



いい歯ピカピカ (幼児歯科健診) 教室

1年に2回は歯科健診を受けるようにしましょう。

4歳(年少児)のお子さんは、受けられる機会が今回のみになりますので、まだ6回まで受けていない場合は、忘れずにお申込み下さい。

◇日時 3月9日(水) 14:00頃～ ※時間は申込み受付時にお伝えします。

◇対象 1歳～4歳児(年少児童まで)

※ただし、1歳未満でも生歯6本以上あれば受けられます。

◇申込み 3月1日(火)～当日の午前中まで

◇内容 歯科健診・フッ素塗布・個別相談・歯磨き指導(初回参加者)

◇持ち物 母子手帳、幼児歯科健診受診券、歯ブラシ(初回参加者)



4、5歳(私立保育所に入所、または未入所)のお子さんも、「いい歯ピカピカ教室」を受けることができます。事前に予約して下さい。

※年中・年長の学年に当たるお子さんで、年度に1回受けることができます。

※お申込み・お問い合わせは、健康増進担当(小椋)まで

笑顔で もぐもぐ 教室



離乳食教室

赤ちゃんは、自分の力でおっぱいをしっかりと飲めるように、お母さんのお腹の中で練習をしてきます。その赤ちゃんが、いろいろな食べ物を食べられるようになるためには、同じように練習(離乳食)が必要です。

液体の食べ物から固体の食べ物へ移行する過程の大切な掛け橋となる離乳食を、どのような基本で進めたらよいか、一緒に学びましょう。

◆日時 3月11日(金) 10:00～13:00

◆対象 生後4・5ヶ月児の保護者

◆内容 離乳食の実習と講話

◆申込み 3月9日(水)まで

◆その他 教室の間、ボランティアさんが託児を行います。

・実習後、交流会を行います。

・個別案内いたします。

※お申込み・お問い合わせは、健康増進担当(川島)まで

平成22年度「子宮がん・乳がん検診」最終のご案内



『無料クーポン券』をお持ちの方は、3月末までにぜひ、ご利用ください。

偶数年齢の方も、個別検診が受けられます！



無料クーポン券

※詳しいお問い合わせは、健康増進担当(岸)まで

まちのわだい ふれプラ版

お口元気に、歯つらつ教室に21名が参加しました

町内の65歳以上の方を対象にした、「お口と歯の介護予防教室」が、ふれあいプラザで開催されました。

上士幌歯科クリニックの山本医師と歯科衛生士を講師に迎え、歯の磨き方やお口の体操などを全6日間に渡り行った教室には、21名の方が参加されました。

参加者のみなさんは、毎日のお手入れや体操を続けることで、「食事時のムセがなくなった」「口の渇きが良くなった」など、お口の問題が改善されたと好評でした。(介護支援担当)

※平成23年9月～10月に、同教室を再び開催する予定です。近くなりましたら広報等にてご案内いたします。ご参加お待ちしております。



わくわく教室が開催されました！



1月21日(金)、ふれあいプラザでわくわく教室が開催されました。この教室は、2歳から就学前のお子さんとその保護者を対象として行われるもので、お子さんたちが楽しくお買い物ごっこをしたり、買い物した食材を調理・加工することで、食品が料理になるまでの流れを実際に体験してもらい、食事に興味と関心を抱いてもらうことを目的としています。

当日は、6組の親子にご参加いただき、「手づくり手打ちうどん」や、デザートとして「さつまいもとリンゴの春巻き風」を

作りました。

参加してくれたお母さんたちからは、「自宅で子どもたちに小麦粉を触らせることはないので貴重な体験!」「うどんが意外と簡単!おうちでも作ってみたい」「春巻きといっても揚げないし、簡単でおいしい!」などといった感想が聞かれました。

子どもたちは、自分たちで「こねたり、踏んだり」したうどんをおいしそうに食べていました。(健康増進担当)



インフルエンザ予防接種費用の助成について (最後のお知らせ)

◎接種費用の助成(償還払)手続きは3月末で終了します。お急ぎください。

▶助成(償還払い)の申請方法：①領収書 ②接種済証 ③口座番号が確認できる通帳等 ④印鑑をご用意のうえふれあいプラザに申請ください。

◎インフルエンザの予防を続けましょう。

- 手洗い、うがい、咳エチケット。(咳やくしゃみが出たらマスクをしましょう。)
- 食事と休養で体調を整えましょう。体調の悪い時は人中进行を避けましょう。
- インフルエンザを疑う症状がでたら、医療機関に電話で連絡してからマスクをつけて受診しましょう。

※詳しいお問い合わせは、健康増進担当(河野)まで