



健康づくりセンター

就学に向けての相談支援を実施
5歳児相談

幼稚園・保育所(園)の年中児を対象に、今年度から

就学に向けてのきめ細やかな相談支援を目的に、5歳児健診から5歳児相談に変更し、子育て(発達)相談・ことばの相談・就学の相談・栄養相談・歯科相談を行っています。

また、次のような相談・教室を実施していますので、お気軽にお問い合わせください。

★子育て(発達)相談

会話になりにくい、落ち着きがなく注意が集中しにくい、こだわりがあるなど、日常生活や集団生活で気になる行動があった時や対応に困る時など、心理療法士または臨床心理士がお子さんの様子を観察し、対応の方法についてお話しします。

※予約制
相談は1時間程度

★ことばの教室

言葉が出にくい、発音が気になる、どもりがちなと言葉についての心配がある就学前のお子さんを対象に「ことばの教室」を実施しています。言語相談員が遊具や絵カードを使ったり、舌の運動など、楽しく遊びながらお子さんに指導をしています。

※予約制

相談は随時受付可能



☎健康こども課健康づくり班
(82)3400

手作り料理を食卓に！ 町食生活改善協議会

ごぼうのコンソメスープ

材料(4人分)

- ごぼう 1/2本 (150g)
- 玉ねぎ 80g
- ベーコン 20g
- パセリ 少々
- 炒め油 少々
- 水 480cc
- コンソメ 4g
- 塩 1g
- 粗びきこしょう 少々

作り方

- ① ごぼうは、たわしでよく洗ってから細切りにし、水にさらす。
- ② 玉ねぎは繊維に沿って薄切り、ベーコンは1cm幅の短冊切り、パセリはみじん切りにする。
- ③ 鍋に油を熱し、ベーコン・玉ねぎを炒める。玉ねぎがしんなりしてきたら、ごぼうを加え、さらに炒める。
- ④ 水、コンソメを入れて煮る。ごぼうに火が通ったら、塩・こしょうで味をととのえる。
- ⑤ 器に盛り、パセリを散らす。



〈1人分栄養価〉エネルギー61kcal たんぱく質3.1g 脂質2.1g
炭水化物8.0g 食塩相当量0.9g

光B & G海洋センターがリニューアルオープン！ プールの無料開放をします

リニューアルオープンイベントとしてオープンから2日間町内在住・在勤の方を対象にプール無料開放を行います。無料開放については新型コロナウイルスの影響により人数制限を設けておりますので事前予約制とさせていただきます。

無料開放日程	2月6日(土)	10時～12時	2月7日(日)	10時～12時
		13時～15時		13時～15時
		16時～18時		16時～18時
		19時～21時		

定員 各回30人
予約受付期間 1月22日(金)～2月5日(金) (月曜日を除く)

☎光しおさい公園 ☎84-3510

