

kurihalife

【 クリハライフ 2月号 】

TAKE
FREE



表紙モデル
募集中!

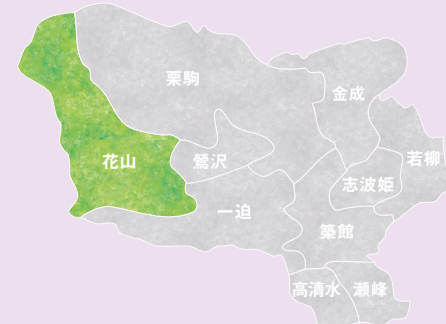
詳しくは4ページ下部を
ご覧ください

子育てに優しい街。
だから私たち栗原が大好きです。

おかってマルシェの皆さん



栗原10エリア再発見!



旧栗原郡10町村が合併してできた栗原市。
このページは改めて10エリアを探求し、栗原の魅力を再発見するコーナーです。
さて、今回のエリアは…

#8 | 今回は花山エリア

宮城県初登場! ドーム船でワカサギ釣りin花山湖

栗原市のレジャースポットとして、釣りやキャンプに多くの市民が訪れる花山湖。特に冬はワカサギ釣り。冬でも凍結しない湖なので、これまでは橋のうえなどから楽しんでいたワカサギ釣りが、ドーム船でできるようになりました。

フロア6m×6m、ドーム部分が4.5m×4.5mのドーム船をワカサギが集まるポイントに設置し、天候の影響を受けずに快適な環境でワカサギ釣りが楽しめるから、小さなお子さんがいても安心。ちなみに花山湖では、花山漁業協同組合がワカサギの卵を放流して管理しています。

釣ったワカサギは新鮮なうちにそのままてんぷらにしてカリッ!ワカサギは味に癖がないので、内臓も取らずにそのまま揚げれば美味しくいただけます。

宮城県初のドーム船は2月下旬からプレオープン予定(※日程は現在調整中)。釣りを楽しんだ後は、仙台藩花山村寒湯番所跡に隣接している温泉「温湯山荘」で温まるのはいかがでしょうか?



花山湖ワカサギ釣りドーム船

営業期間 2月下旬～3月下旬

営業時間 8時～16時

料金 大人(高校生以上)3,000円(遊漁券1,000円、ドーム船利用料2,000円)
子ども(中学生以下)2,000円(遊漁券500円、ドーム船利用料1,500円)
※2020年度の遊漁券をすでにご購入の方は、ドーム船利用料のみでご利用いただけます。
釣竿の貸し出しは行っておりませんのでご注意ください。

予約受付(完全予約制) 花山漁業協同組合事務局(道の駅 路田里はなやま内)
TEL 0228-56-2265(9:00～16:00)
※釣り希望日の前日までにお電話にてご予約ください。
事前予約で定員(8人)に達していない場合は、当日でも申し込みできます。

- 注意事項
- 駐車場は、指定駐車場をご利用ください。路上駐車はしないでください。
 - トイレは指定の場所をお願いします。
 - ゴミ等は必ず各自がお持ち帰りください。
 - ペットの連れ込み、アルコールの持ち込みは禁止です。
 - 施設内は禁煙となります。所定の喫煙場所をご利用ください。
 - 撒きエサの使用は禁止です。
 - ストープ等の使用燃料は「ガス」をご利用ください。ガソリン類は使用禁止です。
 - 施設内で暖房器具を使用する場合は、必ず換気を行ってください。
 - 当施設における事故、ケガ、盗難等のトラブルは自己責任となります。



kurihalife

【クリハライフ】 毎月15日発行

【お問い合わせ】
宮城県栗原市 企画部定住戦略室
TEL : 0228-22-1125

【発行】 株式会社 メディアパレット編集部
宮城県仙台市青葉区中央4丁目9-15-406
TEL 022-716-5012

【印刷】 株式会社 ホクコーポレーション



毎月10日更新! インスタグラムは随時更新中!



ピックアップインタビュー

だんごやプロジェクト
DIYサポーター

いきなり「移住してくれ」じゃなく、
ここを拠点に栗原市や花山の
いいところを知ってもらおう
居場所づくりのDIYサポーターです。

だんごやプロジェクトとは…?

栗原市が花山地区で行う体験移住プロジェクト。市が提供する空き住宅(店舗スペースも有るシェアハウス)を半年間家賃無料で貸し出し、参加者がDIYで自由に空間をデザインし、そこを拠点にゆるく生活しながら、地域コミュニティと連携して新しい働き方・ワークスタイルの模索や居場所づくりを実践するプロジェクトです。

そんなんですよ。そういう思い切った決意をするにはいかもしれない。去年の7月31日からここに来るようになって、このペランダの改修と物置をシアタールームにしました。使っているのは全部栗原の木材です。このプロジェクトに参加しているのは、クリエイティブなことを企画したい若い子やWEBで国内外の情報発信している人、関東で建築を勉強している学生とか幅広いです。いきなり「移住してくれ」じゃなく、ここを拠点に栗原市や花山のいいところを知ってもらう居場所づくりのDIYサポーター

このペランダ、凄いですね。
清水の舞台みたいです。

大阪は芸人に結構温かいんですが、東京に出てきたらまったく生活できない。それで日雇いの建築現場で働いてたんですが、大変な現場で。内装や大道具の仕事もやってたんですが、それも嫌すぎて現場の悪口を本にした感じなんです。僕としては芸人であるためのバイトだったのに「大工やバイト」といつたら本坊「みたいな。その肩書を消したい、更新したい」と思って山形住みます芸人になって、そしていたのがこの仕事だった。おいおいと(笑)。でもフットボールアワーの後藤さんに相談したら、「過去のお前を捨てる必要はない。仕事をくれる人がお前のイメージで言ってくれるのやったら、それは武器なんやから」って。

本坊さんといえばDIY芸人というところで、本も書かれてるわけですが。

くりはら はたらきびと

東北を盛り上げていくくりはらの
情報発信していきます。



Interview

吉本興業株式会社

だんごやプロジェクト
DIYサポーター

ほんぼう がんじ
本坊 元児さん

愛媛県出身。大阪NSC(吉本総合芸術学院)第20期生、水口靖一郎さんと2001年に漫才コンビ「ソラシド」を結成、ボケ担当。2018年10月から山形住みます芸人として山形市在住、南陽市ラーメン大使も務める。著書に「プロレタリア芸人」。なお、名前は本名。

ソラシドの今後の予定

- TBCラジオ「スベル兄弟」
毎週月曜20:30-22:00
- みちのくライブin宮城
会場:誰も知らない劇場
(旧桜井薬局セントラルホール)
2月23日(日・祝)16:00開演
- 魅知国定廃花座
3月3日(火)出演

茶苦茶良かったです。あとね、栗原はカレーが美味しい。東京みたいなシャバシャバでなく、どこの食堂行っても濃くてコクがあって、本当に母ちゃんの味。こっち来て3kg太ったのもそのせいかもしれないですね。花山の野菜もエグいくらい美味しい。ここに住んでる人たちは当たり前かもしれないけど、相当贅沢。そんな感動がありました。

地元の方々のアドバイスもいただいているんですね。

ここに来て身に付いたことがいろいろありました。東京であれだけ嫌だったなあという経験が結びついて、今こうやって広げてもらっているのは財産というか、無駄ではなかったと思えますね。若い子に言っても響かぬと思うけど、東京におらんでもええと。特に漫画家とか小説家の人に言いたいんですけど、刺激は無茶苦茶こっちのほうがあから。ここに住んだら都会とはまったく違う目標の作品が描けると思っています。山形住みます芸人ですけど、いつの間にか月10日くらいここにいたりして笑。山形を、そして東北を盛り上げていくぞ、くらいの気概で、これからもこちら情報発信していきます。



花山・栗原のいいところは…?

温泉巡りが楽しみなんですけど、ここから一番近い花山の温泉山荘に最近やっと行けました。全然ぬるくないんですよ(笑)。でも、無



手さげバッグをつくろう♪

入園・入学準備
に最適!

教えて
くださった
先生

もうすぐ入園・入学シーズン。バッグや小物をかわいく作ってあげたいけど、ミシンを使うのなんて家庭科の授業以来で自信がない…。そんなママのために手作り作家さんが手さげバッグの作り方をレクチャーします!

- | | | | | |
|-----------|------------------------------------|-----------|--------------------------------------|---|
| 材料 | ●キルト生地
●アクリルテープ 35cm 2本
●縫い糸 | 道具 | ●ミシン
●布切りはさみ
●糸切りばさみ
●チャコペン | ●三角定規(またはものさし)
●マチ針(多めにあると良い)
●マスキングテープ |
|-----------|------------------------------------|-----------|--------------------------------------|---|



RASLP! ~ラズルプ~さん
仙台市内にてミシン教室を開講中。他にも各種オーダーやリメイク、パーソナルスタイリングなど承っております。
Blog <<https://raslp.exblog.jp/>>

- 1 **チャコペンで線を引き、縫い代をつけて生地を裁断します**
生地はまっすぐ、直角に切ることが重要
●三角定規があると直角の線が引けます。
●布切りばさみの下を台につけるとぶれずに切れます。
柄に上下がある場合は点線部分で1cmづつ縫い代をつけて切る。
- 2 **ほつれを防ぐため、ふちをジグザグ縫いで一周します**
※取材ではロックミシンを使用
柄に上下があり2枚に切っている場合は、中表にして袋底を縫い合わせます。
- 3 **中表にして半分に折り、両側を内側1cmで縫います**
ミシンできれいに縫うには…
●縫う位置に合わせてマスキングテープを貼るとまっすぐ縫いやすい。
●マチ針は丸いところが外側に来るように止めると外しやすい。
- 4 **口の部分を内側に2.5cm折り込んでマチ針で止め、中心から外側へそれぞれ5cmのところに持ち手の付け根がくるようにマチ針で止める**
- 5 **外表にして、口の部分を一周縫います**
- 6 **図のように縫って、持ち手を補強します**

できあがり!

取材協力:ハンドメイドショップ スマートエンジェル ☆入学入園グッズのオーダー承ります。お気軽にご相談ください。
仙台市太白区松が丘33-22 TEL:022-281-8122

情報大募集! クリハラライフを一緒につくりませんか?

ママさんレポーター募集 ママさんレポーターとしてクリハラライフの編集を手伝いませんか? 栗原市内にお住まいのママさんならどなたでもOK!

例えば、栗原市内の
●おすすめスポット ●おいしいお店
●公園 ●子連れでも行けるスポット など

情報をままばれ編集部までお寄せください。お待ちしております。

お問い合わせ | 株式会社 メディアパレットままばれ編集部 | tel: 022-716-5012 | mail: mamapale@media-palette.jp



子育て支援センター 活動紹介

Vol.7 栗駒子育て支援センター

子育て支援センターは、家庭で子育てしている皆さんが気軽に利用できる施設です。今回は、栗駒保育所に併設する「栗駒子育て支援センター」の活動を紹介します。

—どんな方が利用していますか？

市内在住の0～5歳児(就学前)のお子さんを家庭で子育てしている方が利用しています。お孫さんの面倒を見ている祖父母の方や妊婦さん、里帰り中の方も利用できます。

—どんなことをしているんですか？

季節に合わせたお楽しみの行事などを行なっています。お子さんと一緒に運動をしたり制作をしたり、楽しい企画を考えて、季節ごとの行事を行なっています。

—どんな方に利用してもらいたいですか？

近くに遊ぶ場所がない方や、お友達がいない方、子育てについての情報交換をしたい方などに利用してもらいたいです。子育て中のママはもちろん、おじいちゃん・おばあちゃんや、もうすぐママになる方、里帰り出産の方なども歓迎していますので、他地区の方でも気兼ねなくいらしてください。

- 利用方法** 申込み不要 ※行事によっては事前申込みが必要となる場合があります。
- 利用料金** 無料
- 開設日** 月曜～金曜(利用時間:9時～17時)
- お問い合わせ先 栗駒子育て支援センター
栗原市栗駒若ヶ崎上町裏207-1 TEL 0228-45-5581

利用者インタビュー

下の子が8か月の時から、3年以上利用しています。ほかの街から移り住んで来て、子育ての話ができる同年代の友達はいなかったのですが、ここでのつながりから、ママ友達ができました。子どもはたくさん遊んでもらって、ここで育ったようなものです。天気が悪い時でも、イベントがいろいろあるので、とても楽しそうにしています。



菅原 愛(母)さん
菅原 運(子)くん

この日は「お正月遊び」をやっていたよ。「ゆーきやこんこ」の歌に合わせて、みんなでカスタネットを鳴らしたり、ネズミさんの絵を描いたり、コマ遊びしたり、羽子板と風船で遊んだり…いっぱい遊んで、すごく楽しかったなあ。



栗原市子育て支援広報キャラクター
ビズリ原くん

今後の行事予定	2月19日(水)	3月3日(火)	3月4日(水)
	大きくなったかな	ひなまつり会 2月3月誕生会	おはなしポケットによる おはなし会

農泊のススメ

その土地の有名な場所を見たい、名物料理を食べたい—そういった観光旅行なら、一度行けば次はほかのところに行きますよね。だけど◎◎は特別、何度でも行きたくなる!そんな土地はありませんか?それはあなたにとって、どんな場所ですか?遊びに行くと「お帰りなさい」と迎えてくれるような、そんな旅をしてみませんか?

「農泊」とは?

農山漁村において、日本ならではの伝統的な生活体験や地元の人々との交流を楽しむことができる農山漁村滞在型旅行のこと。普通の観光旅行では味わえない、体験型の観光として人気です。

あなたの旅を オーダーメイド!!

栗原市農泊推進協議会の農泊は、「田舎暮らし体験のオーダーメイド」。宿泊は民泊だけではなく、ホテルや旅館も含めて選択できます。100種類以上の体験メニューから希望の体験をチョイスして、田舎の旅をプロデュースします。

▼お好みの宿泊先をチョイス

1日目は民泊、2日目はホテルなどの組み合わせもあり。滞在の仕方を自由に設定して、田舎を満喫しましょう。

農家民宿 田舎に泊まる定番の農家民宿。田舎らしさと快適性が融合したお宿。	ホテル・旅館 プライベートな時間を重視したり、温泉も楽しむならホテル・旅館。
民泊 素泊まりまたは共同調理で、家主と交流しながら宿泊する民泊。	研修施設 みんなで一緒に泊まるなら研修や合宿向けの宿泊施設が楽しい。
農作業 広大に広がる農地や大きなハウスで収穫をはじめとした農作業を体験。	地元食 郷土料理やお菓子作りなど、田舎の食を作って食べて体験。
モノづくり 薬細工を体験したり、伝統工芸を見学したり、モノづくりを体験。	自然体験 マガン観察やウォーキング、サイクリングなど自然を満喫。

昨年10月に農泊を推進する地域おこし協力隊として、栗原市に着任しました。東日本大震災のボランティアがきっかけで宮城に通うようになり、当時から農作業の手伝いをさせてもらいながら温泉に入ったり、地元の方々と呑むようなツアーに関わるなかで、農泊に携わりたいという思いがあらわになりました。もう一人、同じ時期に狩野夏穂さんも着任しました。狩野さんは、大学院でグリーンツーリズムを活用した地域の活性化を研究しています。研究の成果を活かしながら、栗原の良さを感じてもらえるような体験メニューづくりなどを中心に活動しています。



狩野夏穂さん

地域おこし協力隊 櫻庭伸也さんにお聞きしました。

私自身も将来的には、空き家を活用して農泊をしたいと考えています。育てた野菜をお客様と一緒に収穫したり、調理してそれを味わうという一献交えたり。そして、農泊をすることが地域の活力に繋がれば良いなと、そんなことを日々考えながら活動しています。栗原では渡り鳥の鳴き声や草花の色づきで季節の移り変わりが感じます。栗原ならではの暮らしや文化、ヒトがあります。訪れていた方々にそれを感じていただき「また来たいな」と思っていたら嬉しいなと、それを提供して行きたいですね。私が活動している栗原市農泊推進協議会では、お客様の希望に沿った滞在型の旅行を提案しています。そうした取り組みに、私たち地域おこし協力隊も携わっていますので、ぜひ素敵な時間を味わいに栗原にいらしてください。



櫻庭伸也さん

栗原市農泊推進協議会の農泊は、「田舎暮らし体験のオーダーメイド」。宿泊は民泊だけではなく、ホテルや旅館も含めて選択できます。100種類以上の体験メニューから希望の体験をチョイスして、田舎の旅をプロデュースします。

栗原市農泊推進協議会 (事務局) 一般社団法人くりはらツーリズムネットワーク
TEL 090-4889-5310 Email kurihara.tn@gmail.com
Facebook https://www.facebook.com/kurifarmsty/



おかってマルシェ

住所: 〒987-2233 栗原市築館照越永平1-1
電話: 0228-25-4155
営業時間: 10:00～18:00
定休日: 毎月第1第3水曜日

表紙モデル紹介 おかってマルシェ

築館1-Cを降りてすぐ、「くりはら直売館」が昨年7月にリニューアルして「おかってマルシェ」になりました。店内には県内外の美味しくてちょっと洒落な食材がずらり。リニューアルは女性スタッフが中心になって、女性目線の店づくりや品揃えを目指しました」と店長の高橋千香子さん。漢方牛を扱う株式会社ダイチの直営店なので、お肉やソーセージなどの加工品も取り扱っています。漢方牛は霜降りとは逆の、赤身の美味しさを追求したお肉なので、年配のかたや女性にリピーターが多いとのこと。もちろん地元の農家が作った新鮮な野菜や、パンやお菓子も揃っています。カフェのようなイトインスペースのお薦めは平飼いたまごのころもつ井とローストビーフ丼。味はもちろんなこと季節の野菜を使った、映える彩りが魅力です。一番人気のメンチカツは、電話で予約して遠方から買いにくるお客様もいるほど。「午後5時～7時の時間帯にはケーキセットもお出し

しています。カウンター席もあるので、お仕事しながら食べる女性のかたもいらっしゃいますね。」
ダイチで働く17人のうち14人が女性。そのうち7人が子育て中のママです。取材当日もお子さんが熱を出して休んだかたがおられました。小さいお子さんが熱を出すのはしょうゆうなので、休みづらい空気を作らないようにしているとのこと。「まずは子どもを優先、治すことを優先に考え、その分をみんながサポートし、逆に自分がサポートしてもらった分生懸命働こうという環境づくりをしています」と高橋店長。生き生きと働く女性たちが栗原・宮城の美味しさを届けます。



表紙モデル団体・サークル募集!

クリライフの表紙をかざるサークル・団体・企業などを募集いたします。表紙に載りたいサークルをPRしたい!という方はふるって応募ください。対象:栗原市内にて活動している団体・企業など(例)音楽サークル・習い事教室・ママサークル・スポーツ少年団 などジャンルは問いません。

お問い合わせ
株式会社 メディアパレットまばれ編集部
〒980-0021 仙台市青葉区中央4-9-15-406
tel: 022-716-5012 mail: mamapale@media-palette.jp



家族みんなで行ってみよう!!

おでかけinfo



PICK UP!

第21回 栗原市岩ヶ崎 くりこま商家のひな祭り

江戸時代後期からの人形を一斉に展示



栗駒岩ヶ崎六日町商店街にある特設会場をメインに、代々商家に伝わる雛人形や自作のつるし飾りが展示されます。参加加盟店の営業時間内なら自由に見ることができます。若手・宮城内陸地震と東日本大震災の2度の災害からの復興を願い、地元住民と協力し合い作成した手作りの「つるし飾り」や、日本古来の「正藍冷染(しょうあいひやぞめ)」、地元で生息する植物で染めた「草木染のつるし飾り」などの展示即売もあります。

開催日/2月23日(日・祝)~3月3日(火)
開催地/栗原市岩ヶ崎商店街一帯
時間/参加加盟店の営業時間内(特設会場は10:00~16:00まで)

お問い合わせ くりこま商家のひなまつり実行委員会
TEL 0228-45-2191

PICK UP!

第4回 仙台市青葉区 食べて応援しよう!in仙台

被災地のおいしいものを食べて、復興を応援しよう!



岩手県・宮城県・福島県から62店が出店し、農林水産物や加工食品等を販売します。スタンプラリーに参加しアンケートに回答いただいた方には、福島県大熊町産または富岡町産のお米をプレゼント!参加してお米をもらっちゃおう!またステージイベントでは、「〜食べつくせ!〜TOHOKU 食の応援大使」の「みちのく仙台ORI☆姫隊」等が東北の「食」や「農」を応援し、会場をさらに盛り上げます。おいしいものをいっぱい食べて、応援しよう!

開催日/3月14日(土)・15日(日)
開催地/勾当台公園市民広場
時間/10:00~16:00(15日は15:00まで)

お問い合わせ 「食べて応援しよう!in仙台」実行委員会事務局
(東北農政局経営・事業支援部地域食品課内)
TEL 022-221-6403

栗原暮らし × 隣都市利用

県内に新しくオープンしたオススメのお店をご紹介します!!

New Shop info

PICK UP!

スローな時間が流れるヘルシーメニューのブックカフェ 大崎市岩出山

内川の畔りカフェ



伊達政宗公が農業用水として人工的に築造を行った内川。その内川沿いにあるこちらのお店は、ハーブティーと一緒に読書が楽しめるカフェです。地元野菜を使った料理やヘルシースイーツなどもあり、女性には嬉しいメニューとなっています。店内のカウンター席からは窓越しに内川を眺める事ができ、外の景色とヘルシーメニューでランチを楽しむもよし。読書とハーブティーでゆったりと流れる時間を楽しむもよし。忙しい日常から少しだけ離れ、リラックスしたい方におススメのお店です。

〒989-6415 大崎市岩出山東川原24-3
TEL 080-1685-6776
営業時間/11:00~17:00(L.O.16:00)
定休日/火・水・木曜日 ※臨時休業もあります(最新の情報はHPをご参照ください)
駐車場/有 アクセス/JR陸羽東線岩出山駅より徒歩5分
https://hotoricafe.jp/

PICK UP!

東松島市にできた昔ながらの町の洋食屋さん 東松島市牛網

洋食 ぐーはっち



アメリカンヴィンテージテイストな店内は、落ち着いたどこか懐かしさを感じさせる雰囲気。ハンバーグからステーキ、ビーフシチューなどボリューム満点なメニューが並びます。オススメは、サクサクのパイの中にトロッロに煮込んだビーフと溢れ出すほどのチーズが入った「ミートパイ」だそう。また、自家製のレモンスカッシュは、一口飲むとレモンと蜂蜜のリッチな風味が口いっぱいに広がり、なんだかホッと幸せな気分になります。お子様が食べられるフレンチからお酒類まで、おなかも心も一杯に満たしてくれるお店です!

〒981-0301 東松島市牛網字上西18-1
TEL 0225-98-5877
営業時間/平日11:30~14:00、17:00~20:00
土日祝11:30~15:00、17:00~20:00
定休日/水曜日 駐車場/7台
アクセス/JR仙石線 陸前小野駅より徒歩7分
https://www.instagram.com/8kariove0531/



2 木立のポーズ
お子さまと並んで立ち、それぞれの外側の足をもう一方の軸足に乗せてみます。もう一方の足もやってみましょう。次にお子さまと内側の手のひらを合わせ、外側の手を伸ばしてバランスを取り、そのまま内側の腕をお子さまの腕が伸びるところまで上げていきます。今度は外側の手のひらを合わせ、内側の手を上に伸ばしてバランスを取ります。

1 モモ裏のストレッチ(シーソー)
お子さまと向かい合い、足を伸ばして足の裏と裏を合わせ、つま先をタッチするように体を倒します。次はお子さまと手をつなぎ、お互いを引っ張り合うように体を前後に動かし、モモ裏を伸ばします。もしも辛ければ、ひざを曲けても構いません。

3 ジャンプ&トンネル
ママは揃えた足を伸ばして座り、お子さまは1回ジャンプしながらママの周りを回ります。次にママは足を開き、お子さまは2回ジャンプします。戻るときにママがトンネルを作ります。足を曲げるか、お子さまが大きかったらママが手を後ろに付き、浮かせた体の下をくぐってもらいます。2回ジャンプ&トンネルをくり返します。



親子体操
親子でできる簡単なエクササイズです。親子で楽しみながら、パパと一緒にチャレンジしてみよう。

ここでリフレッシュ
みどり先生の
お家でかんたん
エクササイズ
Vol.8



鈴木 みどり先生
グラン・スポール所属。東北で活動しているスポーツインストラクターで1児のママ。東北唯一の3種類のバレトンレッスンができるマスタートレーナーとして、バレトンインストラクターの養成や教育も担当しています。

今回のエクササイズを動画でチェック!

みどり先生の動画は順次配信予定!
『まばれチャンネル』を見てね!



みどり先生のInstagramはこちら!
★アカウント名 midori.sendai

一口メモ

「乳幼児健康診査」



お子さんの健やかな成長・発達の確認のために、乳幼児健康診査を実施しています。

医師、歯科医師、保健師、栄養士、歯科衛生士等が、お子さんの発育、発達や健康状態、食事や育児について、診察や相談、情報提供等を行います。

脳の発達は3歳までに約8割まで育つといわれ、乳幼児期は特に心身ともに成長発達の目覚ましい時期です。大人の関わりや食事、生活習慣をとおして日々体験して学んでいます。

心の発達でみると、生きる上でとても大切な「自己肯定感(“自分は自分でいいんだ”という感覚)」が生まれてすぐから積み重ねて作られます。お父さん、お母さんが、泣いたらあやす、お子さんの顔をみて声をかける等、日々の何気ない関わりから、自分を受け入れてもらえる・わかってもらえるという実感が安心感と自己肯定感につながります。

乳幼児健康診査の機会を活用して、気になっていることなど気軽に聞いてください。スタッフが一緒に考え、サポートします。

乳幼児健診は、集団で受けるものと、医療機関で受けるものがあります。

- 集団の乳幼児健康診査
市内2ヶ所で実施。(築館保健センター、金成やすらぎセンター)
日程は広報や健康カレンダー、個別通知でお知らせします。
- 3~4か月児健康診査
内科診察、保健師・栄養士の問診・相談、ブックスタート。
- 1歳6か月児健康診査
内科・歯科診察、保健師・栄養士・歯科衛生士の問診・相談、フッ素塗布(希望者)。
- 2歳・2歳6か月児歯科健康診査
歯科診察、保健師・栄養士・歯科衛生士の問診・相談、フッ素塗布(希望者)。

- 3歳児健康診査
3歳6か月の時に行います。最後の乳幼児健康診査です。
内科・歯科診察、視聴覚検査、尿検査、保健師・栄養士・歯科衛生士の問診・相談、心理士の相談、フッ素塗布(希望者)、セカンドブック、虫歯のない子の写真撮影(広報に掲載)。
- 医療機関で受ける乳幼児健康診査
2か月児健康診査、8か月児健康診査があります。
各自、指定医療機関で受けます。

今回のコーナー執筆紹介

執筆者/若柳・金成保健推進室
担当地区/若柳・金成
スタッフ/保健師4名、管理栄養士2名

場所/栗原市若柳字川南戸ノ西4番地(若柳総合支所内)
電話/0228-32-2126