

各種健診・教室などの日程

区 分	内 容	日 時		場 所	予約・ 問い合わせ先
乳幼児健診	4カ月児・10カ月児健診	6月23日(水)	受付13:00~13:15		
	3歳児健診	7月 2日(金)			
親子の教室	育児教室	6月29日(火)	受付10:00~10:15 実施10:15~12:00	子育て支援課 キッズルーム	子育て支援課 ☎72-2212
	ママのリフレッシュ教室	7月12日(月)			
	幼児のわくわくタイム	7月 6日(火)	実施 9:30~12:00 ※要予約		
	親子ふれあい教室	6月18日(金)	受付10:00~10:15 実施10:15~12:00 ※要予約		
		6月25日(金)			
	すくすく発達教室	7月 9日(金)			
	おやこの食育教室	7月15日(木)			
健康づくり	夜間ヘルスアップ運動教室	6月17日(木)	19:00~20:30 ※要予約	B&G海洋センター	健康福祉課 ☎72-6934
		6月24日(木)			
		7月 1日(木)			
		7月 8日(木)			
		7月15日(木)			
	ヘルスアップ運動教室	6月18日(金)	10:00~11:30	多目的研修集会施設	
		6月25日(金)			
		7月 2日(金)			
	フィットネスクラブ	6月18日(金)	19:00~20:30 ※要予約	B&G海洋センター および町民体育館	
		6月25日(金)			
7月 2日(金)					
すずらんサークル	6月17日(木)	10:00~12:00	多目的研修集会施設		

ママのリフレッシュ教室

産前・産後・子育て中のお母さんを対象とした体操教室です。
(持ち物：動きやすい服装・タオル)

育 児 教 室

生後1カ月から2カ月までのお子さんとその親を対象とした教室です。対象者には母子保健推進員からご案内します。

親子ふれあい教室

就学前のお子さんとその家族の遊びの教室です。

幼児のわくわくタイム

親子の運動遊びや交流のための教室です。

おやこの食育教室

就学前のお子さんとその家族を対象に、手作りのおやつ作りや離乳食についてのお話、相談を行います。
(持ち物：エプロン、バンダナ、マイスプーン、手ふきタオル／参加費：1家族100円)

すくすく発達教室

お子さんの発育や発達の相談、親子遊びや保護者同士の交流の場です。

夜間ヘルスアップ運動教室

成人の運動不足解消を目的としたストレッチや有酸素運動などを行います。

ヘルスアップ運動教室

60歳以上を対象に、介護予防を目的としたストレッチや筋力向上・有酸素運動などを行います。

フィットネスクラブ

成人の運動不足解消を目的に、スポーツジムインストラクターを講師として、ヨガやピラティスなどを行います。

すずらんサークル

精神障がい者の方たちの交流の場です。初めて利用される方はご連絡ください。