしています。「初めて」の方も大歓迎です。育児で困っていること、不安に思っていることなどもサポートできればいいなと思っております。いっしょに子育てしていきましょう。

児童クラブも新1年生を迎え、館内に元気いっぱいの声が響いています。今年度も地域の方との交流を深めていく予定です。

お返事、あいさつがきちんとできて、お友だちを思いやる優しい子に育っていくように見守っていきたいと思っています。

お気軽に遊びに来てくださいね。

問い合わせ先

- ・ 町民課(子ども係) (32)3111(内線47・74)
- ・ 平和台児童館 (32)5800
- ・ 東原児童館 (32)5769
- ・ 大林児童館 (32)0154

保健 センター だより



今月は、保健師の
美齊津聡美さんです。

特定健診は目に見えない自分の血管を知るための健診です

日本人の4人に1人は生活習慣病の結果である心疾患と脳血管疾患で亡くなります。

心筋梗塞や脳卒中は、心臓や脳そのものに異常があるのではなく、その臓器に血液を送る血管の傷みが原因で起こります。太ってはいないが、血圧が少し高めという場合、高い圧力が血管にかかり続けることで、血管の壁はじわじわ傷んでいきます。また、血糖値やコレステロールの値が高値であることは、血液に溢れた糖や脂質が血管の壁に付着して、血液の通り道を狭めたりする予兆であると考えられます。

下の図は57歳で心筋梗塞を起こしたAさんの健診結果です。

自分では元気だとも思っていない、血管の傷みは始まっているかもしれません。健診で小さな予兆を発見し、早い段階で対処することが大切です。



健診を初めて受けた方や、以前の健診で少し数値が高めだけど、調子も悪くなかったので健診を受けていなかった方が健診を受けると、結果を見て驚かれることが多いです。調子が悪くなる前に自分の血管の状態を毎年確認して、健康で過ごせるようにしましょう。

平成23年度の御代田町の健診受診率は38.7%でした。国の目標は60%です。受診率の高い市町村は医療費が低いというデータがあります。一人でも多くの方の受診をお待ちしております。

5月から町の各種健(検)診が始まります。まだ健診のお申し込みをされていない方もまだお申し込みができます。

問い合わせ先

保健福祉課健康推進係(32)2554

Kids generation

3 2 - 2 5 5 4

●10ヵ月健診時に撮影した写真を2ヵ月に分けて紹介しています。

