

3月末に環境省が発表した令和5年度1人あたりの1日のごみ排出量で川俣町は

福島県内でワースト1位でした。

令和4年度と比較すると排出量は減少したものの、引き続きごみ減量化の取り組みを実践していく必要があります。ごみを処分するためには多額の費用がかかります。個人の意識と毎日の積み重ねが総排出の減少につながります。ご協力よろしくお願いします。

令和4年度



1,295 グラム

令和5年度



1,255 グラム

☆ごみ減量の取り組み

- ・リサイクル
- ・生ごみの水きり
- ・食材の使い切り など

令和7年度スタート！募集中！

環境美化推進委員

環境美化、ごみの減量及び資源化を推進するため、川俣町環境美化推進委員を募集しています。

町内在住、町内に勤務している方などどなたでも対象となっています。

ごみの減量化を目指してぜひ一緒に活動しましょう。

推進委員

役立つ川俣町の子育て最新情報！

日 日時 場 場所 対 対象者 申 申込方法 ス スタッフ

子育て情報nav

母子手帳アプリ 母子モ

川俣町の子育て情報は母子手帳アプリ母子モから▶▶▶



問 子育て支援課 子育て支援係 (内線 2302)

01 親子で気軽に立ち寄れてホッと一息つける場所 子育てほっとステーション

無料で利用できる乳幼児向けの遊び場を開設しています。おもちゃを準備していますので開催日のお好きな時間帯にお気軽にお立ち寄りください。

5月の予定

日 水・木・金曜日 午前9時～午後2時

場 川俣町 保健センター多目的ホールもしくは和室

5月の催し

「手遊び・わらべ歌」

日 5月14日(水) 午前10時20分～11時20分

場 川俣町保健センター 多目的ホール

※参加無料。事前の申し込みは、必要ありません。
お気軽においでください。

※5月9日(金)の子育てほっとステーションはお休みです。

02 かわまた認定こども園内に併設！ 子育て支援センター (☎ 572-6133)

かわまた認定こども園内に併設されています。こども園を利用している方も、していない方も、電話で予約いただければ利用ができますのでお気軽にご利用ください。
月曜日から金曜日(年末年始、祝祭日、こども園休園日を除く)
午前10時から11時/午後3時15分から4時15分
※電話相談は9:00から16:30の間で随時受付中です。

5月の親子教室 毎月1回、テーマを変えて「親子教室」を開催

「ワークショップ」

日 5月13日(火) 午前10時～11時

対 乳幼児とその保護者

場 かわまた認定こども園内「子育て支援センター」

※参加無料。前日までにセンターに直接または電話で申し込んでください。

03 今月の子育て支援事業はこちら！ 5月のちびっこカレンダー

問 保健福祉課 健康増進係 (内線 2201)

事業名	日	曜	時間	対象	内容
離乳食教室【要予約】	9	(金)	午後1時15分～2時	令和6年10月22日～12月18日生まれ	身長体重測定・離乳食の進め方・試食
3～4か月児健診	13	(火)	通知を郵送します	令和6年12月19日～令和7年2月13日生まれ	問診・身長体重測定・診察・保健指導・栄養指導・歯みがき指導・ブックスタート
9～10か月児健診	13	(火)	通知を郵送します	令和6年6月19日～8月13日生まれ	問診・身長体重測定・診察・保健指導・栄養指導・歯みがき指導・知育絵本の紹介
1歳6か月児健診	21	(水)	通知を郵送します	令和5年9月～11月生まれ	問診・身長体重測定・内科診察・歯科診察・保健指導・栄養指導・歯みがき指導・フツ化物塗布・知育絵本の紹介
すくすく育児相談	29	(木)	午前9時～11時	0歳から6歳児(就学前)(2日前までに要予約)	身長・体重測定、育児相談 ※母子健康手帳・バスタオル・おむつ等を持参ください。

第三次健康かわまた～栄養・食事～

今回は皆さんが、元気に過ごすための食に関するポイントについてお知らせします。

川俣町では、令和7年度から第三次健康かわまた21計画を始動し、その中には食育推進計画も含まれています。今回はその中から、食に関する3つポイントをお知らせします。

POINT

1

重要

減塩を心がけましょう

川俣町は、心疾患や脳血管疾患が主要死因の上位を占めています。これらの疾患や生活習慣病は塩分の摂り過ぎと強い関係があり、川俣町のみなさんの多くが塩分を過剰に摂取している状況にあります。

広報かわまたでは、毎月減塩ワンポイントをご紹介します。できるところから減塩をはじめていきましょう。

POINT

2

朝食を毎日食べ、1日3食食べる習慣をつけましょう。

朝食は1日を元気に過ごすための源となる食事です。特に、朝食欠食は若年層に多いため、家族で朝食を食べよう心がけましょう。また、1日3食を基本に、十分な栄養をとるようにしましょう。



POINT

3

家族や仲間とともに食事を楽しみましょう。

だれかと一緒に食べることは、子どもの成長から認知症予防まで幅広い年代の心身の健康にメリットがあると言われています。特に、一人暮らしの方は一人で食事をする機会が増えるため、友人やサロン仲間と一緒に食事を楽しみましょう。



毎月17日は

減塩の日

減塩ワンポイント

手軽に
出汁をとってみましょう



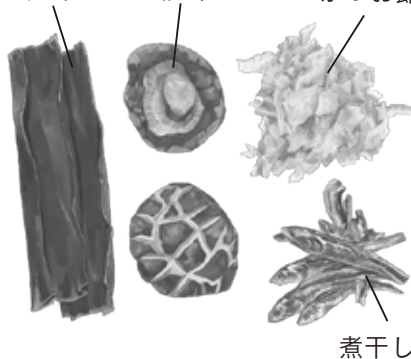
顆粒出汁を使わずに調理

普段家庭で使用している顆粒だしにも塩分が含まれています。わざわざだし汁を作らなくても、家庭で使うかつお節を顆粒だしの代わりに入れ、そのまま具として食べる減塩みそ汁ができますので、ぜひ取り入れてみましょう。

昆布

椎茸

かつお節



煮干し

羽山の森美術館

TEL 566-3367

午前10時～午後4時
月曜休館（祝日の場合は翌日）公式Instagramで
展示情報随時更新中！
ぜひご覧ください！！

川俣美術 100 周年展

創設 100 年を迎えた川俣美術の今に続く作品群をぜひ、ご覧ください。

6.1 (日) まで

NHK 福島 の桜 フォトコンテスト作品展

福島県内各地の美しい桜や豊かな自然を題材とした作品をお届けします。

6.7 (土) から **7.6** (日) まで