

# 皆さん！知っていますか？「めざせ健康あきる野21」

「ふれあい いきがい 元気なまち」を目標に

あきる野市のみんなが元気になるように、市民と行政の協働で一緒につくった計画です！



第8号  
めざせ健康  
あきる野  
相模川沿い

めざせ健康あきる野21の子育て世代グループです。  
あきる野市健康課と協働で取り組んでいます。

「安心して子育てができる」をめざして・・・

めざせ健康あきる野21では、その実現のために次の2つの柱を掲げています。

「あきる野市の歴史・文化・自然を土壤に、

- ① 親子で健康を育む生活習慣を作る
- ② つながる子育てができる

るのキッズでは、「安心して子育て」のヒントとして、いろいろな子育て情報をお伝えしていきます。今回は親子で楽しめる「あきる野市の郷土文化」の一部を紹介します。

## 「どんど焼き」

正月の門松や、しめかざりなどを川原などに集めて、青竹のまわりに高く積み重ねて焼く行事をどんど焼きといいます。

このどんど焼きは、年神様（としがみさま）・歳神様（さいのかみさま）と共に皆様の願いを天に届ける伝統行事です。

最近ではPTAなど、おとなが中心となっているが、戦前までは子どもだけでやったそうです。

また、どんど焼きの火で団子（まゆ玉）を焼いて食べると病気になるまいといわれています。



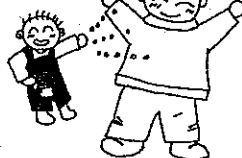
お近くの川原でどんど焼きを見つけましたら、ご参加してみてもはいかがでしょうか？

どんど焼きのほかにも、いろいろな行事が行われています。

親子で楽しみましょう！



節分



お正月

## 「けんこう君」

2010年カレンダー  
1月 2010年  
2月 2010年  
3月 2010年  
4月 2010年  
5月 2010年  
6月 2010年  
7月 2010年  
8月 2010年  
9月 2010年  
10月 2010年  
11月 2010年  
12月 2010年

12月12日  
健康あきる野市  
推進会議  
21日  
子育て  
10時から

毎月12日は  
推進会議の日  
毎月21日は  
子育ての日  
10時から

るのキッズでは子育て情報を募集しています。「こんな遊び場がある」「ここではこんなつながりが持てる」などの情報がありましたらお声かけ下さい！

子育てチームでは「ふれあい広場」の企画や

「安心して子育てができるような場づくり」の企画など行っています。皆さんのご参加お待ちしております。

ミーティング日程 1月19日（火）・2月23日（火）・3月23日（火）あきる野保健相談所 10時から

子育て世代が「安心して子育てができる」に向け、  
数あるヒントのなかの一つをお教えしよう！  
(残りのヒントは次号以降、徐々に紹介するぞ！)



# つながる子育て

～ぶどうのように～



夫婦

- 1 妊娠期から親となる心の準備をし、子育てを夫婦で協働しよう

親子

- 1 子どもの成長・発達を確認する場を持ち、子どもの個性を受けとめ子どもにあったかわりをしよう
- 2 親子でふれあう食卓の回数が増えるようにしよう
- 3 身近に子育てをする仲間や地域の人とふれあう場を持とう
- 4 相談先を持ち、また子育て支援サービスを活用できるようにしよう

地域や職場

- 1 子どもが安全でまた豊かな遊びのできる環境づくりを進めよう
- 2 家庭で・給食で・外食での食卓に地域でとれた食材の利用を進めよう
- 3 子育て世代と子育てをサポートする人々が、お互いの認識の違いを理解し、お互い役割を持ち、地域ぐるみの子育てをしよう
- 4 子育てに関わるグループや各機関のネットワークを広げよう
- 5 医療との結びつきを持ち、安心した医療体制を持つようにしよう
- 6 働くパパ・ママがつながる子育てができるようにしよう

※「めざせ健康あきる野21」の詳しい計画書は情報公開コーナー（市役所4階）、各図書館においてあります。  
また、市のホームページでも掲載中

「あきる野市ホームページ(<http://www.city.akiruno.tokyo.jp/>)内の検索欄に「健康増進計画」を入力してください。」

連絡先 あきる野市健康福祉部健康課母子保健係  
子育て世代市民ボランティアチーム担当 岡村・萩原・安國  
TEL 558-5091 (直通) FAX 558-3207