

2011年6月1日発行

発行 羽曳野市 市長公室 秘書課  
〒583-8585 羽曳野市菅田4-1-1  
072-958-1111 (代表)

URL <http://www.city.habikino.lg.jp/>  
E-mail [mailbox@city.habikino.lg.jp](mailto:mailbox@city.habikino.lg.jp)



カメラ付き携帯電話のバーコードリーダーで左のQRコードを読み取ってください。「モバイルシティはびきの」をご覧くださいませ。(QRコードは欄デensonウェブの登録商標です。)

今月の表紙

大阪府と地元市である堺市、藤井寺市、本市が一体となって、百舌鳥・古市古墳群の世界遺産登録の早期実現をめざした取り組みを進めていくため、推進本部会議を立ち上げ5月12日に大阪府咲洲庁舎で第1回の会議を開催しました。今後、4者がさらに連携を強化し、最短で平成27年度の登録実現を目標として取り組んでいきます。参考：百舌鳥・古市古墳群は、平成22年11月に、ユネスコ世界遺産暫定一覧表に記載されています。

## もくじ

- 2 食育について
- 3 東日本大震災
- 4 環境月間
- 5 水道週間・土砂災害・新規職員紹介
- 6 本人通知制度・地上デジタル・火災警報器
- 7 情報公開制度など
- 8 ニュースポーツ・表彰・市民大学
- 9 図書館だより・白鳥児童館
- 10 国民年金・かかりつけ健康メール・東洋医療
- 11 青少年児童センター・サラダボール
- 12 健康ファミリー
- 14 子育て支援センター
- 16 街かどから
- 18 LICはびきの
- 19 制度・お知らせ・スポーツ
- 29 相談窓口
- 30 市民のページ・風流韻事
- 31 社協・警察



## 羽曳野市

市章は「羽」の文字を抽象的に図案化し、シンプルに表現したもの。鳥のはばたきのような市の雄飛と発展性を示しています。

面積…26.44km<sup>2</sup>  
人口…117,986人(前月比-78)  
男… 56,456人  
女… 61,530人  
世帯… 48,760  
(平成23年4月30日現在)

# 6月は食育月間です

健康は毎日の食事と深い関係があります。食という字は人を良くすると書きます。食事の目的は、単に栄養を補給するだけでなく、心を満たすことです。1日1回は家族そろって食事をたのしみましょう！

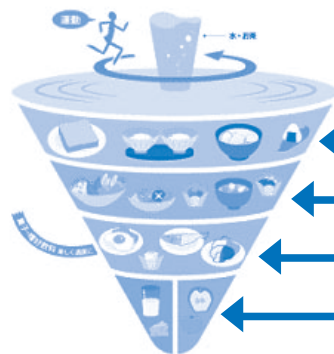
## 食育とは？

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

## 毎日朝食・しっかり野菜で満点栄養バランスへ

健康はびきの21スローガン

「主食」「副菜」「主菜」を  
そろえて食べましょう。



- ← 主食：ごはん・パン・麺などの穀類
- ← 副菜：野菜・きのこ・海藻・いも類の料理
- ← 主菜：魚・肉・卵・大豆製品の料理
- ← 牛乳・乳製品や果物を忘れずに

野菜は1日5皿食べましょう！

## 食育をすすめるボランティアを養成します

あなたも食改さんになりませんか？

(キャロット教室)

◆対象：食事に興味があり、ボランティア活動のできる方  
◆受講料：無料 ◆場所：保健センター  
◆その他：キャロット教室を受講していただいた後に、食生活改善推進員として入会していただきます。次年度4月から、2,500円(年額)の活動費がかかります。また、食改さんになった後は、毎月定例会(学習会)があります。

日 程	内 容
① 6月16日(木)	開講式・食品衛生について
② 6月22日(水)	調理実習「バランスクッキング」
③ 6月27日(月)	運動の講義と実技年代別食育
④ 7月1日(金)	調理実習「ヘルシークッキング」
⑤ 7月4日(月) (修了式)	メタボ予防について ボランティア活動について

↑ 時間や内容については変更する場合があります。  
※①③⑤は 13:30~16:30 ②④は 10:30~13:30

## 食生活改善推進員(食改さん)の皆さんです。

保健センターのマタニティスクールや1歳6カ月健診、2歳6カ月健診でおやつをだしたり、地域からの依頼をいただき、食育の教室、親子クッキング教室など、さまざまな教室を実施し、食育を推進しています。



問合せ：健康増進課 電話：072-956-1000