



猪股 蒼宙 くん (田島)

[大きくなったら...]

大好きな電車と一緒に働きたい!



渡部 帆乃 ちゃん (田島)

[大きくなったら...]

パンとドーナツのお店を開きたい!



3歳6カ月児健診
むし歯ゼロのお友だち
今月は10人!



朝川 佑維 ちゃん (田島)

[大きくなったら...]

プリキュアのピンクキュアになりたい!



湯田 さき ちゃん (田島)

[大きくなったら...]

プリキュアの緑キュアになりたい!



田母神 温心 ちゃん (田島)

[大きくなったら...]

おばけが大好き! 仲良くなりしたい!



小原 晴之 くん (田島)

[大きくなったら...]

機関車トーマスの運転手になりたい!



弓田 笑時 ちゃん (田島)

[大きくなったら...]

すみっコぐらしに囲まれたい!



星 千文 ちゃん (南郷)

[大きくなったら...]

イチゴアイスのお店を開きたい!



長谷川 結人 くん (田島)

[大きくなったら...]

はやぶさ(新幹線)の運転手になりたい!



荒井 蒼翔 くん (田島)

[大きくなったら...]

消防士になって平和を守る!

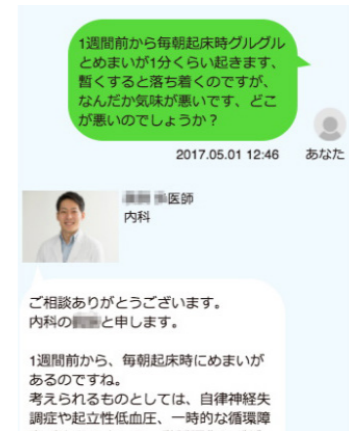
3歳6カ月児健診で「むし歯ゼロ」と診断されたお子さんは、町広報紙へ掲載させていただきます。写真撮影と簡単な質問にご協力をお願いします。



【事業内容】

パソコンやスマートフォンから、チャットやテレビ電話を通じて、実名医師による医療相談サービスを受けることができます。会員登録の際に、町が用意する専用のクーポンコードを入力すると、24時間365日、必要なとき

町では、ステイホーム中でも、オンラインで医療相談ができるサービスを提供していますので、ご利用ください。なお、利用にあたっては、事前の会員登録が必要です。



利用方法

- 1 パソコンからご利用の方
ウェブから「first call」と検索
- 2 スマートフォンからご利用の方
右記のQRコードからアクセス



※専用クーポンコード
「C1C93C4A53」

【問合せ】健康福祉課 健康増進係 電話 0241-62-6180

【利用対象者】

町在住の方

【利用できる医療機関】

県立南会津病院、馬場医院、耳鼻咽喉科あべクリニック、館岩愛輝診療所、伊南小野木クリニック、なかやクリニック

【利用できる薬局】

十字堂薬局、樋口薬局、ファ

町では、電話やスマートフォンで、町内医療機関におけるオンライン診療・服薬指導が受けられ、自宅に薬を配達できるサービスを提供しています。



利用方法

- 1 診療を希望する医療機関へ電話し、日時やオンライン診療の方法について指示を受ける。
- 2 オンライン診療後に、希望する薬局へ処方箋が送付されるため、電話でオンライン服薬指導の指示を受ける。また、薬の配達を希望する場合は、配達を希望する日時を伝える。
- 3 費用の支払方法は、別途指示があります。

【問合せ】健康福祉課 健康増進係 電話 0241-62-6180

オンライン医療相談に
登録しませんか

に何度利用しても、料金は無料となります。

【利用対象者】
町在住の方

【診療科目】

内科、小児科、皮膚科、整形外科、耳鼻科、精神科、がん診療科、眼科、泌尿器科、外科、産婦人科など

やまびこライン診療事業を
ご利用ください

マシーダイマル、クオール薬局 南会津店、ふるまち薬局、コスモ調剤薬局南郷店

【利用できる交通事業者】

田島タクシー、祇園タクシー、会津交通田島・館岩営業所

【注意事項】

病気や症状、薬の内容によっては、対応できない場合があります。

12・1月の 日曜当番医



日程	病院名	電話番号
12月12日	馬場医院	0241-62-0141
12月19日	なかやクリニック	0241-73-2036
12月26日	伊南小野木クリニック	0241-76-7780
1月2日	舘岩愛輝診療所	0241-78-8688
1月9日	耳鼻咽喉科あべクリニック	0241-62-8733
1月16日	朝日診療所(只見町)	0241-84-2221
1月23日	きむらクリニック	0241-62-5576
1月30日	佐藤医院(下郷町)	0241-67-2134

※午前中のみ診察となります。ご注意ください。

■ えがおスタッフからのおすすめ



福島おもしろカルタ
(豊永 盛人)



なぞなぞカルタ2
(飯島産業)

お正月は、家族一緒に「アナログあそび」を楽しんでみてはいかがでしょうか。

【すまいるだよりに関する問合せ】

子育て世代包括支援センター「えがお」
(健康福祉課 子育て支援係内)

電話 0241-62-6170

メールでの相談はコチラ▶
egao@minamiaizu.org



すまいるだより

vol.

44

「冬」そアナログ遊び



冬 休みや年末年始など、何かと人の集まる機会が増えるこの時期に、お子さんとの関わりの一つとしておすすめしたいものが「アナログ遊び」です。

ア ナログ遊びとは、デジタルゲームやコンピュータゲームの対比として用いられる言葉で、簡単にまとめると「電気を使わない遊び」のこと。

具 体的には、ボードゲームやカードゲーム、昔ながらの遊び(なぞなぞ、あやとり、こま、凧あげなど)が含まれ、幼児から大人まで、世代を問わず楽しめる遊びを指します。

た だし、アナログ遊びは、単に楽しむ側面のみならず、お子さんにとって将来役立つ能力を、身に付けさせることができるという側面もあります。

性、協調性、リーダーシップなどを学ぶきっかけに。
買 い物の要素を取り入れる理解し、計算する力を伸ばすことにもつながります。

自 分が工夫した作品を友だちと見せ合い、友だちのアイデアを参考にしてみる。意見の相違を調整しながら、一緒に作品を作り上げてみる。他者と関わる中で、学ぶことはたくさん。

何 よりも大切なことは「好きなことに取り組む」という視点です。大人が学ばせたいものを提供するだけでは、せっかくのアナログ遊びが「課題」や「作業」になってしまふ。自発的な遊びの中にこそ、多くの学びがあることを忘れてはなりません。

間 もなく、新年を迎えます。カルタ取りや福笑いなど、お正月ならではのアナログ遊びもおすすめです。

最 近では、カルタにも工夫が施され、読み上げる文章が「なぞなぞ」になっているものや、福島県の方言を用いたものも販売されています。ご家庭に合うアナ

ログ遊びを探すーそんな楽しみもありそうです。

家 族はもちろん、久しぶりに良い友人と、こたつに入りながらアナログ遊びに興じる。年末年始に、楽しい時間を過ごしてみたいかがでしょうか。

寒 さ際立つ、冬のひととき。お子さんが勉強や部活に励む合間に、アナログ遊びで「ほっとする時間」を過ごすことができたとしたらー。それは、大人になってからも記憶に残る思い出になるかもしれません。



栄養士監修コラム

野菜を使った健康レシピ



今月の野菜 大根

大根の根に含まれる辛み成分「イソチオシアネート」は、抗がん・抗菌作用、動脈硬化・血栓予防など、健康な身体を維持するための、ありがたい効能を有しています。

- 3つの酵素が、消化を手助け!
炭水化物を分解する「ジアスターゼ」、たんぱく質を分解する「プロテアーゼ」、脂質を分解する「リパーゼ」が機能し、栄養素の消化・吸収を促します。

作り方

- ①大根は皮ごと厚めの輪切り(4cmほど)にする。下茹でを終えたら、だし汁で煮詰める
- ②煮詰めた大根の水分を取り、米粉をまぶしたら、170℃の油できつね色になるまで揚げる
- ③すり鉢ですったじゅうねんに、料理酒を加え、よくすり合わせる。砂糖、みその順番で加えれば「じゅうねんみそ」が完成
- ④大根を器に盛り付けたら、じゅうねんみそをかける。お好みで茹でた大根葉を散らせれば、彩も鮮やかに

揚げだし大根の じゅうねんみそかけ



栄養価(1人分)	
エネルギー	106kcal
たんぱく質	1.9g
脂質	5.6g
炭水化物	12.1g
塩分相当量	0.3g

材料(4人分)

大根	4切れ	揚げ油	適量
大根葉	適量	じゅうねん	1カップ
だし汁	800cc	みそ	100g
米粉	大さじ2	砂糖	1カップ
		料理酒	大さじ3