

元気印のかんおんじ21 第2次ヘルスプランの推進

健康増進計画・食育推進計画

栄養・食生活・食育グループ

健康増進課 ☎ 23 - 3964

食育講演会 (柞田小学校)

6月27日 給食試食会と併せて講演会を開催

小学校1年生の保護者 38人が参加

尾崎医師「子どもたちがメタボにならないようにするには？
～ころばぬ先の杖～」

久保田栄養士「発育期の食育の大切さについて」

<参加者の感想>

- ★身近なデータを使った説明で、実感が湧いた。子どもが早食いなので、気をつけようと思う。
- ★お菓子里に含まれる油を絵で分かりやすく示してくれて、よく分かった。



おやこの食育教室「お魚をさばいてみよう」 (豊浜小学校・豊田小学校)



豊浜小学校 8月30日
参加者32人



豊田小学校 10月26日
参加者38人

こんなに上手に
できました!



<参加者の感想>

- ★私のできることが見つかったから、参加してとても良かった。いろんな人たちに褒めてもらい、とてもうれしかった。(子)
- ★お母さんと一緒に魚をさばけて、とても楽しかった。(子)
- ★魚をさばくことは難しいと思ったけど、やってみると簡単だった。(子)
- ★子どもにとって、とてもいい経験になったと思う。習ったことを覚えているうちに家でもしたい。(母)
- ★5年生にもなると上手に魚をさばけることにびっくりした。何事も危ないと思わず、まずやらせてあげたいと思う。(母)

食は私たちが生きていくために欠かせない命の源です。これからも親子の調理実習を実施し、子どものうちから食材に興味を持ち、楽しく食べる経験や食事の大切さを伝える活動を続けていきます。



時 日	所 場	内 容	数 人
対 象	料 金	受 付 期 間	主 催
持 持 参 物	注 意	申 込 先	問 合 先

感染性胃腸炎に気を付けましょう

ノロウイルスとは

感染性胃腸炎の主な原因の一つで、感染力が非常に強く、わずかにウイルスが付着しているだけで食品や人、手袋、床、ドアノブ、便器などさまざまなところから感染する恐れがあります。

症状

吐き気・嘔吐・腹痛・下痢・発熱など。通常1～2日で症状は治まります。

予防

- ・食品は中心部が85度以上で、90秒以上加熱する
- ・せっけん流水で指間・爪・手首も忘れずに、しっかりと手を洗う(二度洗いが効果的)
- ・嘔吐物や便の処理は、速やかに使い捨てのゴム手袋を使ってビニール袋に入れ、縛って捨てる
- ・汚染された場所は0.1%次亜塩素酸ナトリウム(家庭用塩素系漂白剤)を染み込ませたペーパータオル等で覆い、水拭きする

注意

ノロウイルスは症状がなくなっても1週間程度便の中に潜伏します。また、感染しても症状が出ないことがあります。治った人や無症状の人から、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者が感染し、重症化することもあります。症状がある人は、早めに医療機関を受診してください。

問 香川県西讃保健福祉事務所保健対策課

☎ 25 - 2052

健康増進課 ☎ 23 - 3964

三豊総合病院健康教室

●腎臓病教室

時 1月19日(木)午後3時30分～午後5時
内 「腎臓が悪くなったらどうすればいいの」
「運動療法の必要性について」
「腎不全の治療選択について」

注 予約が必要

申 問 同病院健康管理センター 腎センター
☎ 52 - 2726 (内線1360)

みとよサプリ

時 1月18日(水)午後1時30分～午後2時
内 地域で見守る認知症
所 三豊総合病院南棟ホール
問 同病院 ☎ 52 - 3366

骨密度測定をしませんか?

健康な骨は、組織がしっかりしていて密度が高く丈夫です。しかし、組織が粗くなってスカスカな状態(骨粗しょう症)になると、日常生活のささいな動作でも骨折しやすくなります。

「大丈夫」と思っているあなたも、骨のチェックをしてみましょう。

時 2月7日(火)午後1時30分～午後3時30分

所 豊浜福祉会館

時 2月10日(金)午後1時30分～午後3時30分

所 大野原いきいきセンター

数 各40人(予約が必要、先着順)

料 無料

注 保健センターでも4月を除き、毎月1回実施。日程は広報紙の保健カレンダーに記載(要予約)

申 問 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964

受けてください 命を守る大切な検診!

平成29年度がん検診申込書を1月に郵送します。市が実施するがん検診を希望する人は必ず申し込んでください。がんになる人は年々増加しています。年に1回の検診を心がけましょう。



受 1月27日(金)まで

申 申込書に記入し、同封の返信用封筒(切手不要)で返送してください。

注 ・65歳以上の人には結核・肺がん検診の記入欄があります。受けない理由がある人は、その理由を記入してください。それ以外の人は、集団検診の申し込みをしてください。

・子宮頸がん乳がん検診は2年に1度です。(平成29年度にクーポン券対象の人は除く)

・申し込みをしていない場合は、検診の案内ができません。

問 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964

母子保健推進員(ママズサポーター)募集

「子育て中のママの身近な相談役」として、育児に関する悩みを聞いたり、市が行う母子保健事業(離乳食講習会や育児教室など)のお手伝いをしてもらったりする人を募集します。声をかけてもらい、話を聞いてもらえるだけでも、気持ちが楽になるというママがたくさんいます。これまでの子育てなどの経験を地域に役立ててみませんか。詳しくは、健康増進課までお問い合わせください。

問 健康増進課母子保健係 ☎ 23 - 3964

子育て応援情報

トピックス

義務教育に必要な経費の一部を援助します

小・中学校に通学している児童・生徒のいる世帯のうち、経済的に困っている保護者に対し、その世帯が下記の要件に該当する場合(世帯全員)、給食費や学用品費など、学校で必要な費用の一部を援助します。

- 市民税が世帯全員非課税である
- 個人の事業税・固定資産税が減免されている
- 国民年金の掛金が免除されている
- 国民健康保険税が減免または徴収猶予されている
- 児童扶養手当を受給している
- 世帯全員の合計所得が一定基準以下(※)である など

※一定基準…世帯の人数や構成員の年齢によって異なります。

注意

単身赴任等で別居している場合でも、同一世帯と見なします。

申請方法

申請書類は、通学(入学予定)している小・中学校へ提出してください。申請書は学校教育課および各小・中学校で渡します。また、市のホームページ(くらしナビ)からダウンロードできます。

- 児童・生徒1人につき1部必要です。
- 添付書類が必要な場合があります。

問い合わせ先

学校教育課
☎ 23-3938
通学(入学予定)している小・中学校



平成28年1月生まれ
ハローキッズ!! 1歳おめでとう♡
Hello Kids!!
平成28年4月生まれの子どもを募集します
受付: 1月4日(水)から
場所: 秘書課広聴広報係・大野原支所・豊浜支所・伊吹支所
申込方法: 申込用紙に写真を1枚添えて持参または郵送
注意: 応募多数の場合は先着順

問い合わせ先: 秘書課広聴広報係 ☎ 23-3915



あさひ 横山 旦陽 ちゃん
父 謙次さん 母 真希さん (坂本町)



とうま 山口 冬真 ちゃん
父 正史さん 母 佐也加さん (豊浜町和田浜)



まな 大西 愛菜 ちゃん
父 史晃さん 母 美穂さん (出作町)



しょうま 石田 渉真 ちゃん
父 渉一さん 母 良子さん (大野原町丸井)



みおり 山下 実織 ちゃん
父 拓磨さん 母 沙織さん (大野原町大野原)



りの 大西 莉叶 ちゃん
父 晋太郎さん 母 里奈さん (大野原町大野原)

講座・教室

育児教室「心愛カフェ」・子育てセミナー

時 1月20日(金)午前10時~午前11時30分

所 保健センター1階

講 NPO法人ミュージックサポート・ネットワーク♪ぱびゅべぼ

内 おやこでエンジョイうたあそび

対 0カ月から3歳までの親子

持 母子健康手帳、お茶

申 前日までに申し込んでください。

問 健康増進課母子保健係 ☎ 23-3964
市社会福祉協議会 ☎ 25-7708

相談

家庭児童相談	子育ての不安、養育困難、虐待、家庭内の相談など	土・日曜日、祝日を除く毎日 午前8時30分~午後5時	市役所1階 家庭児童相談室
母子・父子自立相談	ひとり親家庭の相談や援助、貸付など		
児童相談(要予約)		1月11日(水) 午後1時30分~午後4時 (県の専門相談員が対応)	
問 子育て支援課こども・女性相談係 ☎ 23-3957			
育児相談		1月24日(火) 午前9時30分~午前11時	保健センター
問 健康増進課母子保健係 ☎ 23-3964			



「子育て支援センター」愛称募集!



旧萩原小学校の校舎1階を改修して「子育て支援センター」の整備を進めています。

「子育て支援センター」は、子育て中の親子が気軽に集い、安心して楽しく遊べ、相談や交流を通じて育児不安を解消し、子どもたちの健やかな成長を支援する施設です。

そこで、市民の皆さんに親しみをもって利用してもらえるような、すてきな愛称を募集します。たくさんの応募をお待ちしています。

● 応募資格

市内に住所を有する人(応募は1人1点)

● 募集期間

1月13日(金)~2月3日(金)(必着)

● 応募方法

下記の応募用紙に必要事項を記入し、FAXまたは子育て支援課・各支所に配置している応募箱へ投函してください。はがきや電子メール(様式は不問)でも可。

● その他

- 採用された人には、表彰状と記念品を贈呈します。
- 採用作品に関する全ての権利は観音寺市に帰属します。
- 採用作品については、趣旨を損なわない程度に一部補正・修正する場合があります。
- 個人情報適切に取り扱い、この事業以外の目的には一切使用しません。ただし、採用された人は作品とともに氏名、住所(町名まで)、学校名、学年を広報かんおんじや市ホームページなどで公表します。

● 応募・問い合わせ先

〒768-8601 住所記載不要
観音寺市子育て支援課
☎ 23-3962 FAX 23-3993
電子メールアドレス kosodate@city.kanonji.lg.jp
(電子メールで応募する場合は、件名に「子育て支援センター愛称応募」と明記)

切り離して使用してください

子育て支援センター愛称募集応募用紙

応募する愛称(ふりがな)	ふりがな 氏名	男・女
	(歳)	
愛称の説明(意味・理由など100字以内)	住所 〒 観音寺市	-
	電話番号	
	学校名・学年(児童・生徒・学生のみ)	