

子どもの肥満は問題ない？

乳児期のお子さんは体格がよくても、大きくなるにつれ、自然と解消していくため問題ありません。しかし2～3歳ごろからの幼児の肥満は成人期への肥満へつながることもあります。規則正しい生活で健康的な身体を維持しましょう。

【予防のためのポイント】

◆母子健康手帳の発育曲線を活用する

定期的に身長や体重を記録して、体重だけが急に伸びていないか確認しましょう。

◆おやつは補食と考える

子どもの胃は小さいため、3食の食事だけでは足りないことがあります。それを補うおやつには、

ポテトチップスやケーキなどのお菓子ではなく、果物やおにぎりなどを選びましょう。

◆外遊びを取り入れる

家の中ではどうしても運動量が少なくなりがちです。一日のうちで外遊びの時間をつくり、たくさん遊びましょう。

幼児期の子どもは成長している途中です。おとなと同じようにダイエットを考えるのではなく、食生活や生活習慣を見直し、体重の増える勢いを抑えることで身長が追いつくの待ちましょう。

☎子育て世代包括支援センター ☎292-5505

町民相談

▼弁護士相談

日時 5月20日(水) 午前10時

～ 正午

場所 203会議室

※要予約(先着順)

☎総務課 自治振興担当

TEL内線215

▼司法書士相談

日時 6月5日(金) 午前10時

～ 正午

場所 203会議室

※5月末までに予約(先着順)

☎総務課 自治振興担当

TEL内線215

▼行政相談

日時 6月22日(月) 午前10時

～ 正午

場所 203会議室

※要予約(先着順)

☎総務課 自治振興担当

TEL内線215

▼人権相談

日時 6月3日(水) 午前10時

～ 正午

場所 203会議室

※要予約(先着順)

☎総務課 自治振興担当

TEL内線215

▼消費生活相談

日時 毎週水・金曜日 午前10時～正午

※コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間、電話相談のみとします。

☎産業観光課 観光商工担当

TEL内線148

▼年金相談

日時 平日 午前9時～11時、

午後1時～4時

場所 町民課窓口

☎町民課 国保年金担当

TEL内線122

▼子育て相談

日時 平日 午前9時～11時、

午後1時～4時

場所 子育て支援課窓口

☎子育て支援課 子ども担当

TEL内線162

▼教育相談

日時 平日 午前9時～11時、

午後1時～4時

場所 中央公民館相談室

☎学務課 学務担当

TEL内線508

▼くらしの相談

日時 平日 午前9時～11時、

午後1時～4時

場所 総務課窓口

☎総務課 庶務担当

TEL内線212

くらしの豆知識

「新型コロナウイルス」に便乗した詐欺に注意

「新型コロナウイルス」を口実にした詐欺的なメールや電話があつたという相談が報告されています。「新型コロナウイルス」に便乗した悪質な勧誘を行う業者に注意してください。

【被害に遭わないために】

- ① 心当たりのない送信元から怪しいメールなどが届いても、URLにアクセスしたり、返信したり、記載された連絡先に電話したりしないでください。
- ② 新型コロナウイルスに便乗した悪質勧誘を行う業者には耳を貸さないようにしましょう。
- ③ 不審に思った場合や、トラブルにあつた場合は、消費相談窓口や警察に相談してください。

5月の町のイベント&ごみ・資源収集カレンダー

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					5/1 ㊟休み ㊟消費生活相談	2 ○土曜開庁(午前) ㊟休み
3 ㊟休み	4 ㊟休み	5 ㊟休み	6 ㊟休み	7	8 ㊟消費生活相談	9 ○土曜開庁(午前)
	A 可燃 B プラ	A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A びん缶・プラ B 可燃	
10	11 ㊟休み ㊟育児相談 ㊟生活習慣病健康相談	12	13 ㊟消費生活相談	14 ㊟あそぼう会	15 ㊟消費生活相談	16 ○土曜開庁(午前) ㊟論語を楽しむ
	A 可燃 B びん缶・プラ	A ペット B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A プラ B 可燃	
17	18 ㊟健康相談 ㊟休み	19	20 ㊟消費生活相談 ㊟弁護士相談	21	22 ㊟消費生活相談	23 ○土曜開庁(午前) ㊟本に親しむ会
	A 可燃 B プラ	A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A びん缶・プラ B 可燃	
24	25 ㊟栄養相談 ㊟育児相談 ㊟休み	26 ㊟あそぼう会	27 ㊟消費生活相談	28	29 ㊟消費生活相談 ㊟出前保育	30 ○土曜開庁(午前)
	A 可燃 B びん缶・プラ	A ペット B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A プラ B 可燃	
31	6/1 ㊟生活習慣病健康相談 ㊟休み	2	3 ㊟消費生活相談 ㊟人権相談	4	5 ㊟消費生活相談 ㊟司法書士相談	6 ○土曜開庁(午前) ㊟おはなし会
	A 可燃 B プラ	A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A プラ B 可燃	

㊟=まなびあい(20ページ)、㊟=保健(14ページ)、㊟=相談(22ページ)、㊟=すくすく(14ページ)、㊟=図書館(21ページ)

5月の月例ハイキング大会

月例ハイキング大会は中止します



5月9日に開催を予定していた「月例ハイキング大会」は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止します

産業観光課 観光商工担当 内線 145

下段はゴミと資源の収集日

(A地区=八高線西側、B地区=八高線東側)

可燃:可燃ごみ、不燃・有害:不燃ごみ・有害ごみ、びん缶:びん類・かん類、紙・布:紙類・布類、ペット:ペットボトル、プラ:その他容器包装プラスチック
可燃ごみ/高倉クリーンセンター ☎271-1500
不燃ごみ・資源ごみ(紙・布類を除く)/川角リサイクルプラザ ☎294-4115
粗大ごみ/戸別有料収集受付専用ダイヤル ☎272-3344



5月の納税(6月1日まで)

固定資産税 第1期 軽自動車税 全期

※バーコード印字のある納付書は、納期限内に限りコンビニやスマホ決済アプリでの納付に使用できます。スマホ決済アプリでは、「いつでも」「どこでも」スマホを使って納税ができます。詳しくは越生町ホームページをご覧ください。

税務課 収税担当 内線 132