桑折町子育て支援活動のお知らせ

NEWS

ママ・パパの子育てを応援します

子育てアドバイス

桑折町では、就学前の親子を対象に、下記の内容で子育て支援事業を行っています。子どもや他の親子と一緒に遊んだりできるほか、悩みを相談する場としても、ぜひご利用ください。

こおり青空こども園子育て支援センター“ももも”

対象者： 町内に住所を有する生後1ヵ月から就学前の児童及びその保護者または養育者、または初妊婦の方
開催日： 月～金曜日（週5日）
時　間： 開園時間：9時～4時　活動時間：9時30分～3時
場　所： こおり青空こども園内
その他： 一時預かりも実施
連絡先： ☎529－5416
※詳しいスケジュールについては、ホームページをご覧ください。

その他の子育て支援事業

●幼稚園就園前の親子を対象に、下記の内容で子育て支援事業を行っています。

事業名	開催日	時間	場所	連絡先
すくすくカフェ「ママトーク」発育測定・栄養講話・等	月1回火曜日	10:00～11:30	やすらぎ園	こども家庭センターすくすく ☎582-6045 ☕：当日予約（9時～10時）
離乳食教室 ※対象者には個別通知を差し上げます。	年間6回		やすらぎ園	健康福祉課 ☎582-1133 👶：対象者のみ 🍓：事前予約
プレママ＆ママのためのすくすくキッチン	年間2回	10:00～12:00		
ぽかぽかクラブ「0歳ママのティーサロン」	第4金曜日	10:00～11:30	ふれあい館	町社会福祉協議会（ボランティアセンター）☎581-0255
子育てに癒しの時間を「ｉｋｏｉ」	8、2月を除く月1回火曜日 3月は金曜日			

★問い合わせ先：桑折町こども家庭センターすくすく　☎582－6045

令和8年度より5歳児健診が始まります

基本的には他の健診と同じですが、5歳児健診では集団生活が本格的になる年中児を対象に実施します。

5歳児健診ってどんなことをするの？
基本的な生活習慣が確立し、社会生活を身に着ける大事な時期です。からだの発育・発達、運動やことばの発達、生活リズムや食事について、園での過ごし方などについて確認します。

なぜ5歳児健診が必要なの？
小学校入学に向けた準備、園やお家での生活で心配なことはないか、必要なサポートについて保護者の方と相談しながら一緒に考えていくためのものです。

発達が遅れていると言われるのではないか、心配...
病気や障害を特定するものではありません。お子さんへの理解を深め、健診での気付きを園やお家での生活や小学校入学に向けた準備に生かすためのものです。

健診後の支援は？
園などと一緒にサポートを行う他、入学に向けて不安なことや、どんな学びの場がいいのか教育相談・就学相談で相談ができます。より専門的な検査が必要な場合は、専門の医療機関等ご案内します。

管理栄養士のおすすめレシピ

和風ポトフ

ここがポイント！
豚バラ肉は下茹でしてから使用することで、余分な脂を落とし、脂質やエネルギーを抑えています。
かつお節と干し椎茸、2種類のだしを使うことで、うま味の相乗効果が生まれ、少ない塩分でも満足感のある味付けになります。

塩分 0.9g

■材料（4人分）
- 豚バラ肉 …… 60 g
- かぶ …… 100 g
- にんじん …… 60 g
- じゃがいも …… 180 g
- 干し椎茸 …… 1.2 g
- しらたき …… 40 g
- グリンピース …… 20 g
- しょうゆ …… 小さじ2
- みりん …… 小さじ2
- 酒 …… 小さじ2
- 塩 …… 1.6 g
- （だし汁）水 …… 500cc
- かつお節 …… 15 g

■作り方
1. かぶ、にんじん、じゃがいもは皮をむいて一口大に切る。
2. 豚バラ肉は下茹でして、食べやすい大きさに切る。しらたきは湯通しして短く切る。
3. 干し椎茸は水につけて戻し、細かく切る。戻し汁はとっておく。
4. かつおだしをとる。鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したら火を止めてかつお節を加える。かつお節が底に沈んだら、目の細かいざるなどで濾す。
5. 鍋に④のだしを入れ、にんじんを加えて蓋をして火にかける。やわらかくなったら豚バラ肉、じゃがいも、かぶ、しらたきを加える。
6. しょうゆ、みりん、酒、塩、干し椎茸の戻し汁を加えて煮込む。
7. 器に盛り付けて、グリンピースをちらす。

【1人分の栄養価】 エネルギー 111kcal/たんぱく質 4.4 g /脂質 5.3 g /カルシウム 25mg/鉄 0.6mg/ 塩分 0.9g

高齢者肺炎球菌予防接種を受けましょう

町では、**65歳の人**を対象に高齢者肺炎球菌予防接種の助成を行っています。接種対象者へは、誕生月の翌月に個別通知と予診票を送付しています。接種を希望する人は、早めに医療機関で接種しましょう。

なお、令和8年4月1日から国の方針により使用されるワクチンの種類が変更され、これに伴い自己負担額が変わりました。

1 対象者	対象者は次の2つの要件に該当する人です。 1、今までに肺炎球菌ワクチン接種をしたことがない人（生涯で1回目の接種に対して助成されます） 2、接種日現在「**65歳の人**」 ※60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器等で身体障害者手帳1級相当の人も対象となります。
2 自己負担額	**3,500円**

問合せ先　健康福祉課　健康増進係　☎024-582-1133

広　告