

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

麻しん・風しん (MR) 予防接種を受けましょう!

平成 30 年度対象者

第1期 1歳から2歳未満の幼児
第2期 平成24年4月2日から平成25年4月1日までに生まれた児童
※第2期の接種期間は、平成30年4月1日から平成31年3月31日です。

接種方法

県内の実施医療機関に予約をして、次のものを持参し、接種してください。

【持参するもの】

- ・母子健康手帳
- ・麻しん風しん混合予防接種予診票 (出生届出時に配布しています)
- ・保険証



カンタンレシピ

おからと豆のサラダ

いっぷくの会 (塚野目地区) のみなさんを講師に「くにみの母ちゃん料理教室」を3月20日に開催しました。その中で好評だった「おからと豆のサラダ」(国見町食卓図鑑掲載) を紹介します。



材料 4人分

ミックスビーンズ 1袋	酒 適宜
コーン 20g	砂糖 大さじ1
きゅうり 1/4本	めんつゆ(2倍濃縮) 大さじ1
ハム 2枚	マヨネーズ たっぶり
セロリ 1/4本	塩・こしょう 少々
おから 120g	牛乳 適宜

作り方

- ①おからは、酒適量をふり、耐熱容器に入れラップをして500Wの電子レンジで2分加熱し、ラップを取ってさらに3分ほど加熱する。熱いうちに砂糖とめんつゆをよく混ぜて下味をつける。
- ②きゅうり、ハム、セロリはさいの目に切る。
- ③①にミックスビーンズ、コーン、②を加え、マヨネーズをたっぶり加えてよく混ぜ、塩・こしょうで調味して出来上がり。
(ぼそぼそになったら牛乳を少し加える)

*** 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 国見町在住の乳幼児及びその保護者	6月20日(日)	午前10時から 午前11時30分	子育て支援センター (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)に電話で申込みください。

*** 乳児健診 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
・3か月児(平成30年2月生まれ) ・9か月児(平成29年8月生まれ)	6月28日(日)	午後1時15分から 午後1時45分	観月台文化センター 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!

*** 1歳6カ月児健診 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
平成28年9月1日から 平成28年11月30日生まれの子	6月7日(日)	午後1時15分から 午後1時30分	観月台文化センター 第1和室

【健診内容】 内科と歯科の医師の診察、歯科衛生士による歯みがき指導、生活保健指導、身体測定を行います。
心理判定員による相談・指導…子育てに関する不安や悩み等、お気軽に相談ください。
栄養指導(おやつを試食)もあります。
健診該当者には後日健診票を郵送します。
《持参するもの》 母子健康手帳を忘れずに!

けんこう健口キッズ

2月22日に実施した
3歳6か月健診で、
むし歯が1本もなかった
お子さんたちです。



あんどうか な
安藤華夏ちゃん



あんどうさ な
安藤咲南ちゃん



はた ゆうひ
秦 悠陽ちゃん



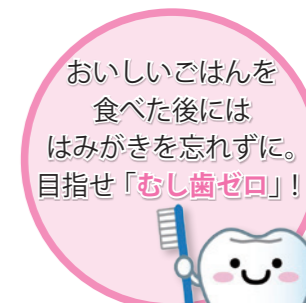
いとうじゆな
伊藤朱叶ちゃん



やましおん
八巻詩音ちゃん



まつうら れん
松浦 蓮ちゃん



おいしいごはんを
食べた後には
はみがきを忘れずに。
目指せ「むし歯ゼロ」!