

## ママといっしょ

「ピングー」が大好きな、元気いっぱいの子供です。最近「やったやった」とお喋りもするようになりました!



はやた はな  
早田 羽那 ちゃん [R7.3.4生]  
母:真莉子さん

体を動かすのが大好きで甘えん坊。笑顔にいやされてるよ! これからも元気に育ってね。



いちのへ かいり  
一ノ戸 海璃 ちゃん [R7.7.6生]  
母:ありすさん

元気なお兄ちゃんから重ためのたくさんの愛ももらってすくすく育ってね!



かなざわ ひな  
金澤 陽奈 ちゃん [R7.11.20生]  
母:優花さん

with MOM

## 第5回 ジュニア消防フェスティバル

日 4月29日(水) 9:00~11:00 消防署

内容

煙体験ハウス・放水体験・消防車両展示、抽選会等



ご来場お待ちしております!

問 消防本部G 予防・調査担当 ☎ 73-1308

## ママといっしょに掲載しませんか?

「ママ(パパ)といっしょ」では、写真を掲載して下さる方を募集しています。撮影は健診時や子育て支援センターで行いますが、ご希望の場所があれば撮影にお伺いします。掲載した写真は印刷し、掲載された広報と一緒にプレゼントします。皆様からのお問い合わせをお待ちしています。

問 町民活動課 広報相談G ☎ 77-6538

## 新生活、からだところのケアを大切に

4月は入園、入学、進級など大きな環境の変化があります。お子さんも保護者の皆様も新しい環境に慣れるため、つつい頑張りがちに…。お子さんが、「頭が痛い」、「おなか痛い」などのからだの不調を訴えたり、赤ちゃん返りをしたりすることがあるかもしれません。からだの不調や赤ちゃん返りは、新しい環境への戸惑いや不安の現れでもあります。生活リズムを整え、疲れがとれるようゆっくり休みましょう。お子さんの話をじっくり聞いたり、抱きしめたりして、見守りましょう。保護者自身もつついお子さん優先になりますが、ご自分の体と心のケアも大切に。お子さんのこと、保護者の皆様自身のことなど気がかりなことがありましたら、お気軽にご相談ください。

問 子育て世代包括支援センターはぐのんの ☎ 77-6544 (健康推進G・窓口6番)

20歳以上の町民を対象に、健康診査やがん検診、健康相談のご利用、健康チャレンジ記録の提出などでポイントを付与し、5ポイントごとに景品と交換できる事業です。

まずは登録申請が必要です

申請書を提出し、マイレージポイントカードを受け取る

- ・健(検)診や健康相談を受ける
- ・健康チャレンジ記録をつける

5ポイントごとに景品と交換



手続き

登録申請やポイント付与、景品交換は健康推進G(窓口6番)または集団健診会場、健診結果相談会場で行います(ポイント付与は、登録申請以降のものが対象です)。

令和7年度の参加者数(令和8年2月末現在)

545名

毎年多くの方にご参加いただいています。

ポイント達成者数(実人数)

- ・5ポイント達成 …… 358人
- ・10ポイント達成 …… 212人
- ・15ポイント達成 …… 153人
- ・20ポイント達成 …… 129人



申請された方のおよそ4人に1人が20ポイント達成されています。

健康チャレンジ記録でポイント達成者(実人数)

- ・体重測定 …… 182人
- ・野菜摂取 …… 156人
- ・血圧測定 …… 193人
- ・運動記録 …… 153人
- ・ウォーキングマップ区間達成 …… 40人

野菜摂取の頻度によって、ポイントの加算もあります!



<参加された皆様の声>

体重を毎日記録して、去年から3kg減りました!

野菜をあまり食べていないと気づきました。

記録することで楽しく運動を続けられています。

健康マイレージ事業をとおりて日頃の生活習慣を振り返り、今後の健康づくりに役立てていただければ幸いです。令和8年度も、皆様のご参加をお待ちしています。

問 保健福祉課 健康推進G ☎ 77-6544 / 77-6545

Health ♡  
健康メモ

健康マイレージ事業  
4月1日から始まります