

保健福祉課 保健係 ☎ 585-2783  
E-mail:hoken@town.kunimi.fukushima.jp

## 親子体操教室のお知らせ

3月のニコニコ相談会では3B体操の先生をお招きして、親子体操教室を開催します。また、希望者には身体計測を行いますので、母子健康手帳を持参してください。参加希望の方は、保健福祉課保健係までご連絡ください。みなさんの参加をお待ちしています。

- ◆日時 3月1日(日) 午前10時から午前11時30分
- ◆場所 観月台文化センター 第1和室
- ◆講師 公益社団法人日本3B体操協会 岩城 多香子 先生



## 食育シリーズ

町では食生活改善推進員のみなさんと栄養士が出向いて、くにみ幼稚園の子どもたちを対象に食育教室を開催しています。1月は7回実施しました。



年少組『給食について知ろう』



年中組『豆つかみゲーム』



年長組『豆つかみゲーム』



年長組『豆つかみゲーム』

## \*\*\*ニコニコ相談会\*\*\*

| 対象者                          | 実施日      | 実施時間                | 会場                    |
|------------------------------|----------|---------------------|-----------------------|
| 国見町在住の妊婦<br>国見町在住の乳幼児及びその保護者 | 4月19日(日) | 午前10時から<br>午前11時30分 | 子育て支援センター<br>(藤田保育所内) |

【実施内容】 身体計測、栄養相談、子育て相談等について保健師、栄養士がお待ちしております。  
《持参するもの》 母子健康手帳、お子さんの飲み物(水筒にいれて)を忘れずに!  
《申し込み方法》 前日まで保健福祉課または藤田保育所(☎585-2374)に電話でお申し込みください。

## \*\*\*乳児健診\*\*\*

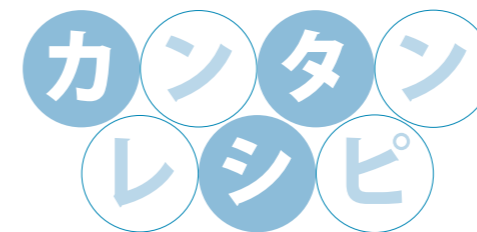
| 該当児                                     | 実施日      | 受付時間                 | 会場                |
|---|----------|----------------------|-------------------|
| ・3か月児(平成28年12月生まれ)<br>・9か月児(平成28年6月生まれ) | 4月27日(日) | 午後1時15分から<br>午後1時45分 | 観月台文化センター<br>第1和室 |

【健診内容】 医師の指導、身体測定、調乳、離乳、予防接種などについて  
9か月児は、歯科衛生士による歯に関するお話も予定しています。  
《持参するもの》 母子健康手帳を忘れずに!

## 健康管理世帯調査台帳の記入について

町では町民のみなさんが、心豊かで健康な生活を過ごせるよう健康づくりの一環として毎年各種検診を実施しています。

町で実施する検診の受診希望の有無を把握するため、健康管理世帯調査台帳の記入をお願いします。なお、記入説明書及び健康管理世帯台帳は、地区の健康推進員を通じて全世帯に配布します。回収は健康推進員の指定した期日までに、受診希望の有無を記入のうえ提出をお願いします。



## ミルクさつまいも羊羹 ようかん

町食生活改善推進員のみなさんは、いきいきサロン参加者の方にロコモティブシンドローム予防のための料理講習会を行っています。その中で好評だった「ミルクさつまいも羊羹」のレシピをご紹介します。



### 《作り方》

- ① さつまいもの皮をむいて5mm厚に切り、しばらく水につける。
- ② さつまいもの水気を切って鍋に入れ、牛乳・砂糖を加え中火にかける。煮立ってきたら少し火を弱め、15分ほどかけて汁気がなくなるまで煮る。
- ③ 木べらなどでつぶす。
- ④ 別の鍋に水と粉寒天を入れて混ぜ、中火にかける。沸騰してきたら弱火にし、1~2分沸騰させる。一度火を止めて③を加え、よく混ぜてから再び火にかける。フツフツと1分ほど煮て火を止め、鍋の底を水につけ、混ぜながら粗熱をとる。
- ⑤ 粗熱がとれたら型に移して表面をならし、冷蔵庫で冷やす。

### 《材料 8人分》

- さつまいも・・・300g
- 牛乳・・・250ml
- 砂糖・・・50g
- 水・・・150ml
- 粉寒天・・・2g