



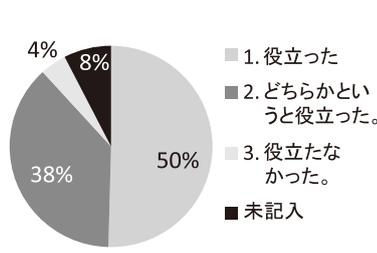
## 安心して就学を迎えるために

### 5歳児健康診査

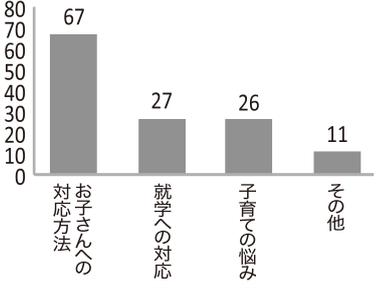
町では5歳児健康診査を実施しています。この健康診査は3歳児健康診査以降、幼稚園・保育所(園)での生活が主になる5歳児(年中組)に健康診査を行うことで、集団生活やコミュニケーション、言葉、食事や歯の健康等安心して就学が迎えられるよう就学前に相談できるきっかけとなるものです。

健康診査は町内幼稚園・保育所(園)ごとに健康づくりセンター「プラム」で行い、小児科医師や専門スタッフ

【図1】5歳児健康診査が役に立ちましたか



【図2】役立った内容

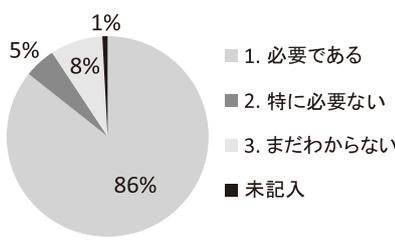


が相談に対応します。また健康診査後は、プラムで実施している言葉の教室や子育て相談等、個別相談や、集団生活がスムーズに過ごせるよう町内幼稚園・保育所(園)へ巡回相談を行っています。

平成23年度に町内の園児(年長組)の保護者に行ったアンケート(172人中119人回答)では、「図1・2」とおり5歳児健康診査やその後の相談を利用した保護者からお子さんへの対応や就学について役立ったとの結果が出ていました。また、町では

お子さんの健康診査結果を今後の教育に生かすことについて保護者に了解をいただきたいながら、「図3」とおり就学前から学校と協力し、町ぐるみで継続してお子さんの成長を支えていきます。

【図3】園・小学校・町保健師が連携して乳幼児期から支援を継続していくことについて必要と思いますか。



#### ◆問い合わせ

健康管理課 健康管理班

☎(02)3400

※今年度は平成19年4月2日〜平成20年4月1日生まれの方が対象です。対象児には個別通知をします。

## 手作り料理を食卓に!

### 町食生活改善協議会

材料(4人分) 1人分: エネルギー 185kcal

豚もも肉(しゃぶしゃぶ用)	240g
ミニトマト	8個
水菜	120g
長ねぎ	60g
さけるチーズ	60g

#### 《ヨーグルト味噌ソース》

プレーンヨーグルト	100g
味噌	小さじ2
砂糖	小さじ1
ゆずこしょう	少々

#### ポイント

豚肉は80℃のお湯を使って火を通し、冷ます時は冷水を使わずに常温の水にくぐらせると、肉が硬くならず、柔らかく、おいしい豚しゃぶに仕上がります。

## 豚しゃぶ ヨーグルト味噌ソースがけ

ヨーグルトと味噌の相乗効果で豚肉の味を引き立てます。



#### 作り方

- ①豚肉はお湯にくぐらせ火を通し、水に入れて冷まし、水気を切る。
- ②ミニトマトは半分、水菜は5センチ長さに切り、長ねぎは5センチ長さの細切りにする。さけるチーズはさいておく。
- ③②の材料を入れてよく混ぜ、ソースを作る。
- ④器に②の野菜、さけるチーズ、豚肉を盛り付け、③のソースをかける。