

子育て支援センターだより

●子育て支援センター ☎52-2315

自治会代表者会議

まちの話・出来事

各地区運動会

カメラレポート

発信@みなくる

子育て支援センター

自治会代表者会議

まちの話・出来事

地域活動レポート

カメラレポート

教育委員会通信

こんにちは保健師です

いよいよ暑い夏がやってきました。夏には楽しいイベントが盛りだくさんの季節ですね。外に出るときは帽子をしっかりと被り、こまめに水分補給を取りながら、北海道の短い夏を楽しみたいですね。

☆にこにこ学級 ～開級式～☆

5月24日（火）、いよいよ今年度のにこにこ学級がスタートしました。今年度は14組の親子の方に登録をして頂きました。この日は開級式を行い、その後は新聞プールで遊びました。開級式では自己紹介をして頂きました。新聞プールでは、普段お家ではできない遊びに時間を忘れ楽しみました。

まだ登録をしていない2歳以上のお子さんとお母さんで、にこにこ学級に興味のある方は、途中からの入級もできますので気軽に遊びに来て下さい。

☆親子遊びの広場 ～絵の具遊び～☆

6月8日（水）、この日は絵の具とクレヨンを使い、はじき絵をしました。洋服や靴下の形に切った画用紙に、クレヨンで模様を付け、その上から絵の具を塗ると、クレヨンで描いた模様が浮かび上がる遊びをしました。お母さん方からも「絵の具は好きなんです。」「色を混ぜるのが楽しいみたい」との、声も聞かれました。お片づけの時間まで、夢中で取り組み、楽しむお子さんの姿が見られました。



☆お知らせ☆

0歳から1歳児までのお子さんを持つお母さんや、これからお母さんになる妊婦さんのご参加をお待ちしています。お話しをしたり、お子さんと一緒に遊びませんか？

- ・日 時 7月13日（水）10時00分～11時30分
- ・場 所 地域子育て支援センター（幾寅保育所内）
- ・内 容 お子さんとのふれ合い、絵本の読み聞かせなど
- ・持ち物 各自必要な物
- ・詳しくは、地域子育て支援センター（幾寅保育所内）にお問い合わせ下さい。

保育所の元気な子どもたち

幾寅保育所では、6月の運動会に向けて元気に練習に励む毎日、6月6・8日は、南富良野高校の生徒の皆さんが訪れてくれました。子ども達と一緒に走ったりお遊戯したり、練習終了後も一緒に遊んで、大喜びの子ども達でした。



金山保育所では子ども達の交通安全意識を高めるために、毎月1回交通安全指導を行っています。6月9日は信号のない道路の横断について実技指導を行いました。子ども達は左右確認をし、手を挙げて真剣な顔で横断していました。



こんにちは
保健師です！
保健福祉課保健指導係
☎52-2211

～年に一度は 健診を受けましょう！～



早期発見
早期治療

春の南プミニドック（5月30日～6月4日）が終了してから、約1ヵ月程になります。健診を受けられた方は、そろそろ健診の結果が返ってくる頃です。

健診の目的は、生活習慣病等になる前の症状がない段階で異常を発見し、生活改善などで予防することです。

去年、町の健診を受けた3人に1人が精密検査の該当となっており、40歳以上になると精密検査の該当になる方の割合が高くなっています。

★毎年、健診を受けていますか？

病気は、早期には症状がなく、症状が現れたときにはすでに進行しているということが少なくありません。多くの病気は早期に発見すれば、適切に対処して予防することや悪化を防ぐことが可能です。そのため、年に1度は健診を受けることが重要です。

健診を受けていない方の中には、「症状がないし、健診は受けなくてもよい」と考えている方もいると思います。

しかし、症状がない時期だからこそ健診を受ける必要があるのです。

★健診にはこんなメリットが！！

①病気の予兆を見つけ出し、生活習慣病予防！
生活習慣病は進行するまで自覚症状がなく、早期に発見するには健診等の検査しかありません。

しかし、健診で異常を見つけて対処すれば大半の生活習慣病は予防可能です。

②町の健診後の保健指導を利用して自分にあった健康づくりを！
町では特定健診を受けた方（40歳～75歳の国民健康保険加入者）全員に保健師・栄養士が直接お会いして健診結果をお返しする予定です。今回受けられた健診結果を基に生活改善の方法と一緒に考えます！仕事などで忙しい方もいると思いますが、ぜひ保健指導を活用してください。

また、一般健診（19歳～39歳、生活保護世帯の方）を受けられた方で健診結果に異常があった方も保健指導の対象となります。それ以外の方でも、健診結果について疑問や質問などがあれば、保健師・栄養士が対応しますので、ご連絡ください。



未受診の方へ

秋の「南プミニドック」があります。春の健診を受けていない方はぜひ秋の健診を受けてください！

- ◎日程 10月25日（火） 下金山地区多目的センター
- 10月26日（水） 保健福祉センターみなくる

また、「健診日と日程が合わない」「仕事が忙しい」などの理由で、受診できない方には、ご自分の都合のよい時に受けられる“個別健診”を実施しています。希望される方は保健指導係までご連絡ください。