

# いきいき健康推進課 ほけんだより

お問い合わせ先 TEL0175-28-5800

## 1月 保健行事予定

### 母子手帳交付について

保健師が不在の場合もあります。**事前に連絡をくださるようお願いいたします。**

### 【キッズルーム】

毎月2回、保健福祉センターを遊び場として開放しています。  
とき 1月10日(木)・24日(木)  
ところ 保健福祉センター  
対象者 就学前のお子さんと保護者  
時間 10:00~16:00

### 【赤ちゃん教室】

とき 1月23日(水)  
ところ 保健福祉センター  
対象者 H24.3・6・8月生  
受付 13:30~13:45



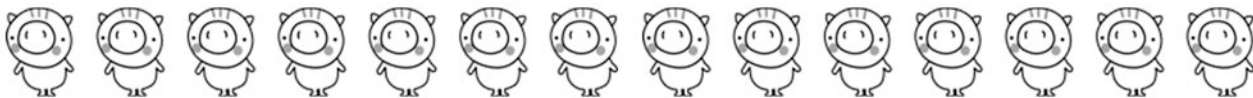
### 《個別予防接種》

	東通診療所	むつ市内・村指定医療機関
B C G	1月7日(月)	
三種混合	1月21日(月)	1月25日(金)
麻疹・風疹(混合)	1月28日(月)	1月8日(火)

指定医療機関		受付時間
東通村	東通村診療所 ★実施場所:保健福祉センター	13:30~14:00
むつ市内	ちばクリニック ※1	14:00~15:30
	どんぐりこどもクリニック※1	14:00~15:30
	菊池医院	13:30~14:30

※1ちばクリニック・どんぐりこどもクリニックで麻疹風疹4期(高校3年生対象)を接種する場合には、いきいき健康推進課と医療機関への事前の予約が必要です。

注:やむを得ない事情で、広域の予防接種を希望する場合は、いきいき健康推進課までお問い合わせください。



# 「楽しくお料理したよ」

~おやこの食育教室(食生活改善推進員会)~



11月10日(土)、食生活改善推進員会が就学前のお子さんを対象に、おやこの食育教室を行いました。

参加したお子さんたちは、お母さんやお父さんと一緒に、野菜を切ったり、炒めたりなど年齢に合わせた調理に挑戦しました。食育についてのお話もきき、食事の大切さについても学びました。

### ★食育 5つの力★

- ・ 食べ物を選ぶ力
- ・ 食べ物のいのちを感じる力
- ・ 食べ物の味がわかる力
- ・ 元気な体がわかる力
- ・ 料理ができる力

