

広報カレンダー

月日	行 事
12/16 (木)	手づくりおやつ会・母親クラブ・子育て支援センター合同クリスマス会 9:30～12:30 (やすらぎ園)
17 (金)	母子健康手帳交付・すくすくの日 (育児相談) 13:00～17:00 (やすらぎ園)
21 (火)	健康相談日 9:30～11:00 (大かや園)
22 (水)	幼稚園・小中学校2学期終業式
24 (金)	こおりキッズスクール⑦ 9:30 (中央公民館) 母子健康手帳交付・すくすくの日 (育児相談) 13:00～17:00 (やすらぎ園)
26 (日)	スノートレッキング 8:00 (野地温泉) 桑折宿軽トラ市 9:00～12:00 (福島信用金庫駐車場)
1/2 (日)	祝 2011 桑折冬花火の舞 17:00～17:20 (白銀地内)
4 (火)	小学生スキー教室～1/5 8:30 (栗子スキー&リゾート) 町民新年挨拶会 16:00～(15:30受付) (JA伊達みらい桑折総合支店)
6 (木)	ブックスタート推進事業 13:15 (やすらぎ園) 4カ月児健康診査 13:15～13:30 (やすらぎ園) 7カ月児健康診査 13:00～13:15 (やすらぎ園)
7 (金)	母子健康手帳交付・すくすくの日 (育児相談) 13:00～17:00 (やすらぎ園)
9 (日)	成人式 13:30～ (中央公民館)
11 (火)	幼稚園・小中学校3学期始業式 いきいきウォーキング教室 9:30～12:00 (やすらぎ園) 健康相談日 9:30～11:00 (やすらぎ園)
14 (金)	母子健康手帳交付・すくすくの日 (育児相談) 13:00～17:00 (やすらぎ園) 献血車運行 (福島信用金庫桑折支店前) 15:30～17:00 桑折町体育協会新年会 19:00～ (中央公民館)
18 (火)	AED講習会 11:00～12:00 (半田醸芳幼稚園) 1歳6カ月児健康診査 13:00～14:00 (やすらぎ園)
20 (木)	手づくりおやつ会 9:30～12:30 (やすらぎ園) 健康相談日 9:30～11:00 (大かや園)
21 (金)	AED講習会 10:30～11:30 (睦合幼稚園) 母子健康手帳交付・すくすくの日 (育児相談) 13:00～17:00 (やすらぎ園)
25 (火)	3歳児健康診査 (時間は個人通知に記入) (やすらぎ園)
26 (水)	文化財防火デー 桑折友遊くらぶ⑩ 10:00 (中央公民館)
27 (木)	ふれあいヘルシー (糖尿病予防) 教室 9:30～12:30 (やすらぎ園) AED講習会 10:30～11:30 (伊達崎幼稚園) ファミリー文庫おはなしの会 15:30 (桑折公民館)
28 (金)	母子健康手帳交付・すくすくの日 (育児相談) 13:00～17:00 (やすらぎ園) ファミリー文庫おはなしの会 15:30 (伊達崎公民館)
29 (土)	キッズスクール⑧ (中央公民館)

●青字は生涯学習関係事業

Healthy Recipe

おすすめ 健康レシピ

半田醸芳幼稚園の家庭教育学級が11月26日、半田公民館で開かれ、4歳児と親と一緒におやつ作りに挑戦しました。

「お焼き」とりんごを砂糖で煮たものをぎょうざの皮で包んで焼いた「アップルつつみ焼き」を作りました。

おやつには、3回の食事ですり足りない分の栄養を補う、という意味があります。甘い菓子やスナック菓子ばかりでなく、果物や乳製品なども取り入れると良いでしょう。

今月は、残りご飯でもできる、おいしい「お焼き」を紹介します。

お焼き



【材料】(小8個分)

ごはん	茶わん2杯分
サラダ油	少々
みそ	大さじ1
しょうゆ	小さじ1
チーズ	2枚
青のり	少々

【作り方】

- ①ごはんをまとめたものを、小判型にまとめる。
- ②ホットプレートに油をひき、①の両面を軽く焼く。
- ③みそ・しょうゆをまぜたものを表面にぬる。
- ④スライスチーズを花型にぬいてのせ、青のりを散らす。

1人分の栄養価

エネルギー	55kcal
たんぱく質	1.2g
脂質	0.9g
カルシウム	11mg
鉄分	0.4mg
塩分	0.3g

インタビュー



丹治静江さん
愛香ちゃん 優香ちゃん
子どもたちと一緒に楽しいおやつを、楽しく作りました。家でも作って食べたいと思います。



丹野明子さん 舞菜ちゃん
家にある材料で手軽に作れて、とてもおいしかったです。子どもでも簡単に作れるので、家でもぜひ作りたいと思います。

◎新型インフルエンザ予防接種は、なるべく12月中に受けましょう。
町民税非課税世帯の人は、税務住民課で「非課税証明書」を発行してもらってください。

10月26日に行われた3歳児健康診査の結果、受診児24人中、むし歯のない子は19人でした。



半澤 昊也^君 大越 郁拓^君 五十嵐 瑠花^君 佐藤 碧波^君 大槻 乃愛^君
菅野 巴麒^君 大槻 珠子^君 佐藤 歌音^君 高橋 優作^君 亀岡 翔太^君
佐藤 陽菜太^君 大槻 奏太^君 齋藤 隼人^君 渡邊 璃音^君 橋本 奏人^君
長沼 優^君 千葉 晴^君 佐藤 遥^君 片平 秀^君

忘れずに、確認してね!
実施場所は「やすらぎ園」です

乳幼児健康診査では、医師によるお子さんの発達・発育の診察のほか、離乳食の試食や予防接種についての話などがあります。お母さんだけでなく、お父さんや子育てに参加しているおじいちゃん、おばあちゃんもぜひ参加してください。

事業名	対象者・内容	日時
7カ月児健康診査	平成22年5月生まれ	1月6日(木) 13:00～13:15
4カ月児健康診査	平成22年8月生まれ	1月6日(木) 13:15～13:30
3歳児健康診査	平成19年7月、8月、9月生まれ	1月25日(木) (時間は個人通知に記入)
1歳6カ月児健康診査	平成21年5月・6月生まれ 健康診査票を記入し、母子手帳と一緒に持ちこたください。	1月18日(木) 13:00～14:00
母子健康手帳交付 妊婦健康相談	母子健康手帳の交付、妊婦健康相談を行います。母子健康手帳のみの交付は役場・税務住民課でもできます。ただし、初めての妊娠・出産の人はできるだけやすらぎ園で交付を受けてください。	12月17日・24日 1月7日・14日・21日・28日 (毎週金曜日) 13:00～17:00 ※指定日が都合の悪い人は保健福祉課へ問い合わせください。
すくすくの日	乳幼児の身長・体重測定、育児相談を行います。	

Health

保 健 だ より

園保健福祉課 (やすらぎ園)
☎582-1133 FAX582-1180

健康相談日

体や心の健康について不安や悩みがある人はどなたでも気軽にご相談ください。また、当日は血圧測定も行っていますので、日ごろの健康管理にもお役にたください。

月 日	場 所	時 間
12月21日(木)	大かや園	9:30～
1月20日(木)		11:00
1月11日(木)	やすらぎ園	

※健康手帳をお持ちの人は持参してください。
※健康相談日以外でも相談を受け付けていますので、健康に悩みがある人は健康増進係までご相談ください。

ノロウイルスに 気をつけてください

ノロウイルスは、ほとんどの場合、口から体内に入り感染します。手洗い、うがいをすることが予防の第一です。また、嘔吐物などの適切な処理も重要です。