



心も ウキウキ 体も

外に出るのが気持ちよい季節です。

親子で一緒に外で遊ぼう



ひと工夫で 外遊びが楽しくなります！

園庭開放 予約不要

保育園に遊びに来ませんか？

樹木や植え込みで **かくれんぼ** 固定遊具のほかにも遊び方がいっぱいあります。

いつもの公園や散歩も、ちょっとした工夫を加えて違った楽しみ方や発見をしてみませんか。

手作りしたお散歩ビンゴで **ウォークラリー** たくさん歩いてみよう。新しい発見があるかも。



虫を **見つけてみよう** ありんこの行列、どこに行くかな？ダンゴムシ、丸くなるかな？

区役所9階 93番窓口で配架中！

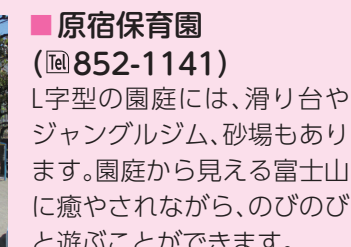


14か所の公園や市民の森を掲載しています

■ 汲沢保育園 (☎861-4188) 小さな園庭ですが、のんびり遊べる雰囲気となっています。広々とした屋上庭園も開放することがあります。



■ 原宿保育園 (☎852-1141) L字型の園庭には、滑り台やジャングルジム、砂場もあります。園庭から見える富士山に癒やされながら、のびのびと遊ぶことができます。



■ 川上保育園 (☎822-5926) 電車を間近に見ながら遊ぶことができます。園庭から「さくらの丘」に上がると、階段や斜面の昇り降りも楽しめます。



実施時間やその他イベント情報は [こちら](#) 私立保育園の園庭開放時間は各園にお問い合わせください。



☎川上保育園 (☎822-5926 ☎822-8946)

イベントなどは中止・変更となる場合がありますので、問い合わせ先に確認してください。

健診・相談のお知らせ (要予約)

☎ 区役所5階 健康相談室

個別健康相談 (要予約)

■ 健康相談: 高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの生活習慣改善のアドバイス

■ 禁煙相談: たばこをやめたい人へ個別に支援

☎ 5月19日(金)午前、5月23日(火)午後、6月2日(金)午前

☑ 市内在住

☎☎ 電話か直接、区役所健康づくり係へ

(☎866-8426~7 ☎865-3963)

※電話申込ができない人は、☎可(☎要事項)と相談内容を記入

※1人あたりの相談時間は1時間以内

子どもの相談・教室 (要予約)

☎ 区役所5階 ☎☎ 5月11日から☎か☎(☎要事項)と相談内容を記入)で区役所健康づくり係へ(☎866-8426~7 ☎865-3963)

乳幼児食生活相談 区内在住の0歳~未就学児の食生活などの個別相談

☎ 6月7日・21日(水)9時~11時 ☎☎ 母子健康手帳 ※1人あたりの相談時間は1時間以内

「離乳食教室」 離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食ありの予定※感染状況による)

☎ 6月21日(水)13時30分~14時30分 ☎☎ 区内在住の7~8か月児と保護者: 先着14組 ☎☎ だっこひも・赤ちゃん用エプロン・赤ちゃん用スプーン

「はじめての歯ぴか教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)のお話

☎ 6月30日(金)10時~11時30分 ☎☎ 区内在住の4~6か月児と保護者: 先着15組 ☎☎ 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)



あなたがつくる みんなの未来!

今月は5ページがこの目標!

SDGs とは?

世界中すべての人が、この地球で暮らし続けていくために、17の目標と169のターゲットから構成される、2030年までに達成すべき目標です。

目標10: 人や国の不平等をなくそう

自分にはなにができるのか my SDGsを 考えてみよう!



10 人や国の不平等をなくそう



税金は「子育て支援」「教育」「医療」「貧困者の支援」など...人々の生活を支えるために使われ、私たちが納税をすることは「目標10」の達成に大きく役立っています。不平等をなくすることはとても広いテーマですが、ボランティアへの参加やフェアトレード(※)商品の購入など、自分にできることを見つけてみよう。(※)公正な貿易により、途上国の人々の生活を助けるための仕組み



☎ 区役所企画調整係 (☎866-8327 ☎862-3054)

編集後記

新緑の季節になりました! 特集は「どうする? 健康」。この機会に自身の健康づくりを見直してみませんか?

編集・発行

区役所広報相談係 (☎866-8321 ☎862-3054)