



乳幼児の「栄養」に関する事業のご紹介

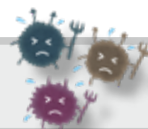


保健福祉課では、母子保健事業の一環として、乳幼児の「食」に関する事業に取り組んでいます。

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。次回の離乳食教室は、10月3日(火)に開催予定です。時期が近付きましたら対象者様宛てに案内を送付致します。

また、「こどもおやつ教室」を11月9日(木)に開催する予定です。この教室は昨年度から新規事業として始まり、手作りおやつの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。調理実習には、お子さんと一緒に参加することができます(写真はそれぞれ3歳と2歳のお子さん)。こちらも、時期が近付きましたら対象者様宛てに案内を送付致します。ご興味のある方は、是非ご参加下さい。

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でも食中毒警報の発ど食中毒に関する情報を随時発信しておりますので、チェックしてみてください。

高齢者の悩みや困りごととは地域包括支援センターをご利用ください

電話 64-2999(直通) 鶴居村役場保健福祉課内

地域包括支援センターは高齢者が住みなれた地域で安心して生活できるように高齢者ご本人やご家族をサポートする相談窓口です。役場保健福祉課内に設置され保健師が対応します。

相談内容に応じて適切な機関などと連絡を取り、必要な情報やサービスの提供、関係機関の紹介などにより解決に努めます。

たとえばこんなお悩みはありませんか？

【高齢者本人】

- 足腰が弱くなって、家に閉じこもりがち
- 退院しても家に戻って来られるかな…
- 通院や買い物が大変…
- 最近物忘れが増えたな…
- 介護サービスについて知りたい

【高齢者の周囲の方々】

- 親が認知症かもしれない
- 近所から高齢者を怒鳴る声が聞こえて心配
- 家族の介護で外出できない
- 隣の家のポストに郵便物がたまったままで心配

高齢者の心配事や悩みはさまざまです。近所に困っている高齢者がいるがどうしてよいかわからないなど、どこに相談すればよいかわからないときはまず地域包括支援センターにご相談ください。