

すくすく子育てイベント

親子でおどって・うごいて・の～びのび

日 6月19日(水)10時45分～11時45分
 所 アビホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)
 内 運動遊び、ダンス
 師 のぶりんさん(元NHK-BS体操のお兄さん)、きよこさん(元NHK-Eテレ「おかあさんといっしょ」のお姉さん)
 回 市内在住の未就学児と家族 定 先着50組



▲ちば電子申請サービス

はじめてのフットサル

日 6月22日(土)10時30分～11時30分
 所 市民体育館
 師 スポーツ少年団サッカー専門部
 回 市内在住の年少～年長の子どもと男性保護者
 定 先着30組



※対象年齢に該当するきょうだいの参加可
 ※家族は2階から観覧可

〈共通〉
 費 無料 申 開催日前日の17時までにちば電子申請サービス
 問 子育て支援センター ☎04-7185-1915(月～金)10時～17時



▲ちば電子申請サービス

あびこエコ農産物応援キャンペーン

あびこエコ農産物に貼ってあるシールを20枚集めて応募すると、抽選で我孫子産の米や旬の野菜が当たります。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP



申 第1回…9月30日(月)まで、第2回…10月1日(火)～令和7年2月28日(金)に、応募用紙(市内公共施設、あびこ農産物直売所あびこんで配布)を農政課に郵送・あびこんの応募箱に投函

◎あびこエコ農産物とは

化学合成農薬や化学肥料の使用量を県の基準から20%以上削減して栽培した我孫子産の農産物です。あびこんや市内直売所などで販売しています。

問 〒270-1146高野山新田193水の館内農政課 ☎04-7185-1481

健康メモ No.466

歯周病と糖尿病

歯周病と糖尿病には深い関係があります。糖尿病は「インスリンの作用不足によって慢性高血糖をきたし、長期化することで特有の合併症を生じるとともに、動脈硬化をも進行させる病気」(日本糖尿病学会)で、日本人はインスリンの基礎分泌が弱い民族といわれてきました。

糖尿病になると歯周病の進行も促進することが明らかになっています。特に、歯周病との関連は近年よく研究されており、歯周病は「糖尿病の6番目の合併症」と認識されるようになりました。つまり、糖尿病になると歯周病の進行が著しく促進されま

す。特に、ヘモグロビンA1cと呼ばれる糖尿病の検査値が7%を超えると歯周病の悪化も早まります。

糖尿病になると傷の治りも遅くなります。抜歯や手術など大掛かりな歯科治療をしなければならなくなる前に、歯周病を予防することが重要です。さらに、歯周病は一般的に急性の痛みを伴わないため、進行の度合いがつかめません。定期的な歯科受診で、歯周病の重症度をチェックしましょう。

問 我孫子市歯科医師会 ☎04-7190-5821

6月 健康教室

◎心の健康に関する教室

教室名	日時
アルコール教室	7日(金) 14時30分～16時
心の健康クラブ	17日(月) 14時～16時

所 保健センター
 問 障害者支援課・内線475

◎遊具うんどう教室

日時	場所
7日(金)9時30分～10時30分	天王台西公園
12日(水)10時～11時	布佐南公園
18日(火)9時30分～10時30分	湖北台中央公園

※雨天中止
 問 高齢者支援課・内線413

すこやかちゃん



もり あんな
森 杏奈ちゃん
(1歳3カ月)

手遊び歌や曲に合わせて踊るのが大好き♡これからもたくさん遊んで大きくなってね!



せな
星南ちゃん
(1歳2カ月)

いつも素敵な笑顔をありがとう♡いつまでも家族みんな仲良く幸せに過ごせますように♡

6月 子育て応援情報

回 市内在住の乳幼児と保護者、妊娠中の方と家族 **無料**



保育園・幼稚園の地域子育て支援

マイ保育園ひろば 各園に登録すると、かかりつけ園として栄養士などへの子育て相談、交流活動への参加などができます。

時間 10時～11時※各園に要登録(随時)



▲保育園・幼稚園

運動あそび	4日(火)、根戸保育園	公園で遊ぼう	18日(火)、柏鳳保育園
運動会ごっこ	12日(水)、寿保育園	七夕作り	27日(木)、天王台ななほ保育園
	19日(水)、つくし野保育園		

園庭開放 園庭で一緒にいろいろな経験をしましょう。※雨天中止
 問 保育課・内線459

子育て支援センターの地域子育て支援

詳しくは各広場・保育園ホームページをご覧ください。

- 子育て支援センター ☎04-7185-1915(月～金)10時～17時
- にこにこ広場(アビイクオーレ2階) ☎04-7185-8882(月～土)
- すまいる広場(湖北台保育園内) ☎04-7185-2196(月～土)
- かわむらんど(川村学園女子大学付属保育園内) ☎04-7183-5995(月～金)
- ぐるんぱクラブ(布佐宝保育園併設) ☎04-7189-2799(火/水/金)



▲子育て支援センター

① るんるんパーク	6日(木)10時30分～11時、手賀沼公園多目的広場 18日(火)10時30分～11時、天王台西公園
② すくすく子育て	8日(土)11時～11時45分「親子ふれあいマッサージ」
③ 家族であそぼう	1日(土)11時～12時「楽器あそび」 15日(土)11時～12時「作ってあそぼう」
④ おひさまタイム	子どもの発育などが気になる保護者の交流会 ※日時はかわむらんどホームページをご覧ください。
ラブリィデー	8日(土)・22日(土)10時～12時※各日先着20組
⑤ 食のおはなし会	12日(水)10時30分～11時30分 保育園栄養士によるお話し会※給食の試食あり

6月 乳幼児の各種健診・相談・教室

項目	日にち	対象など
ウェルカムベビー学級	8日(土)・15日(土)・22日(土)(全3回)	妊娠20週以降の方と家族
育児相談	19日(水)	にこにこ広場
4カ月児相談	4日(火)・11日(火)	令和6年1月生まれ
1歳6カ月児健康診査	13日(木)	令和4年10月31日～11月26日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	18日(火)	令和3年10月生まれ
3歳児健康診査	13日(木)	令和2年11月3日～22日生まれ
5歳児歯科健診	18日(火)	令和元年6月1日～29日生まれ
離乳食教室	28日(金)	4～6カ月児の保護者、先着30人
後期離乳食教室	12日(水)	令和5年9月生まれ、先着20人
食事・栄養相談	随時	全年齢対象・電話相談可

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎04-7185-1126