

## 乳幼児の「栄養」に関する事業のご紹介

保健福祉課では、母子保健事業の一環として、乳幼児の「食」に関する事業に取り組んでいます。昨年度まで、新型コロナウイルス感染症の流行により、中止・延期が相次いでいた「離乳食教室」ですが、本年度は5月26日に第1回目の開催をすることができました。この教室では、幼児食へ移行するまでの離乳食の進め方を、実際に調理をしながら学ぶことができます。第2回目の離乳食教室は、9月に開催予定です。時期が近づきましたら対象者様宛てに案内を送付します。



また、新規事業として、「こどもおやつ教室」を10月に開催する予定です。この教室では、調理実習と講話を通して、幼児期の子どものおやつについて考えます。保護者同士の交流の場にもなっていますので、ご興味のある方は是非ご参加ください。今後、IP放送にて開催情報を発信する予定です。

## 食中毒予防の3原則

暑さが一層増すこの時期、今一度食中毒予防の基本を確認して、安全に食事できるようにしましょう。

- ①調理前・調理後の手洗いや食材の洗浄をよく行うことで、菌を「つけない」
- ②食材は長時間放置せず、出来上がった料理はすぐ食べるか適切な保存管理を心掛け、菌を「増やさない」
- ③食材はしっかりと火を通し、調理器具などもこまめな洗浄・消毒を行い、菌を「やっつける」



IP放送でも食中毒警報の発令など食中毒に関する情報を随時発信していますので、チェックしてみてください。

## 鶴居子育て支援センターのご紹介

### ○子育て支援センターってどんなところ？○

- ✿これからママになる妊婦さん、就学前のお子さん、子育て中のお母さん、お父さんが利用できます。
- ✿子育て支援センターで、親子で遊びながら、お母さん、お父さん同士の交流、子育ての仲間づくりの場にもなります。
- ✿育児に関する相談、子育ての情報提供などを通して安心して子育てができるようお手伝いをさせていただきます。

### ○ご利用案内○

- 対象者：就学前の乳幼児とその保護者等  
鶴居村在住の妊婦さん
- 開所時間：9:00～12:00  
休館日：土曜日、日曜日、国民の祝日、小学校長期休業期間  
※その他健診等の事業がある時はお休みします。

### ○主な活動内容○

#### おやこひろば「ひよこ会」(3～4回/週)

子ども同士がふれあいながら、一緒にそだちあう友達を見つけたり、お母さん、お父さん同士の交流から子育ての仲間に出会う場です。また、妊娠中から子育て仲間や先輩ママとの交流ができます。



#### すくすくひろば(1回/月)

保健師や管理栄養士が、発育や離乳食などの相談に応じます。希望や状況に応じてお子さんの身体計測も実施できます。



#### あそびのひろば(1回/月)

親子の触れあい遊びや、行事などを通して、親子のかかわりをお手伝いします。



#### 子育て講座(1回/月)

講師の方を招き、子どもの健康や子育てに役立つ講座を計画します。写真は5月に実施した救急救命講座の様子です！



### <感染予防対策について>

皆さんに安心してご利用していただくため感染予防対策に取り組みながら開所しています。ご利用される際は、ご自宅でお子さんやご家族の健康状態の確認、施設内での感染予防対策について引き続きご協力をお願いします。



2名の保育士がいつも勤務しています！



毎月の詳しい日程等については、IP告知放送、ホームページをご確認ください。初めてご利用される方で、利用方法がわからない…初めてだから不安…などお困りの事があれば子育て支援センター職員や担当保健師へお気軽にご連絡ください。

#### 【お問い合わせ先】

鶴居村子どもセンター施設内(子育て支援センター) 0154-64-2904  
鶴居村役場保健福祉課 保健師 0154-64-2116

## 北海道釧路保健所 女性の健康サポートセンターのご案内



### ◇どのような相談に応じていますか？

- \* 女性の心身の健康づくり
- \* 不妊に関する相談
- \* 更年期に関する相談
- \* 妊娠、出産、子育てに関する相談 など

◇相談は無料です。

◇相談内容は他者にもれることはなく、プライバシーは守られますので、ご安心ください。



### ◇相談はどのように行っていますか？

#### 女性の健康相談日

◆より相談しやすい体制づくりとして、「女性の健康相談日」を月1回、設けています。

日時	毎月第2木曜日 13:00～16:00 (日にちが変わることがあります) ※8月は8月10日(水)が相談日となります(8月11日(木)が祝日のため)
場所	北海道釧路保健所(北海道釧路総合振興局保健環境部保健行政室) 釧路市城山2丁目4番22号
対応者	保健師
申込先	相談は予約制です。前日までにお電話で予約してください。 北海道釧路保健所(北海道釧路総合振興局保健環境部保健行政室)

**TEL 0154-65-5825**

#### 女性の健康相談ダイヤル

◆定例の女性の健康相談日以外にも、ご相談をお受けしています。  
お電話ください。



受付 月～金曜日(祝祭日は除く) 9:00～17:00

TEL **0154-65-5825**

「女性の健康サポートセンター」と伝えていただくと、  
担当保健師がお受けします。

対応者 保健師

#### \*不妊専門相談センターのご紹介

○北海道は、女性の健康サポートセンターのほか、不妊治療についての専門相談に対応するため、「不妊専門相談センター」を旭川医科大学病院に設置しています。

○不妊治療を行っている医師が、不妊症や不育症に関する専門的な相談に応じています。 \*予約制

- ・相談方法 面接または電話 (面接場所は旭川医科大学病院産婦人科外来)
- ・相談日及び時間 毎週火曜日 11:00～16:00
- ・電話予約専用ダイヤル 0166-68-2568 (受付:月～金曜日 10:00～16:00)