

市役所(24)2111

母子保健推進員 (敬称略)

受 持 地 区	氏 名
本町1丁目	坂爪 典子
本町2丁目1区	水野 尚子
本町2丁目2区	佐藤 陽子
本町3丁目1区	本間 圭子
本町3丁目2区	小島 千栄子
本町3丁目3区	坂井 清子
本町4丁目1区	堀田 直美
本町4丁目2区	井上 敏子
新町1丁目	小幡 啓子
新町2丁目	駒野 ヨネ子
新町3丁目	大滝 美枝子
日宝町	川上 智恵子
金沢町1丁目	五十嵐 恵美子
金沢町2丁目	瀬田 清子
金沢町3・4丁目	佐藤 栄子
東町	谷本 明子
新金沢町	長坂 富江
桐目木	荒木 幸子
飯柳	田村 芳子
山谷町1丁目	和泉 久美子
山谷町2丁目	佐々木 淳子
山谷町3丁目	小林 俊子
南町1区	加藤 和子
南町2区	中沢 幸恵
美幸町1・2丁目	金子 雅子
美幸町3丁目	小林 千恵子
新栄町	近野 美佐子
緑町	鎌田 久子
古田	佐藤 よしみ
天神	島田 律子
善道町1丁目	戸川 正子
善道町2丁目	権平 八重子
下興野町	眞島 貴代子
北上1丁目	桑原 幸子
北上2・3丁目	阿部 久美子
北上新田	笠原 順子
さつき野町	井上 和江
秋葉1丁目	奥田 恵美子
秋葉2丁目	樋口 幸子
秋葉3丁目	藤田 豊子
中沢町	小川 信子
吉岡町	笠原 美智子
田家1丁目	小島 幸子
田家2丁目	滝沢 マサ
田家3丁目	田中 ゆう子
滝谷本町	小林 英子
滝谷町	増山 昌子
草水町1丁目	大原 えり子



私たちは母子保健推進員百十一名は、各町内の区長さんの推薦で市長さんから委嘱状をいただき、必要な研修を受けながら二年間の任期を務めます。

主な活動内容は、市が行う保健事業への協力や乳幼児健康診査の通知書の配布、三歳児健康診査の状況報告、乳幼児健康診のお手伝いなどです。また、地域では母子保健の窓口として、母子保健事業の紹介や連絡など、地域と行政のパイプ役として活動しています。

私は、母子保健推進員とは何

母子保健推進員の活動紹介

小川 信子 (中沢町)

か、どんな仕事をするのか何も分からないまま引き受け、これといった活動もしないで三年たつてしまいました。昨年、中沢町が「ふれあいまじく」のモデル地区の指定を受け、その一環として「子育てサークル」ができました。今はこの子育てサークルを、保健婦さんの力を借りながら、町内ふれあい委員の方々と一緒に手伝いしています。子育て真っ最中で、出かける機会が少ないお母さんやおばあちゃんたちにとって、このサークルが子育てについての悩みや相談などなどの情報交換の場になればと思っています。

私の母子保健推進員としての活動はまだまだ始まったばかりです。軌道に乗るまで何年かかかるかもしれませんが、少しでも地域の若いお母さんたちの仲間づくりのお手伝いをしたいと思っています。

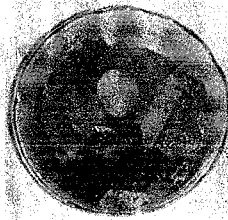
母子保健推進員 (敬称略)

受持地区	氏 名	受持地区	氏 名	受持地区	氏 名
草水町2・3丁目	棚橋 恵美	車場1丁目	白川 弘子	栗宮	井村 末子
東金沢	明間 淳子	車場2丁目	浅野 静子	小戸上組	吉田 ツギ
大安寺	樋口 フミ子	車場3丁目	渡辺 章子	小戸下組	小林 美恵子
中新田	昆 淑子	車場4丁目	木村 美佐子	小屋場	西沢 法子
満願寺	小池 睦子	車場5丁目	五十嵐 珠代	梅ノ木	岡田 若子
七日町	長谷川 洋子	覚路津	市川 八千代	浦興野	小田 チヨ子
大蔵	内山 香代子	三津屋	木下内 智子	新通り	寺尾 久子
川口	本望 真由美	長割	仲川 真智子	出戸	今井 愛子
結	吉田 保代	古津	田中 美智子	子成場	富田 明美
結	石川 裕子	西古津	金子 洋子	子成場	本間 園子
福島	原田 政子	蒲ヶ沢	高橋 芳江	蔵曾根	高野 由美子
田島	高松 春美	金津	日黒 三子	大秋	田中 カズ子
萩野町	田中 順子	塩谷	丸山 智子	野方	高橋 喜美江
萩島1丁目	栗原 裕美	朝町	真柄 まさい	小関	伊藤 洋子
萩島2丁目	中川 美津子	朝日	小野 洋子	大開口	松田 ひろみ
萩島3丁目	小林 ひろ子	朝日	古田 圭子	岡田	高橋 悦子
こがね町	田辺 田鶴子	東島	阿部 久美子	下新	森巻 弘子
中野1丁目	萩原 泰子	西島	佐久間 桂子	市新	五十嵐 久美子
中野2丁目	渡部 祐子	中村	新保 富士子	金屋	渡辺 和子
中野3丁目	大島 紀子	程島	宮崎 好美	新郷屋	土田 裕子
中野4・5丁目	宮本 則子	大鹿	石月 礼子	六郷	島井 裕子

中華丼

材料 (1人分)

ご飯	160g
豚薄切り肉	20g
うずらの卵	2ヶ
かまぼこ	15g
干しいたけ	1/2枚
玉ねぎ	20g
にんじん	10g
キャベツ	30g
ピーマン	10g
しょうが汁	少々
④ スープ50ml、酒小1/2	
しょうゆ小2、片栗粉小1/2	



食生活改善推進員からのヘルシークッキング⑥

今回は、高年期の食事として手軽に具だくさんの中華丼をご紹介します。

年齢とともに食事のポイントも少しずつ変わってきます。高年期のポイントは、「いろいろなものを少しずつ。副食を大

切にし、多様な食生活を送りましょう。この中華丼は、手軽に作れ、しかも具だくさんでバランスのよい一品です。ぜひお試しください。

□作り方

①材料を食べやすい大きさに薄切りにする。

②うずらの卵をゆでる。

③肉と野菜をいため、しょうが汁と④で味つけし、片栗粉の水どきでとろみをつけ②を加える。

④ご飯に③をかけて出来上がり。

おいしく、楽しく、食事をしましょう。

今年から老人福祉大会と社会福祉大会が一本化され「ふれあい福祉大会」として行われます。どなたでも参加できますので、ぜひお出でください。

□とき 6月27日(木)の午前10時から

□ところ 市民会館大ホール

□内容

・第一部：式典、体験発表、「ふれあい」の歌発表

・第二部：カラオケ大会、吉田恵美さん歌謡ショー(第2部は飲食をしながらご覧になれます)

□問い合わせ 社会福祉協議会 (☎24-8376)へ。

保健の窓 ⑭



市民健診後に健康相談会をご利用ください

今年も市民健診が行われています。今回から新たに、糖尿病発見の手がかりとして、随時血糖検査(血液中の糖の量を調べる検査)も行われ、皆さんの健康についてのチェック項目が増えました。

1年に1度の健康診断は大切です。でもそれ以上に大切なのは、健診結果から今までの生活を見直し、より健康になるにはどうしたらよいかを考え、実行することではないでしょうか。

一般的に成人病は、毎日の生活の中に原因や発病のきっかけが多いものです。そのため、生活を改善することでよくなる場合もあります。

そこで、市民健診を受けられた後、健診結果をもとに生活の見直しを考える健康相談会が行われます。この相談会には、今年から栄養士も出席し、「健康のためによい食事とは何か」を皆さんと一緒に考えていきます。1日3回、毎日食べる食事です。食事から生活全般を振り返ってみる機会としてもご利用ください。

健康相談会の会場や時間については、市民健診の結果通知でご案内します。健診結果を有効に活用し、より健康的な生活を送るためにも、ぜひこの相談会にご参加ください。

▷問い合わせ 保健課保健係(内線132)へ。

市民健診をお忘れなく

*—6月前半の市民健診の日程

3日(月)…第二小学校、5日(水)…金津中学校、6日(木)…新聞小学校、7日(金)…市之瀬小学校、10日(月)…清日小学校、11日(火)・12日(水)…勤労青少年ホーム、14日(金)…大安寺集落センター

お買物、ご用命は市内で

お買物、ご用命は市内で

♥無料レッスンにど〜ぞ

書道・ボールペン字 (増設)

書は人なり。資格取得でくらしも充実。美しい文字にチャレンジしてみませんか

お問い合わせ TEL(23)3102 FAX(23)3862

※習字用具一式、ボールペン、便箋持参 ※ところ…駅前教室

雨もり補修・屋根工事

技能士のいる店

(有)関口瓦工業

新津市草水町3丁目 TEL 22-0984

住まいのガードマン

電話 (0250) 24-2287

(南)山中工務店
五十嵐便利屋サービス
新津市滝谷町19-3

- 便所の改造
- 雨漏り修理
- カワラの吹付
- 風呂場の改造 (ユニットバスに入れ替え)

耳鼻咽喉科 坂爪医院

〈診療時間〉

平日 午前7:30~12:00 午後3:00~6:00
木曜 午前休診 午後3:00~6:00
土曜 午前7:30~12:00
日曜・祭日・第1・3土曜日休診

新津駅前通 TEL (24)5588

