

子どもの心豊かな成長にとって、大切な食育

「食」は人が生きていくためには欠かせない大切なものです。特に幼児期の食体験は、ころやかからだの成長と密接に関係し、その後の食習慣や食に対する考えの基礎となり、心豊かな食生活を実践する力を育みます。

今年度は第2次篠山市食育推進計画の5つの方向性のひとつである「保育園、幼稚園、学校における食育の推進」を柱として、市内の保育園、幼稚園などで取り組まれている食育実践を広く発信します。

子どもたちの食への関心や美味しく食事ができることへの感謝の気持ち、生きる力の大切さについて再確認し、考える機会として是非ご来場いただき「見て・食べて・感じて」お楽しみください。

問い合わせ 健康課 ☎594-1117



篠山市食育推進大会

とき 2月19日(日) 9:30～受け付け
ところ 四季の森生涯学習センター

内容 基調講演「食べ物と子どものいのち」(兵庫農漁村社会研究所理事長 保田茂さん)、実践報告①「何でも食べるよ!給食大好き!」～見て・触れて・食べて・育つよ♡ころとからだ♡～(篠山市立保育園・こども園職員)②「食を楽しみ、食でつながる城東・かやのみっこ」をめざして(かやのみ幼稚園教諭 高橋京子・川崎愛)、パネル展示、体験コーナー(カムカムチェック・歯っぴースマイルプリクラ体験など)、試食コーナー(黒豆ごはん・しし汁など)

【まめ知識】「五感」を使って楽しみながら食べるとよいことがいっぱい

- 視覚** 食べ物の色や形、盛り付けなど
- 聴覚** 焼く、揚げるなど、料理の音や歯ごたえの音
- 臭覚** おいしそうな匂いなど
- 味覚** 甘味、辛味、うま味など
- 触覚** 食べ物の温度を感じたり、箸などをきちんと使って食べることなど



がん検診

めざせ受診率 50%超

「元気のヒケツ」は

集めて!

動いて!

楽しんで!

保健・福祉の総合情報発信

ささやま ホットステーション

今年度の健診はお済みですか? まだまだ受診の機会があります!!

未受診者健診

(特定基本健診・がん検診など)

誕生月での受診を基本に、月に1度行っているセンター健診(特定基本健診・がん検診など)や医療機関健診(特定基本健診)を平成29年2月までに受診できなかった方を対象に未受診者健診を行います。

今年度最後の機会です。ぜひご利用ください。

【注意】

- 現在、センター健診・医療機関健診(1、2月実施分)を申し込んでいる方はそちらを優先してください。
- 特定基本健診を受診される場合「特定健康診査受診券」が必要です。お手元がない場合は健康保険証の発行元または事業所などにご確認ください。なお、39歳以下の方、篠山市国民健康保険加入者の方、後期高齢者医療制度加入者の方は上記受診券は不要です。

申し込みについて

申込期限 2月7日(火)

- ※申し込みがない場合は受診できません。
- ※申し込みの際に希望の日程や健診内容をお知らせください。申込者数多数の場合、ご希望の日程に健診を受けられない場合があります。
- ※節目年齢などの方に送付している「大腸がん検診無料クーポン券」「胃がんリスク検診無料クーポン券」「肝炎ウイルス検診無料クーポン券」も利用できます。

申し込み・問い合わせ
健康課 ☎594-1117



1月の健康カレンダー

休日診療・休日調剤が可能な薬局 問い合わせ 篠山市休日診療所 ☎552-8910 篠山市医師会 ☎552-8225

とき	休日診療			休日当番薬局		
	担当医師	受付時間	ところ	担当薬局	所在地	電話番号
18(日)	小島内科クリニック医師	【午前】 10:00～12:00 【午後】 13:00～16:30	休日診療所 (篠山市民センター内)	祥漢堂しのめ店	黒岡	554-1340
28(月)	平野外科医院医師			アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
3日(火)	にしき記念病院医師			布袋堂薬局	下二階町	552-0139
8日(日)	草山診療所医師			なかこし薬局	乾新町	554-2278
9日(月)	建井医院医師			布袋堂薬局	下二階町	552-0139
15日(日)	西井クリニック医師			アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
22日(日)	山鳥病院医師			なかこし薬局	乾新町	554-2278
29日(日)	今田診療所医師			祥漢堂しのめ店	黒岡	554-1340

小児救急医療
電話相談窓口
(☎0795-72-4396)

対応時間
平日=17:30～翌8:00
土・日・祝日=24時間



毎年1回

誕生月は乳がん・子宮がん検診!

市では、1年を通して指定医療機関で、乳がん・子宮がん施設検診を700～1,200円で受診できます。詳しくはお問い合わせ、または市ホームページをご覧ください。

問い合わせ

健康課 ☎594-1117 / 篠山市医師会 ☎552-8225

休日診療(歯科)

問い合わせ 健康課 ☎594-1117

とき	担当医師	受付時間	所在地	電話番号
1日(日)	増田歯科医院	9:00～12:00	網掛	594-2055
2日(月)	杉本歯科医院		大沢	594-0063
3日(火)	もりぐち歯科クリニック		八上上	556-3918

献血

問い合わせ 健康課 ☎594-1117

とき	受付時間	ところ
12日(木)	10:00～12:30	JA丹波ささやま本店
	14:30～16:30	JA丹波ささやま生産総合センター

認知症 マメ知識

行方不明になる方が
増えています

問い合わせ・相談先

もの忘れ相談センター
(地域福祉課内) ☎552-5346

外出した先で自分の居る場所や目的地への道順が分からなくなり、行方不明になる方が増えています。脳機能が衰えてくると、よく知っている所でも自分の居る場所の位置関係があやふやになり道に迷ってしまうことがあります。さらに、困った状態を解決する方法が分からず、助けを求めたり、安全を保ったりすることが難しくなります。

このような不安がある方は、認知症高齢者などの見守りSOSネットワークに事前登録することをおすすめします。詳しくは、もの忘れ相談センターまでご相談ください。

(11月末までの認知症サポーター数 8,679人)