



食育コラム (16) 最終回

☎保険健康課 ☎84-0327

今月で子育てコーナーの食育コラムは最終回です。

平成29年5月号から16回連載してきましたが、楽しんでいただけましたか？

子どもの食育で一番大切なことは、私たち大人が食事に興味をもち、美味しく、楽しく食べる姿を見せ、健康的な生活を送ることです。子どもは、親の姿を見て育ちます。ご自分の食事・食生活を振り返りましょう!!

♪食事・食生活チェック表♪

- ① 3食規則正しく食べている
- ② 子どもと一緒に食べている
- ③ 楽しく食べている
- ④ 好き嫌いをせずに、バランス良く食べている  
(主食・主菜・副菜・果物・乳製品)



保険健康課 儀賀管理栄養士

いかがでしたか？いくつ当てはまりましたか？食育をとおして、お子さんの健やかな成長とご家族が楽しく健康に、のびのびと過ごせることを願っています。



町民センター図書室

◇子どもの広場

内容 「ガチャガチャぼん!」を作ります。  
日時 8月2日(木) 10:00~  
持ち物 はさみ・油性カラーペン  
対象 小学生  
場所 町民センター2階 小会議室A  
申込み 直接図書室へ 又は、☎82-5221



◇おはなし会 (第2土曜日、第3水曜日)

日時 8月11日(土) 13:00~  
8月15日(水) 15:00~  
場所 町民センター3階 図書室  
申し込みはいりません。

◇乳幼児専門電話相談◇

子どもの発達に不安を感じている保護者及び支援者の相談をお受けします。

日時 8月7日(火)、24日(金)、28日(火)  
10時から13時まで

対象 乳幼児期の子どもを持つ保護者  
乳幼児の支援に携わる支援者

費用 無料 (電話代は相談者負担)

対応職員 加藤敦子さん (保健師、臨床心理士)

専門電話 ☎0465-81-3717

☎ 神奈川県発達障害支援センター 地域支援課  
☎0465-81-0288



子育てカレンダー 8月



このカレンダーは、就学前のお子さんに関する予定を掲載しています。  
Ⓜ 申込みが必要です

月	火	水	木	金	土	日
		1 ファミリー読書デー	2 ★3~4か月児健診 (保健センター) ♪おでかけ保育 (福祉会館) ♪夏の子育て相談日Ⓜ (酒田子育て支援室)	3	4	5
6	7 ☆1歳6か月児健診 (保健センター)	8 ♡チビッコランド おはなし会 (福祉会館)	9 ♪おでかけ保育 (みずのべ保育園)	10	11 山の日 Ⓜおはなし会 (町民センター図書室)	12
13	14	15 Ⓜおはなし会 (町民センター図書室)	16 ♪おでかけ保育 (福祉会館) ☺3歳児学級①Ⓜ (町民センター)	17	18	19
20 ☺3歳児学級②Ⓜ (町民センター)	21 ☆母乳相談Ⓜ (保健センター)	22 ♡♪おでかけ保育 (福祉会館) ◇あじさいっこ防災講座 (あじさいっこ) ☺3歳児学級③Ⓜ (町民センター)	23 ☆2歳児歯科健診 (保健センター) ♪おでかけ保育 (円中自治会館)	24 ☺3歳児学級④Ⓜ (町民センター)	25 あしがら花火大会 開成町納涼まつり	26
27 ◇とんちゃんおはなし会 (あじさいっこ) ☺3歳児学級⑤Ⓜ (町民センター)	28 ☆7~8か月児健康相談 (保健センター)	29 ☆乳幼児健康相談 (保健センター)	30 ♡ちびっこサロン (福祉会館)	31	9/1	9/2 町防災訓練

問合せ申込み ☆ 保険健康課 84-0327  
♪ 子育て支援センター (酒田子育て支援室) 82-1222  
◇ 駅前子育て支援センターあじさいっこ 20-9720  
Ⓜ 子ども・子育て支援室 84-0328  
♡ 社会福祉協議会 82-5222  
☺ 教育委員会事務局教育総務課 82-5221  
Ⓜ 町民センター図書室 82-5221  
♡ 瀬戸屋敷 84-0050



▲カブトムシの観察



▲みんなと一緒に砂場へ

元気だより

開成幼稚園 ☎82-4247

子どもたちの新しい生活

開成幼稚園 教諭 鈴木 希

4月から開成幼稚園の教諭となりました。自然豊かで住みやすい開成町がとても好きです。希望あふれるこの町で働けることを嬉しく思います。今年、町の子育て支援事業「のびのび子育てルーム」で、3歳児の担任として、いちご組とぶどう組の子どもたちと過ごしています。「せんせい、みて!」という子どもたちの声や、何事にも一生懸命な姿など、すべてが愛おしく、その愛おしさの中に教育の楽しさを感じています。

一人ひとりの子どもに丁寧にかかわり、日々、心を込めて活動していきま。園での遊びや生活を通して、子どもと一緒にぐんぐん成長していきけるよう、頑張ります。

「元気だより」では、町の子どもたちの様子を学校・保育園の現場からお届けします。

子育てナビ

☎保険健康課 ☎84-0327

ママ&パパ教室で 子育てのイメージを育てよう

♡ マタニティエクササイズ  
体重増加は妊婦さんにとって悩みの種。しかし、元気な赤ちゃんを育てるためにはしっかりと食育することが重要です。実習をしながら食の大切さを学びます。

♡ 歯の衛生について  
妊娠中の口腔内のことや赤ちゃんの歯のこと、虫歯予防など歯科衛生士が分かりやすくお話しします。

♡ 妊娠中から出産について  
妊娠経過や出産、産後について助産師がお話しします。妊婦体操や分娩動作の練習もします。

♡ 赤ちゃんの育て方 他  
赤ちゃんが産まれた後の手続き、町の母子保健サービスについて情報を提供します。

♡ 沐浴実習・パパの育児  
約3kgの赤ちゃん人形を使い、沐浴の練習をします。毎回、パパも多数参加しています。妊婦体験スーツも着用できます。



健康カレンダーで今後の開催もチェック!

おしらせ  
出産にむけ、用意しておくとい物をはじめ、今すぐ実践できる情報が満載です。友達のづくりのきっかけや町の子育て情報を知る機会にもなります。11月13日(火)から2回目の教室を開催します。ぜひ、お申込みください。

