

# 『たぶせ健康マイレージ』に参加しましょう！

問保健センター ☎ 52-4999

『たぶせ健康マイレージ』は町民の皆さまの健康づくりを応援する取組です。健康診査を受診したり、健康づくり活動への参加や生活改善に向けた取組を行うことでポイントを獲得し、参加賞と交換しましょう！

## ■実施期限

3月31日（火）まで

## ■対象者

18歳以上で田布施町に在住、在勤の人

## ■参加特典

- ・体重の変化や健康の実践の記録ができる『健康ノート』
- ・やまぐち健康マイレージ協力店に提示すると、割引などのサービスが受けられる『特典カード』



## 子ども予防接種週間

3月1日（日）～3月7日（土）は『子ども予防接種週間』です。

土曜日や日曜日に予防接種を受けることができる医療機関もあります。

接種を希望する人は、事前に医療機関で実施日や受付時間・予約の有無などを確認してください。

## ■参加方法

### ◇チャレンジシートを使う

①保健センター、町役場健康保険課、各公民館などに備え付けのチャレンジシートを受け取ります。

②健康診査の受診や健康づくりなどに取り組み、35ポイントを貯めます。

③チャレンジシートを持って保健センターにお越しください。

### ◇スマートフォンアプリを使う

①『やまぐち健幸アプリ』をインストールします。

②健康診査の受診や健康づくりなどに取り組み、ポイントを貯めます。

③ポイントが貯まったら、アプリを保健センターでご提示ください。

①玉ねぎは薄切りにし、フライパンにオリーブ油（小さじ1／2）を熱し塩少々を加えて、弱めの中火でしんなり軽く色づくまで炒める。  
②じゃがいもは皮をむいて適当な大きさに切り、鍋にかぶるくらいの水を入れ、火にかける。軟らかくなつたら火を止め、ざるにあげる。

③②のじゃがいもを温かいうちにマッシュにして、①の玉ねぎとチーズを加えて、しつかり混ぜ合わす。味をみて塩で調整し、一口大に丸めてかるくつぶす。  
④フライパンにオリーブ油（小さじ1）をひいて、③をやや強めの中火でカリッと焼く。両面色よく焼き上げ、お好みでケチャップを添える。

## 作り方

献立提供：中村潤子先生

玉ねぎ 1/4個（50g）  
じゃがいも 中1個（120g）

ピザ用チーズ 25g  
塩 少々

オリーブ油 小さじ1・1/2

## 材料（2人分）

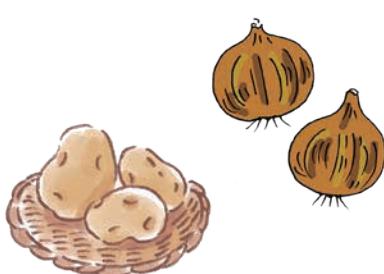
つぶしたじゃがいもに玉ねぎとチーズを混ぜて焼いたシンプルな料理ですが、お子さまのおやつとしても料理の付け合せとしても重宝する一品です。



## チーズポテト

田布施町食生活改善推進協議会

1人分の栄養価  
エネルギー…111kcal  
たんぱく質…4.2g 脂質…6.4g  
カルシウム…86mg 塩分…0.5g



い  
た  
だ  
き  
ま  
す

# 子育て支援センター 『おんとも』

問たぶせ保育園 ☎53-1012

## ≪3月行事≫

### ■施設開放 全員対象(令和4年4月2日以降生まれ)

午前9時～午後3時30分

(昼休み 午後0時15分～午後1時15分)

土曜日 午前9時～午後0時15分

### ■赤ちゃんサロン

3月は24日(火)まで開放します。25日(水)からお休みです。

詳細は『おんとも』に問い合わせるかインスタグラムでご確認ください。

### ■おむつ定期便

3月28日(土)～4月5日(日)まで  
お休みです。



『子育て支援センターおんとも』は、子育てサークルの開催や育児相談など子育て家庭へのいろいろな支援を行っています。

### ■赤ちゃんサロン 午前10時～正午

【はいはい】あんよができるまでの赤ちゃん対象

【よちよち】あんよが上手にできる未就園児対象

【わくわく】よちよち、はいはい全員対象

月	火	水	木	金	土
2 開放	3 はいはい 製作あそび	4 開放	5 開放	6 開放	7 開放
9 開放	10 はいはい 身体測定 ティータイム	11 開放	12 よちよち 身体測定 ティータイム	13 わくわく お誕生会	14 開放
16 開放	17 はいはい ふれあい あそび	18 開放	19 よちよち おわかれ会	20 春分の日	21 開放
23 開放	24 はいはい おわかれ会	25	26	27	28
30	31				

### お詫びと訂正

広報たぶせ 1月9日号に掲載していた、2月行事（調理実習）・カレンダーについて、掲載誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

#### ◇調理実習

誤：2月19日（木）よちよち対象

正：2月17日（火）はいはい対象

#### ◇カレンダー

誤：2月17日（火）はいはい 自由あそび

2月19日（木）よちよち 調理実習

正：2月17日（火）はいはい 調理実習

2月19日（木）よちよち 自由あそび



## 田布施町『こども誰でも通園制度』を始めます

問町民福祉課 児童係 ☎ 52-5810

田布施町では、4月から田布施町『こども誰でも通園制度』を開始します。この制度は、子どもの健やかな育ちを応援することなどを目的に、月一定時間の範囲で、保護者の就労要件にかかわらず、柔軟に利用することができます。

認定申請などに関する詳細は、3月上旬ごろに町ホームページや子育てアプリ『母子モ』などで周知しますので、ご確認ください。

#### ◇対象者

0歳6か月以上～満3歳児未満で、保育所などを利用していない子ども

#### ◇利用枠

1か月10時間以内

#### ◇利用料

こども1人につき1時間300円

※施設により別途実費徴収があります。

#### ◇受入施設

町内保育所など

※受入施設は、認可後に町ホームページへ掲載します。

#### ◇利用手順

- ①田布施町へ認定申請書を提出し、利用認定を受ける。
- ②予約システムへ利用登録する。
- ③利用を希望する事業所と面談する。
- ④予約システムで利用予約する。
- ⑤施設を利用し、利用料を支払う。