

令和8年度が始まりました

立神峡の桜も満開を迎え、鮮やかに彩るピンクの花に癒され環境抜群の中、令和8年度の事業が始まりました。

夏休みや連休等のログハウスの予約状況も幸先良いスタートを切っています。早めのご予約をお願いします。

また、昨年は多くの崖崩れが発生し、未だにその爪痕が残っています。その中でも、今年も多くの観光客の来園をお待ちしています。



立神峡で実施した宿泊通学の成果が確実に実っています

3月には春休みを利用して多くの学生が宿泊に訪れますが、その中で高校卒業記念で氷川の学生が友だちと来ました。受付をした後、その学生がみんなを集め、承諾書の説明を始めました。それまでにない説明であり、後に本人に確認したところ、宿泊通学に参加し、リーダーとしての役割・責任などの教育を受けたとのこと。それを着実に実行していたことに感動しました。約6年も経過しても2泊3日の宿泊の経験が生きており、大学にも合格したとのこと。宿泊通学に参加した子どもたちがそれぞれの分野で活躍し、氷川町の発展に大きく寄与していることに本当にうれしく思いました。



氷川町子ども会だより

問 氷川町子ども会育成連絡協議会
☎0965-52-5860 (生涯学習課内)

令和7年度も、子どもたちの「やってみたい!」を応援したいと「育成者」や地域の方に支えてもらい、さまざまな活動を行ってきました。たくさんの体験を通して子どもたちが成長する姿、みんなの笑顔は、地域の大人も元気になってくれました。子ども会活動を支えるジュニア・リーダーも大活躍の1年でした。



各地区子ども会長とジュニア・リーダーが話し合いました



熱戦が続いた球技大会
たくさんの応援に感謝です



研修でキャンプファイヤー
を体験しました



6月に植えたさつまいもの苗
が大きなおいもになりました



みんなとってもおいしそうな
ケーキができました



みんなで門松作り
立派な門松が完成しました

子どものおやつは

お菓子タイムじゃなくて栄養タイム!

よく子ども(1歳半〜6歳頃)のおやつは「4回目の食事」と言ったりします。それは子どもの成長や日中の活動に必要な栄養が3食の食事では食べきれないため、食事と食事の間に1回〜2回の間食(おやつ)で残りの栄養を摂取するからです。では成長のためにはどんなおやつを選択したら良いのでしょうか?



子どもにおやつをあげる時のポイント

- ①たんぱく質、カルシウム、ビタミンを含んだおやつを優先(例 乳製品・果物・おにぎり)
- ②糖質や脂質に偏ったおやつは量に注意(例 スナック菓子・ジュース)

この2点を意識しておやつ時間を楽しみましょう。

体のお役立ち情報

随時発信中!



上手な医療のかかり方・正しい薬の使い方健康に!

問 町民課 国保年金係 ☎0965-52-5851

1 緊急時以外の救急外来の受診は控えましょう

緊急時以外は平日の診療時間内に受診しましょう。休日や夜間の時間外受診は重症患者の受け入れに影響するほか、医師や看護師の疲弊にもつながります。

2 「かかりつけ医」を持ちましょう

体調の変化など、日頃から気軽に相談できる「かかりつけ医」を持つことが大切です。気になる症状があれば、まずはかかりつけの医師に相談しましょう。

3 重複受診は控えましょう

今受けている治療に不安などがある時は、まずは医師に相談してみましょう。同じ病気で複数の病院を受診すると検査や投薬が重なり、体や医療費の負担が大きくなります。

4 お薬手帳を1冊にまとめましょう

お薬手帳を1冊にまとめ、受診時に必ず持参しましょう。一度に多くの種類の薬を飲むと、薬本来の効果がでないだけでなく、重い副作用や症状悪化の恐れがあります。

5 ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、新薬(先発医薬品)と同等の効能・効果を持ち、価格も安く済みます。ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師や薬局に相談しましょう。