



平成28年度西尾市健康づくり推進員

健康通信

私たち、西尾市健康づくり推進員です！
～一緒に健康づくりをしませんか？～

問西尾市保健センター（☎ 57・0661）



西尾市健康づくり推進員の活動案内は、広報にしおや公共施設に配布しているチラシでお知らせしています。

ウオーキングの他に、7・8月の暑い時期は、室内での体操を行っています。また、年に1回「市民健康講座」を企画し、話題の健康情報について市民の方と一緒に勉強しています。

毎月第3木曜日の午前中に、健康づくり活動をしています。現在は、市内でのウオーキングを企画し、市民の方と一緒に汗を流しています。半年程でコースを変更し、安全で、歩いて楽しいコースを考えています。1・4月は西幡豆町の小野ヶ谷川沿いを予定しています。

どんな活動をしているの？

市の健康課題や健康に関することを勉強しながら、地域の健康づくりを広めるために活動しています。現在、会員は25人（男性2人、女性23人）です。活動する時は、ピンクの帽子をかぶっています。

西尾市健康づくり推進員って？

健康づくり推進員の声

- ・自分で意識して体を動かすようになった
- ・人の輪が広がるし、みんなと歩くと楽しい
- ・お年寄りに声掛けできるようになり、気持ちが前向きになった

一緒に活動しませんか？
平成29年度西尾市健康づくり推進員になって一緒に活動しませんか。応募方法は広報にしお2月1日号でお知らせします。

西尾を歩こう！ ウオーキング ～小野ヶ谷コース～

時 1月19日(木)、2月16日(木) 午前10時集合
場 スギ薬局幡豆店（西幡豆町）
内 西幡豆町の小野ヶ谷川沿い 約5.5km
他 詳しくは西尾市保健センターへ。



ハツ面山ウオーキングの様子

市民病院Q&A

看護専門外来は、どういふことを行う外来なのですか？

副看護部長 神谷智子

看護専門外来では、分野ごとに高度な専門的知識・技術を持った認定看護師が、当院で診療を受けている患者さんやその家族を対象に、さまざまな相談に乗っています。現在行っている4つの看護専門外来を紹介します。



外来名 日にち 相談内容

①認知症相談 看護外来	第3木曜日	物忘れなど認知症と思われる症状や認知症の介護・予防など
②摂食嚥下相談 看護外来	第3水曜日	飲み込みや障害のある方の食事や飲み込みを改善する訓練など
③感染予防相談 看護外来	第3火曜日	感染症やその予防法や家庭で注意することなど
④がん療養相談 看護外来	第3金曜日	がんの痛みや療養生活上での悩み、抗がん剤の副作用など

時間は午前9時～11時、場所は総合受付西隣です。予約優先で1人30分程度となります。無料ですので、どうぞ気軽に相談ください。詳しくは、お問い合わせいただくか、市民病院ホームページをご覧ください。

問市民病院管理課（☎ 56・3171）

図書館ナビ

Library Navi

おすすめの新刊

幻影たちの哀哭
著…直原冬明／光文社

昭和17年5月、横須賀海軍工廠への空襲による負傷から復帰した亀島伊介海軍一等兵曹は、軍令部特別班への転属命令を受ける。ディーゼル機関の整備の腕だけが自慢の彼を待っていたのは、畑違いの防諜活動だった…。



2月の映写会

館名	対象	日時	タイトル
西尾市立図書館	小学生以下	11日(祝) 午前10時30分	ポパイ「ポパイの高いびき」
	中学生以上	11日(祝) 午後2時	生き抜く〜南三陸町人々の一年
一色学びの館	中学生以上	25日(土) 午前10時	地下鉄に乗って
	小学生以下	25日(土) 午後2時	恐竜VSほ乳類
吉良図書館	小学生以下	18日(土) 午後1時30分	ころわんのおはなし③ ころわんちよろわん ほか
	中学生以上	18日(土) 午後2時30分	野田ともうします。
幡豆図書館	小学生以下	4日(土) 午前11時	ドナルドの磁石騒動
	中学生以上	4日(土) 午後2時	雨粒の小さな歴史

2月の
休館日

全館共通 6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)
各館 西尾市立図書館 (☎56・6200) …16日(木)
一色学びの館 (☎72・3880) …なし
吉良図書館 (☎32・3400) …なし
幡豆図書館 (☎62・6588) …なし

2月のおはなし会

団体名など	対象	日時
▼西尾市立図書館		
よちよちさんのおはなし会	0～2歳児	9日(木)・23日(木) 午後3時30分
ピヨピヨおはなし会	0～3歳児	3日(金)・17日(金) 午前10時30分
おはなしドキドキ	0～4歳児	14日(火)・28日(火) 午前10時30分
おはなしの会きらら	園児・小学生	4日(土) 午前11時
鶴城中学ボランティアーズ	園児・小学生	18日(土) 午後3時
水曜おはなし会	どなたでも	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水) 午後3時30分
紙芝居のおはなし会	どなたでも	25日(土) 午前10時
▼一色学びの館		
ラッコランド	0～1歳児	16日(木) 午前11時
めそっこランド	2～3歳児	9日(木) 午前11時
土曜日のおはなし会	園児・小学生	4日(土)・11日(祝) 午前10時30分 18日(土) 午後3時
▼吉良図書館		
おはなしキラキラ	0～4歳児	1日(水)・15日(水) 午前10時30分
ひよこランド	2～4歳児	8日(水)・22日(水) 午前10時30分
よみきかせ会	園児・小学生	5日(日) 午前10時30分
土曜お話し会	園児・小学生	11日(祝) 午前10時30分
おはなしくるりん	園児・小学生	15日(水) 午後4時30分
▼幡豆図書館		
いちごおはなし会	0～1歳児	28日(火) 午前10時45分
おはなしぴょーん	2～3歳児	7日(火) 午前10時45分
幡豆よみきかせの会	園児・小学生	12日(日)・26日(日) 午前10時30分
はずっこおはなし会	園児以上	21日(火) 午後4時10分

児童館だより 2月

内容	対象	日時など
▼中央児童館 (☎57・5661)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	2日(木)…0歳ふれあい遊び 8日(木)…リズム遊び 16日(木)…大きくなったかな(身体測定) 23日(木)…人形劇(KOTAポピンズ) 午前10時30分～11時
おもしろあそび	小学生	18日(土)…お父さんと遊ぼう 午後2時～2時30分
チャレンジ	小学生	火～金曜日 午後4時～4時20分
折り紙	小学生以下	土・日曜日 午後2時～2時30分
▼幡豆児童館 (☎63・0131)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	3日(金)…リズム遊び 10日(金)…読み聞かせ 17日(金)…身体測定 24日(金)…おひなさま作り 午前10時30分～11時
お話・手遊び・体操など	0～3歳	火～木曜日 午前10時30分～10時45分 午前11時45分～正午
パパと遊ぼう ロングケンパ	年少～小学生	19日(日) 午前10時30分～11時
毛糸ぐるぐる人形	年少～小学生	火～日曜日、祝日 午後4時～4時30分

- 就学前のお子さんが参加する場合は、保護者同伴でお越しください。
- 詳細は各施設に、直接お問い合わせください。
- 児童館全般については、子育て支援課こども福祉担当 (☎65・2108) へ。

内容	対象	日時など
▼一色児童センター (☎74・2800)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	1日(水)…絵本・手遊び 8日(水)…リズム遊び 15日(水)…エアポリン 22日(水)…お散歩ブタさん作り 午前10時30分～11時
広告で遊ぼう(サンデーパパ)	年少～小学生	12日(日) 午前10時30分～11時30分
エアポリン	年少～小学生	15日(水)～17日(金) 午前10時30分～11時30分、午後3時30分～4時30分
大縄跳びに挑戦	年少～小学生	18日(土) 午前10時30分～11時30分
▼吉良児童館 (☎32・1191)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	3日(金)…リトミック 10日(金)…人形劇(KOTAポピンズ) 17日(金)…親子体操 24日(金)…おひなさま作り 午前10時30分～11時
体操・手遊び・絵本	0～3歳	月～木曜日 午前10時50分～11時
エアポリンで遊ぼう	年少～小学生	4日(土) 午後2時～3時
ゆびあみ	年少～小学生	18日(土) 午後2時～3時