

妊婦・乳幼児

※必ず母子手帳をご持参ください。

行事	月日曜	時間	場所	対象	内容	持参品等
健診	乳児健康診査	8月7日(木)	保健センター	平成15年1月生 2月生	診察・問診・計測・健康相談・栄養相談・育児相談	対象児には個人通知します。今までに未受診の方もぜひお受けください。 ※3歳児健康診査(平成12年5月・6月生対象)は8月21日(木)です。
	1歳6か月児健康診査	7月10日(木)				
相談	ママ キッズのすこやか相談	7月1日(火)	保健センター	妊婦 乳幼児	計測(乳幼児のみ)・健康相談・栄養相談・歯科相談	妊娠・育児についてのご心配はありませんか? 申込不要です。歯の相談のある方は、歯ブラシをご持参ください。
		8月5日(火)				
予防接種	個別接種	保健センターで予防接種手帳を発行しています。		<p>●生後3か月を過ぎましたら、手続にお越しく下さい。 「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。 ※最近1か月以内に病気にかかったお子さんは、接種できない場合がありますので、主治医にご相談ください。</p>		

子どもの健康食生活普及推進事業

「夏休み家族健康講座」

のお知らせ

「朝ごはん 食べていますか?」

時代の流れとともに、私たちを取り巻く食の環境は大きく様変わりしました。

豊富な食材、いつでもどこでも手軽に食べられる環境、あふれる食情報と、現代の食生活は一見、満ちたりているかのように思えます。しかし、その一方で、大人の病気があった生活習慣病が子どもたちにも広がり、「疲れた、だるい」を連発する子、「キレやすい子」の出現など、食生活の乱れによる身体や心のトラブルが問題視されています。このような時代の子育てに重要なことのひとつが「食育」です。

子どもが成長する上で、食事は単なる栄養補給の場ではありません。家族で食卓を囲むことで、食べる楽しさや満足感、みんなで過ごす安らかな時間、めぐる季節感など、子どもたちは多くのことを感じ、学び、考えることができます。

そして、親子の関わりと味覚への刺激は、しっかりと身体と心に刻まれ、その子の将来の食生活に大きく影響していきます。この夏休み、子どもたちといっしょに、食べることの大切さや楽しさについて考えてみませんか? 松前町保健栄養推進協議会主催で、今年是一年の活動の源である「朝食」をテーマに調理実習などの講座を開催します。楽しい夏休みの思い出のひとつにしてみませんか? 大勢の方の参加をお待ちしています。

★ 朝ごはんを食べよう ★

- 〈内容〉 講習及び調理実習
- 〈対象〉 小学生以上の親子 (友だち同士・兄弟姉妹・家族可)
- 〈定員〉 各30名 (定員になり次第締切)
- 〈時間〉 9時30分～13時 (受付9時～)
- 〈参加費〉 1人100円
- 〈持参品〉 筆記用具・エプロン 三角巾・タオル
- 〈問い合わせ〉 保健センター ☎985-4118

開催場所	開催日時	申込締切	申込み(代表)
東公民館	7月29日(火)	7月22日(火)	山口 ☎984-2880 神野 ☎984-4897
北公民館	7月30日(水)	7月22日(火)	大西 ☎984-2913 渡瀬 ☎984-7109
保健センター	8月11日(月)	7月31日(木)	尾田 ☎984-4369 梅岡 ☎984-2464

